



Evaluación de los consumidores de hemodiálisis en los centros acerca de los proveedores y sistemas de atención médica (In-Center Hemodialysis Consumer Assessment of Healthcare Providers and Systems®, ICH-CAHPS®, por sus siglas en inglés)

Dos veces al año, los pacientes de diálisis reciben una encuesta para saber cómo se sienten con respecto a su clínica de diálisis. Esta encuesta es su oportunidad de dar a conocer a los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés) su opinión sobre la atención que reciben durante la diálisis.

Datos acerca de la encuesta

1. La mayoría de las clínicas de diálisis deben encuestar a los pacientes.
2. Una compañía externa, y no la clínica de diálisis, es quien envía las encuestas.
3. Las personas que trabajan en servicios de diálisis no pueden ayudar a responder las preguntas, porque no pueden saber quién recibe la encuesta.
4. Las preguntas de la encuesta se centran en averiguar cómo se sienten los pacientes de diálisis con respecto a su interacción con su especialista en riñones y los trabajadores de diálisis, y qué tan limpia creen que está su clínica.



Las encuestas de ICH-CAHPS se envían dos veces al año por correo al domicilio de cada paciente de diálisis. ¡No arroje la encuesta a la basura! La compañía encuestadora también puede llamar a los pacientes de diálisis por teléfono. Dado que ellos no trabajan para ninguna clínica de diálisis, pueden ayudar a los pacientes de diálisis a responder las preguntas.

¡Sus respuestas son importantes!

Sus respuestas les hacen saber a los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) cómo funciona su clínica de diálisis, y usan sus respuestas para ayudar a determinar la calificación de los CMS para dicha clínica. Si necesita ayuda con las preguntas, puede comunicarse a ichcahps@rti.org o llamar al 1.866.245.8083.

Fechas de la encuesta de otoño de 2020

Envío de cartas de preaviso	16 de Octubre de 2020	Envío de la segunda encuesta	2 de Diciembre de 2020
Envío de la primera encuesta	30 de Octubre de 2020	Finaliza la encuesta	8 de Enero de 2021

CAHPS® es una marca comercial registrada de la Agencia para la Investigación y la Calidad del Cuidado de la Salud (AHRQ, por sus siglas en inglés).

Control del dolor para los pacientes de diálisis

Si se ha sometido a diálisis, sabe lo que es tener dolor. La forma en que maneja ese dolor es importante para su salud en general. Teniendo en cuenta todos los problemas que genera el uso excesivo de opioides, es más importante que nunca hablar sobre ellos.

¿Qué son los opioides?

Los opioides son medicamentos recetados por su médico que pueden aliviarle el dolor. Entre los más conocidos se incluyen Vicodin (hidrocodona), OxyContin (oxicodona), morfina y metadona. A menudo se administran para aliviar el dolor después de una cirugía o para ciertos tipos de cáncer o problemas de espalda.

Qué puede hacer si le recetan opioides y cómo puede evitar los problemas relacionados con ellos:

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) señalan que si su médico le receta opioides, debe comenzar con la dosis más baja que pueda y tomarlos por el menor tiempo posible. El riesgo de adicción y sobredosis de los opioides es real. Los CDC también recomiendan que pruebe otras alternativas para el alivio del dolor:

- Medicamentos como Tylenol® (paracetamol) o Advil® (ibuprofeno) (No olvide consultar a su médico antes de tomar cualquier medicamento comprado en la tienda.)
- Asesoramiento para aprender a controlar su dolor por su cuenta
- Fisioterapia
- Medicamentos para la depresión y las convulsiones
- Inyecciones
- Ejercicio y pérdida de peso
- Otras terapias, como acupuntura y masajes

Puede visitar <https://www.cdc.gov/drugoverdose/patients/index.html> para encontrar información adicional sobre los opioides. Si usted o alguien que usted conoce necesita asistencia por el abuso o la adicción a los opioides, hable con su médico o llame a la línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios para Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés) al 1.800.662.HELP, o ingrese en <https://findtreatment.samhsa.gov/>.

Inscripción abierta en la Parte D de Medicare

¿No sabe bien qué hacer con la inscripción abierta de Medicare y la cobertura de la Parte D (medicamentos) de Medicare? Aquí encontrará algunas preguntas frecuentes —y sus respuestas— para ayudarle a comenzar.

¿Qué es la Parte D de Medicare?

La Parte D de Medicare es la parte de Medicare que le ayuda a pagar sus medicamentos.

¿Es gratis la Parte D?

En general, no. En 2020, el costo promedio de la Parte D de Medicare era de \$41 por mes.

¿Cuándo puedo inscribirme en la Parte D?

Puede inscribirse cuando comienza a ser elegible para Medicare o durante la inscripción abierta: del 15 de octubre al 7 de diciembre de 2020.

¿Cuánto costarán mis medicamentos?

Eso depende del plan de la Parte D que elija.

¿Cómo puedo elegir el mejor plan de la Parte D para mí?

Visite el sitio web de localizador de Planes de Medicare en www.medicare.gov o llame al 1.800.MEDICARE (1.800.633.4227).

