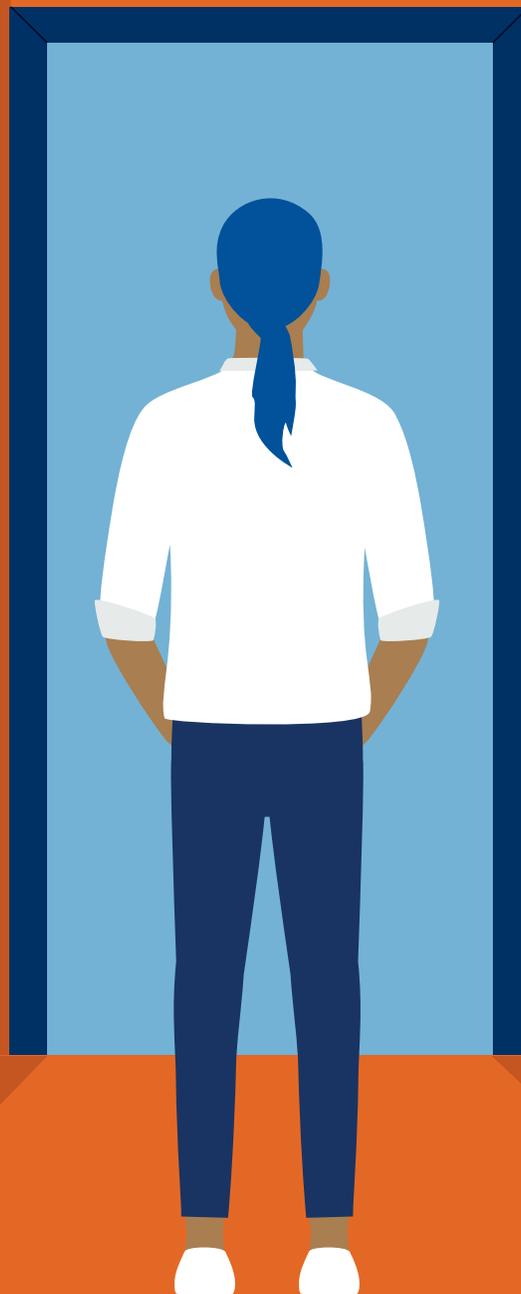




REGRESO A LA COMUNIDAD: LA ATENCIÓN MÉDICA DESPUÉS DEL ENCARCELAMIENTO

Una guía para el reingreso a la atención médica



VEA SU GUÍA PARA UNA MEJOR ATENCIÓN



Primeros pasos..... 03

CÓMO USAR ESTA GUÍA 03



Paso 1:
CONOZCA SUS NECESIDADES DE SALUD..... 04

TOME LAS RIENDAS DE SU SALUD FÍSICA Y CONDUCTUAL 05

INFORMACIÓN DE EMERGENCIA Y CRISIS 06



Paso 2:
LO QUE HAY QUE SABER 09

REÚNA INFORMACIÓN SOBRE SU SALUD..... 10

PERSONAS Y TÍTULOS QUE HAY QUE CONOCER 11



Paso 3:
SOLICITE COBERTURA MÉDICA..... 13

¿CUÁLES SON LAS OPCIONES? ¿CÓMO Y DÓNDE PUEDO APLICAR?..... 13

CONSIDERACIONES ESPECIALES..... 17

MÁS SOBRE MEDICARE 18



Paso 4:
USE SU COBERTURA MÉDICA 21

RECURSOS 24

NOTAS..... 26



PRIMEROS PASOS

El regreso a la comunidad es abrumador. Hay necesidades inmediatas y prioridades de las que tiene que ocuparse, como obtener una identificación y otra documentación importante, encontrar un trabajo, y asegurarse de tener alimento, transporte, y un lugar estable para quedarse.

A pesar de que la salud podría no ser lo primero en su mente, cuidar su salud física y conductual es clave para tener una vida exitosa después de la liberación. Continuar con cualquier tratamiento, planes de la atención, y medicamentos recetados, incluso obtener apoyo con respecto al consumo de sustancias, son maneras importantes de permanecer saludable.

Hay personas que desean ayudarlo, y hay servicios disponibles para apoyarlo. Muchas de las mismas personas que pueden ayudarlo con sus necesidades inmediatas, pueden ayudarlo con sus necesidades de atención de salud. Esto incluye ayudarlo a encontrar la cobertura médica correcta, para que pueda pagar las consultas de atención médica y los medicamentos.

Este recurso podrá ayudarlo a:

1. Tomar las riendas de su salud y darle consejos sobre cómo hablar sobre sus necesidades de atención médica durante y después del encarcelamiento
2. Conectarse con servicios de atención médica gratis y asequible
3. Encontrar programas o beneficios locales y personas que puedan ayudarlo a conectarse con estos recursos

Cómo usar esta guía

Esta hoja de ruta tiene 4 pasos para ayudarlo.

A lo largo del documento, encontrará listas de términos y recursos comunes de atención médica. Estas listas incluyen personas que pueden ayudarlo a encontrar documentos, registros médicos, y otros beneficios, incluso apoyo para obtener alimento, alojamiento, y apoyo de transporte. También hay una sección para que tome notas.

Use esta [*Guía para una mejor atención \(Roadmap to Better Care\)*](#) para obtener ayuda para conectarse con los servicios de atención médica.

Comience a llevar una vida más saludable ahora.

Paso 1:

CONOZCA SUS NECESIDADES DE SALUD

Saber sobre su propia salud y cómo permanecer saludable lo ayudará a encontrar la atención y servicios que necesita. El uso de los servicios preventivos, como los chequeos regulares para evitar problemas de salud, puede ayudarlo a gestionar su salud física y conductual.

La salud física y conductual son clave para su salud en general. La salud física incluye problemas con su cuerpo, como la diabetes o presión arterial alta. La salud conductual incluye su salud emocional, mental, y el bienestar social. Su salud conductual afecta cómo piensa, siente, y actúa a medida que se enfrenta a la vida. Las condiciones de salud son comunes y pueden incluir problemas relacionados con la salud mental y las condiciones del consumo de sustancias. Es tan importante como su salud física.

Aproximadamente 1 en 5 adultos en los EE. UU. experimentan condiciones de salud mental. Las tasas son aún más altas para las personas que están encarceladas. Sin embargo, hay recursos disponibles para obtener ayuda.

A continuación, hay 10 preguntas sobre su salud actual y pasada que pueden ayudarlo a comprender mejor su situación y lo que podría necesitar solicitar como parte de su atención médica.

1. ¿Hay alguna experiencia de vida actual o pasada con la que necesito ayuda para poder superarla?
2. ¿Hablar con un profesional o con alguien que haya tenido experiencias similares me ayudará a comprender mejor las decisiones que he tomado?
3. ¿Tengo algún problema de salud, como dolor en mi cuerpo, que necesite un proveedor de atención médica que me ayude?
4. ¿La diabetes, los problemas cardíacos, los problemas de peso, o el consumo de drogas o alcohol son hereditarios en mi familia?
5. ¿Actualmente tomo algún medicamento que me haya recetado un proveedor y necesito una nueva receta pronto?
6. ¿El consumo de sustancias ha sido alguna vez un problema para mí?
7. ¿Sería útil hablar con alguien sobre el consumo de sustancias?
8. ¿He consultado a un médico, proveedor de atención médica, he estado hospitalizado o visitado la sala de emergencias/atención de urgencia por algo recientemente o en el pasado?
9. ¿Cómo ver a un médico o proveedor de atención médica mejorará mi salud en general y mi vida después de la liberación?
10. ¿Me preocupa cómo pagar mis medicamentos o mis citas con los proveedores de atención médica?