¿Tengo que inscribirme en la Parte D?

Sí y no. La Parte D es una cobertura opcional, pero si desea tenerla, debe inscribirse. Si tiene cobertura de medicamentos a través de otro plan de seguro, no tiene que inscribirse en la Parte D y puede hacerlo más adelante sin que se aplique ninguna penalidad. Si no tiene cobertura de medicamentos a través de otra compañía y no se inscribe en la Parte D cuando comienza a ser elegible, podría aplicarse una penalidad por inscripción fuera de término.

¿A quién puedo dirigirme si tengo preguntas?

Su trabajador social de diálisis o asesor del seguro pueden responder a algunas de sus preguntas sobre la Parte D. Sin embargo, ellos no tienen permitido elegir un plan por usted.

Fuente: Ochalla B. Everything to Know About Medicare Open Enrollment. QuoteWizard.com. Disponible en <https://quotewizard.com/health-insurance/medicare-open-enrollment>; Q1Medicare.com. PDP-Facts: 2020 Medicare Part D Plan facts: Region (State) and National. Disponible en <https://q1medicare.com/PartD-2020MedicarePartD-PlanStatistics.php>. Se accedió por última vez el 17 de septiembre de 2020.

Si tiene preguntas sobre cómo expresar una inquietud o queja, consulte este útil recurso creado POR y PARA pacientes: www.esrdnetworks.org/resources/toolkits/patient-toolkits/dialysis-patient-grievance-toolkit-1. Para presentar una queja, comuníquese con su red a continuación:

Red 7: Florida

T: 800.826.3773

E: NW7info@hsag.com

www.hsag.com/ESRDNetwork7

3000 Bayport Dr., Suite 300

Tampa, FL 33607

Red 13: Arkansas, Luisiana, Oklahoma

T: 800.472.8664

E: NW13info@hsag.com

www.hsag.com/ESRDNetwork13

4200 Perimeter Center Dr., Suite 102
Oklahoma City, OK 73112

Red 15: Arizona, Colorado, Nevada, Nuevo México, Utah, Wyoming

T: 800.783.8818

E: NW15info@hsag.com

www.hsag.com/ESRDNetwork15

3025 S. Parker Rd., Suite 820

Aurora, CO 80014

Red 17: Samoa Americana, Guam, Hawái, Norte de California, Islas Marianas del Norte

T: 800.232.3773

E: NW17info@hsag.com

www.hsag.com/ESRDNetwork17

533 Airport Blvd., Suite 400

Burlingame, CA 94010

Vivir bien con diabetes

Elegir buenas opciones es importante para vivir bien con diabetes. En muchos casos, consumir alimentos beneficiosos para usted, tener un peso saludable, hacer ejercicio y asistir a sus chequeos regulares puede ayudarle a controlar su diabetes.



También debe cuidar sus pies, evaluar su nivel de azúcar en sangre y tomar su medicamento exactamente como se lo indique su médico. Durante la pandemia de coronavirus 2019 (COVID-19), también es importante usar una mascarilla cuando esté fuera de su hogar y lavarse las manos regularmente para evitar enfermarse. Otros consejos útiles:

- Obtener ayuda de un especialista en educación y cuidado de la diabetes que sea un experto. Esta persona puede ayudarle a:
 - Vigilar mejor sus niveles de azúcar en sangre.
 - Mejorar sus niveles de colesterol.
 - Mejorar su presión arterial.
 - Explorar maneras de reducir los costos de los medicamentos.
- Asistir a un programa educativo de automanejo que pueda ayudarle a cuidarse mejor.

Encontrará más información en <https://www.diabeteseducator.org> o en <https://www.cdc.gov/learnmorefeelbetter/programs/diabetes.htm>.

Fuente: Association of Diabetes Care & Education Specialists (Asociación de Especialistas en Educación y Cuidado de la Diabetes). Recursos para personas que viven con diabetes. Disponible en <https://www.diabeteseducator.org/living-with-diabetes/how-a-diabetes-educator-can-help-you> (en inglés). Se accedió por última vez el 9 de septiembre de 2020.

Sitios web para visitar si desea más información sobre la enfermedad renal

American Association of Kidney Patients (Asociación Estadounidense de Pacientes con Trastornos Renales): <https://aakp.org/>

Medical Education Institute (Instituto de Educación Médica): <https://www.kidneyschool.org/>

National Kidney Foundation (Fundación Nacional del Riñón): <https://www.kidney.org/>

Polycystic Kidney Disease Foundation (Fundación de la Enfermedad Renal Poliquística): <https://pkdcure.org/>

¡Comentarios!

Cuéntenos qué tal lo estamos haciendo. Realice una breve encuesta en <https://www.surveymonkey.com/r/October2020Newsletter> o pídale un formulario de opinión a su equipo de atención.

Twitter: @ESRD_HSAG | Facebook: /ESRDNetworksHSAG

Este material fue preparado por HSAG: Redes 7, 13, 15 y 17 de ESRD, en virtud de un contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), un organismo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. Los contenidos presentados no necesariamente reflejan la política de los CMS. NW-ESRD-XN-09282020-01