TOME LAS RIENDAS DE SU SALUD FÍSICA Y CONDUCTUAL

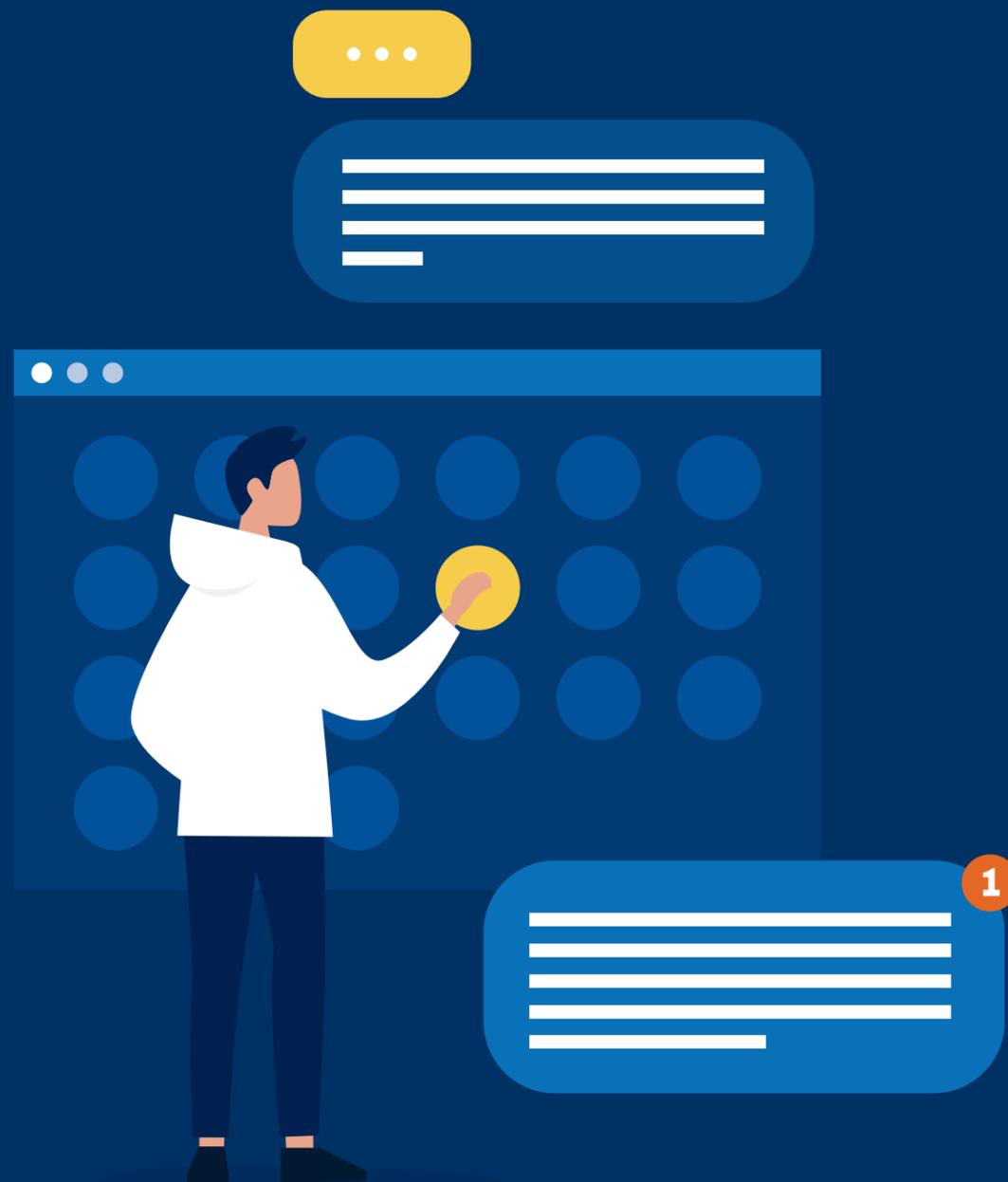
Al cuidar su salud física, salud mental, y abordar sus preocupaciones sobre el consumo de sustancias, usted será más capaz de:

- Hacer frente a las preocupaciones de la vida
- Ser físicamente saludable
- Tener buenas relaciones
- Trabajar productivamente

INFORMACIÓN DE EMERGENCIA Y CRISIS



¿Necesita ayuda ahora? Use las líneas directas gratuitas para obtener ayuda. Si está en una crisis, tiene una emergencia o se enfrenta a un evento que ponga en peligro la vida, llame al 911 o vaya a un departamento de emergencias.



Línea de vida para suicidio y crisis 988 [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org)

Llame o envíe un mensaje de texto al 988, o chatee en línea al [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org), para obtener apoyo en caso de crisis. La línea de vida es un número de teléfono de prevención de suicidios privada, gratuita, y disponible las 24 horas. Cuando llame a este número, su llamada será dirigida al centro de crisis más cercano.

Línea de crisis para veteranos [veteranscrisisline.net](https://www.veteranscrisisline.net)

Llame al 988 y presione 1 para comunicarse con la Línea de crisis para veteranos. Los veteranos también pueden llegar a la Línea de crisis para veteranos con el número de teléfono anterior 1-800-273-8255 y presione 1 por mensaje de texto (838255), y por chat ([VeteransCrisisLine.net/Chat](https://www.VeteransCrisisLine.net/Chat)).

Este es una línea directa privada y gratuita. Conecta a los veteranos en crisis con el personal de respuesta calificada y atenta del Departamento de Asuntos de los Veteranos (Veterans Affairs, VA). Familiares y amigos de veteranos también pueden usar este servicio.

Visite el sitio web de la Línea de crisis para veteranos para obtener más información: [veteranscrisisline.net](https://www.veteranscrisisline.net).

Línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA) [samhsa.gov/find-help/national-helpline](https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline)

Llame al 1-800-662-HELP (4357) para obtener apoyo sobre sus preocupaciones por el consumo de sustancias o la salud mental.

Esta línea directa es confidencial y gratuita. Puede comunicarse las 24 horas del día, los 365 días del año y hablar con los agentes en inglés o español. Pueden ayudarlo a obtener derivaciones a centros de tratamiento, grupos de apoyo, y grupos en la comunidad.

Para obtener más información sobre el consumo de sustancias, preocupaciones sobre la salud mental, y tipos de tratamientos, visite [findtreatment.samhsa.gov](https://www.findtreatment.samhsa.gov).

Para encontrar recursos e información sobre opciones de tratamiento y servicios de apoyo para la salud mental, el consumo de sustancias y el consumo de alcohol, visite: [samhsa.gov/find-support](https://www.samhsa.gov/find-support).

Línea directa nacional de agresión sexual [rainn.org/resources](https://www.rainn.org/resources)

Llame al 1-800-656-HOPE (4673) para hablar con un miembro del personal capacitado que puede brindarle apoyo confidencial en una crisis. Esta línea directa está abierta las 24 horas del día, los 7 días de la semana. El chat en línea también está disponible en inglés ([hotline.rainn.org/online](https://www.hotline.rainn.org/online)) y en español ([hotline.rainn.org/es](https://www.hotline.rainn.org/es)).

Línea directa nacional de violencia [thehotline.org](https://www.thehotline.org)

Llame al 1-800-799-SAFE (7233) para hablar con un defensor para obtener apoyo gratuito y confidencial. La línea directa está abierta las 24 horas al día, los 7 días a la semana y también ofrece servicios de chat en línea y mensajes de texto (envíe el mensaje de texto "START" al 88788).

Línea de ayuda para nativos de StrongHearts [strongheartshelpline.org](https://www.strongheartshelpline.org)

Llame al 1-844-7NATIVE (762-8483) para obtener apoyo. Esta línea de ayuda segura, confidencial, y anónima está abierta las 24 horas del día, los 7 días a la semana, la cual ofrece apoyo y asesoramiento culturalmente apropiado para los Nativos norteamericanos y de Alaska. La línea de ayuda para nativos de StrongHearts también ofrece un chat en línea.



Paso 2:

LO QUE HAY QUE SABER

Reúna información sobre su salud

Antes de su liberación, empiece a reunir información sobre su salud. Es importante que descubra qué servicios necesitará después de su liberación. Averigüe en qué se desea concentrar y tenga un plan que lo ayudará a ser saludable y exitoso.

Aquí encontrará una lista de verificación de la información que debe reunir:

- Copias de mis registros médicos, papeleo de alta médica, y documentos de transición

CONSEJO: Solicite una copia de su registro médico al personal médico de su centro por lo menos 60 días antes de su liberación. Ellos pueden proporcionarle sus registros de manera segura después de su liberación.

- Lista de los medicamentos actuales que necesita continuar después de la liberación

CONSEJO: El personal médico en su centro puede proporcionar un suministro de medicamentos de alta y otros suministros médicos necesarios.

- Todos los problemas, preguntas o preocupaciones de salud para discutir con mi nuevo proveedor, incluso el cuidado que puedo haber evitado o fue demorado mientras estuve encarcelado (por ejemplo: limpiezas dentales)

- Información de contacto de los centros médicos que visité antes del encarcelamiento (si estoy planeando regresar a la misma ciudad o estado en el que viví antes)

- Lista de los centros médicos en la ciudad o estado donde planeo vivir después de mi liberación

- Lista de los grupos culturales, étnicos, religiosos u otros grupos que me podrían brindar apoyo y conexión positivos después de mi liberación, si deseo este tipo de apoyo

Lo que hay que saber

- ¿Quién puede ayudarme a conectar con los lugares y servicios que necesito?
- ¿Cuál es mi red de apoyo? ¿Dónde estaré cuando salga?
- Si es necesario, busque un centro de salud local en <https://findahealthcenter.hrsa.gov/>

Preguntas para hacer

- ¿Tengo suficiente medicación, y necesito solicitar tomar dosis domiciliarias antes de ser liberado?
- ¿Está ya establecida mi cita con mi proveedor de atención médica de la comunidad?
- ¿Puedo usar especialistas de apoyo entre pares para que me ayuden a enfrentar todas las necesidades abrumadoras después de mi liberación?
- ¿Hay conexiones o información sobre una organización o consejo local de reingreso en la comunidad a la que regresaré?
- ¿Tengo contactos de mi departamento de salud local y el departamento de Medicaid estatal?
- ¿Cumplo con los requisitos de alguno de los programas de la red de contención (programas en algunos estados que brindan servicios a las personas que no tienen cobertura médica)?
- ¿Tengo alguna necesidad dental inmediata?



Personas y títulos para saber

Los títulos pueden ser diferentes en cada centro. Aquí tiene algunos ejemplos de personas y títulos que podría encontrar al mudarse de un centro a una comunidad durante el reingreso en su trayectoria de salud:

- **Consejero de solicitudes certificado** ayuda a las personas a encontrar cobertura médica a través de Medicaid, incluso a completar los formularios de solicitud e inscripción.
- **Equipo de reingreso a la comunidad** ayuda a las personas que dejan la prisión o la cárcel a encontrar un trabajo, obtener alojamiento, mantener a sus hijos y familias y contribuir a sus comunidades.
- **Coordinador de la atención** ayuda a administrar los servicios de atención médica de los pacientes y compartir información entre los proveedores de atención médica.
- **Gerente de casos** ayuda a las personas a acceder a los servicios médicos, sociales, educativos, y otros servicios necesarios.
- **Asistente social clínico** brinda servicios de asesoramiento y terapia, gestión de casos, y otro apoyo.
- **Planificador de la liberación** trabaja con las personas cerca de su fecha de liberación para prepararlas para la vida después del encarcelamiento.
- **Asesor de liberación de la cárcel** ayuda a las personas que dejan la prisión o cárcel a obtener servicios de atención médica y otros servicios.
- **Asesor de mercado** ayuda a las personas a encontrar cobertura médica a través de Health Insurance Marketplace®, incluso a completar los formularios de solicitud e inscripción.
- **Personal médico** incluye médicos (doctor en medicina o doctor en medicina osteopática), enfermeras practicantes, enfermeras clínicas especialistas, o asistentes médicos para ayudar a un paciente a acceder a una gama de servicios de atención médica.
- **Mentor o mensajero fiable** se comunica y motiva a las personas, a menudo en base a sus propias experiencias personales de encarcelamiento, para reinsertarlas exitosamente a la comunidad y abordar los desafíos y las nuevas oportunidades.
- **El oficial de libertad condicional** supervisa a las personas en libertad bajo supervisión judicial, antes del juicio o después de la sentencia.
- **Pares/Especialista en apoyo entre pares** es alguien con experiencia de vida que ha sido exitoso en el proceso de recuperación de condiciones de salud mental y/o consumo de sustancias que ayuda a brindar apoyo a otros que experimentan desafíos similares.
- **Enfermera/Especialista/Coordinador de reingreso** brinda asesoramiento y apoyo a personas que vuelven a sus comunidades después de estar en prisión o en la cárcel.
- **Asistente social** administra casos y ayuda a las personas a encontrar tratamiento y otras maneras de mejorar su recuperación, salud, y bienestar.
- **Coordinador de transición** brinda recursos a las personas que salieron de prisión o cárcel para que cumplan con sus necesidades específicas. También programan todas las citas de pacientes ambulatorios en la comunidad.



Paso 3:

SOLICITE COBERTURA MÉDICA

Cuando esté en un establecimiento correccional, ellos le proveen servicios de salud. Sin embargo, una vez que es liberado, necesitará cobertura médica que lo ayude a pagar los servicios de atención médica. Este paso describe las diferentes opciones para obtener la cobertura médica y luego le brinda información sobre cómo obtener más detalles y cómo aplicar.

Primero, averigüe si su cárcel o prisión tiene un programa de liberación previa o excarcelación. Si la respuesta es sí, consulte cómo puede participar para ayudar a determinar para qué cobertura médica es elegible y ver si pueden ayudarlo a solicitar dicha cobertura.

¿Cuáles son las opciones? ¿Cómo y dónde puedo aplicar?

Medicaid

- Medicaid es un seguro médico gratis o de bajo costo para los adultos elegibles de bajos ingresos, niños, mujeres embarazadas, adultos mayores y personas con discapacidades.
- Muchas personas que están encarceladas o están por ser liberadas del encarcelamiento, incluso adultos sin hijos, son elegibles para Medicaid en base a sus ingresos.
- La cobertura dental en Medicaid depende de su estado. Puede haber una cobertura de emergencia o atención adicional. Consulte con su plan una vez inscrito para averiguar.
- Puede obtener más información y solicitar Medicaid visitando la página web Medicaid.gov State Overviews y haciendo clic en su estado en el menú desplegable para acceder a información específica del estado para ver si califica y cómo puede inscribirse: [medicaid.gov/state-overviews/index.html](https://www.medicaid.gov/state-overviews/index.html). Muchos establecimientos correccionales ofrecen asistencia directa para ayudar a que los residentes apliquen y sean considerados elegibles para Medicaid ya sea antes o justo después de la liberación.

CONSEJO: Incluso si aplicó para Medicaid antes y no cumplió con los requisitos, usted podría ser elegible ahora. Además, los jóvenes que anteriormente estaban en cuidado de acogida son elegibles para Medicaid hasta los 26 años de edad sin importar en qué estado viven actualmente.

- Dependiendo de su estado, podría estar inscrito en Medicaid mientras estaba encarcelado para algunos servicios. Inscribirse en Medicaid mientras está encarcelado puede ayudarlo a obtener beneficios más pronto después de su liberación. Consulte sobre la cobertura médica lo antes posible.
- Si cree que podría cumplir con los requisitos de Medicaid pero todavía no está inscrito, intente comenzar o enviar su solicitud antes de ser liberado. Si ya está inscrito en Medicaid, asegúrese que todavía está inscrito al confirmar su estado con la agencia de Medicaid estatal. También asegúrese de que sus beneficios comenzarán lo antes posible después de su liberación. Averigüe más: www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html.
- Si cree que está inscrito, pero no tiene una tarjeta, solicite a la agencia de Medicaid de su estado una copia de su tarjeta de Medicaid. Aprenda cómo reemplazar su tarjeta de Medicaid aquí: www.medicaid.gov/faq/how-do-i-replace-my-medicaid-card/index.html.
- Obtenga más información sobre los requisitos para inscribirse en Medicaid en su estado: www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html#statemenu.

Medicare

- Medicare es el programa de cobertura médica para personas mayores de 65 años o para personas con una discapacidad calificada o enfermedad renal en etapa terminal.
- Medicare puede incluir Original Medicare, que incluye la Parte A (seguro hospitalario) y la Parte B (seguro médico), como para las visitas al médico.
- Medicare también tiene planes de Medicare Advantage, planes de medicamentos de Medicare, y otros planes de salud de Medicare para ofrecer pagos adicionales.
- Para aplicar, visite Medicare.gov.
- Cuando termine su encarcelamiento, hay momentos específicos cuando puede inscribirse. *Consulte la página 18, para obtener más detalles.* Esto incluye el día después de su liberación, así que revíselo ahora y planifique con anticipación.
- Para obtener ayuda con la solicitud, comuníquese con un asesor local del Programa de Seguro Médico Senior (Senior Health Insurance Program) en su área para que lo asista en la elección e inscripción en un plan. Para encontrar un asesor SHIP cerca suyo, visite: <https://www.shiphelp.org/>.
- Visite la página web Medicare.gov para obtener ayuda para pagar los costos: <https://www.medicare.gov/basics/costs/help>.
- En la mayoría de los casos, Original Medicare no cubrirá los servicios de la vista ni dentales. Sin embargo, algunos planes de Medicare Advantage (Parte C) ofrecen beneficios adicionales que Original Medicare no cubre como la vista, audición, o dental. Comuníquese con el plan para obtener más información.
- Conozca más sobre los requisitos para inscribirse en Medicare: www.medicare.gov/basics/get-started-with-medicare/sign-up/ready-to-sign-up-for-part-a-part-b.

Medicare y Medicaid (también llamado Doble Elegibilidad)

- Si tiene 65 años o más y tiene una discapacidad **Y** tiene ingresos limitados, puede calificar para ambos: Medicare y Medicaid.
- Aplique para Medicare y Medicaid para estar seguro. Si es elegible para ambos, le cubrirá más prestaciones sin coste o a un costo reducido para usted.
- La cobertura dental y oftalmológica puede estar cubierta por su Medicaid, según su estado y el plan. Póngase en contacto con el plan para saber qué incluye.

HealthCare.gov (Mercados o Mercado de su estado)

- HealthCare.gov ofrece los intercambios federales y estatales con cobertura médica privada, pero incluyen ayudas para pagar las primas a quienes reúnan los requisitos. Hay muchos planes de salud calificados entre los que puede elegir. Puede comprar los planes en base a su área y sus necesidades.
- Para aplicar, visite HealthCare.gov para averiguar si puede optar a un plan a través del Mercado de Seguros Médicos (Health Insurance Marketplace).

CONSEJO: No puede adquirir cobertura médica a través del Health Insurance Marketplace® mientras cumple una condena en prisión o en la cárcel. Sin embargo, tiene 60 días para inscribirse en la cobertura médica cuando salga de la cárcel o prisión, a partir de su puesta en libertad.

- ¿Necesita ayuda? Llame al 855-889-4325 o visite: localhelp.healthcare.gov.
- Conozca más sobre la información requerida por el Mercado: www.healthcare.gov/verify-information/documents-and-deadlines/.
- Hay requisitos mínimos que todos los planes deben cumplir. Algunos pueden cubrir también beneficios dentales y oftalmológicos. O usted puede buscar un plan dental independiente. [Obtenga más información aquí.](#)

Seguro provisto por el empleador

- Existen otras opciones de cobertura médica privadas. Las más comunes son los planes provistos por el empleador.
- Cuando encuentre trabajo, pregunte si tienen prestaciones que incluyan la cobertura médica. Si es así, muchas personas usan esto como su cobertura médica. No todos los trabajos ofrecen cobertura médica, pero asegúrese de preguntar.
- La cobertura dental y de la vista dependerán de su plan. Comuníquese con el plan o su oficina de beneficios para conocer lo que está cubierto.

Averigüe cómo obtener la documentación acreditativa necesaria para obtener cobertura, incluso un certificado de nacimiento y la tarjeta del seguro social: www.usa.gov/replace-vital-documents.



Consideraciones especiales

Algunos grupos de personas o algunas experiencias vitales pueden permitirle tener otras opciones de cobertura médica. Además, podría calificar para otros tipos de ayuda. Si no está seguro, haga preguntas para obtener más información.

Otras opciones de cobertura:

- ¿Es un veterano? Si lo es, comuníquese con la Administración de Veteranos (VA) para averiguar si tiene alguna cobertura a través de la VA. Averigüe más en: <https://www.va.gov/>.
- ¿Es Nativo americano o de Alaska? El Servicio de Salud Indígena (Indian Health Service, IHS) se encarga de prestar servicios médicos a los Nativos americanos y de Alaska.
 - Si califica para obtener los servicios del IHS, debería comunicarse con el proveedor de atención médica para nativos local o visitar www.ihs.gov.
 - Para obtener más información sobre las disposiciones para los Nativos americanos y de Alaska que califican para obtener Medicaid, el Programa de Seguro Médico para Niños (Children's Health Insurance Program) o Marketplace, visite healthcare.gov/tribal o go.cms.gov/AIAN.

Otros tipos de ayuda:

- Inicie el proceso para solicitar otras prestaciones que pueda necesitar, como Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (Temporary Assistance for Needy Families, TANF), Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP), Seguridad de Ingreso Suplementario (Supplemental Security Income, SSI), Seguro de Incapacidad del Seguro Social (Social Security Disability Insurance, SSDI), Programa de Asistencia Nutricional Suplementario Especial para Mujeres, Bebés y Niños (Supplemental Nutritional Program for Women, Infant and Child, WIC), Programa de Asistencia Energética para Hogares de Bajos Ingresos (Low-Income Home Energy Assistance Program, LIHEAP), u otros servicios.
- Su centro o asistente social puede ser capaz de ayudarlo a aplicar antes o después de la liberación.
- Visite <https://www.benefits.gov/> para buscar servicios o disque [2-1-1](tel:2-1-1) para hablar con alguien en su área sobre los servicios.

Más sobre Medicare

Suscríbase para Original Medicare mediante el uso del Período de inscripción especial

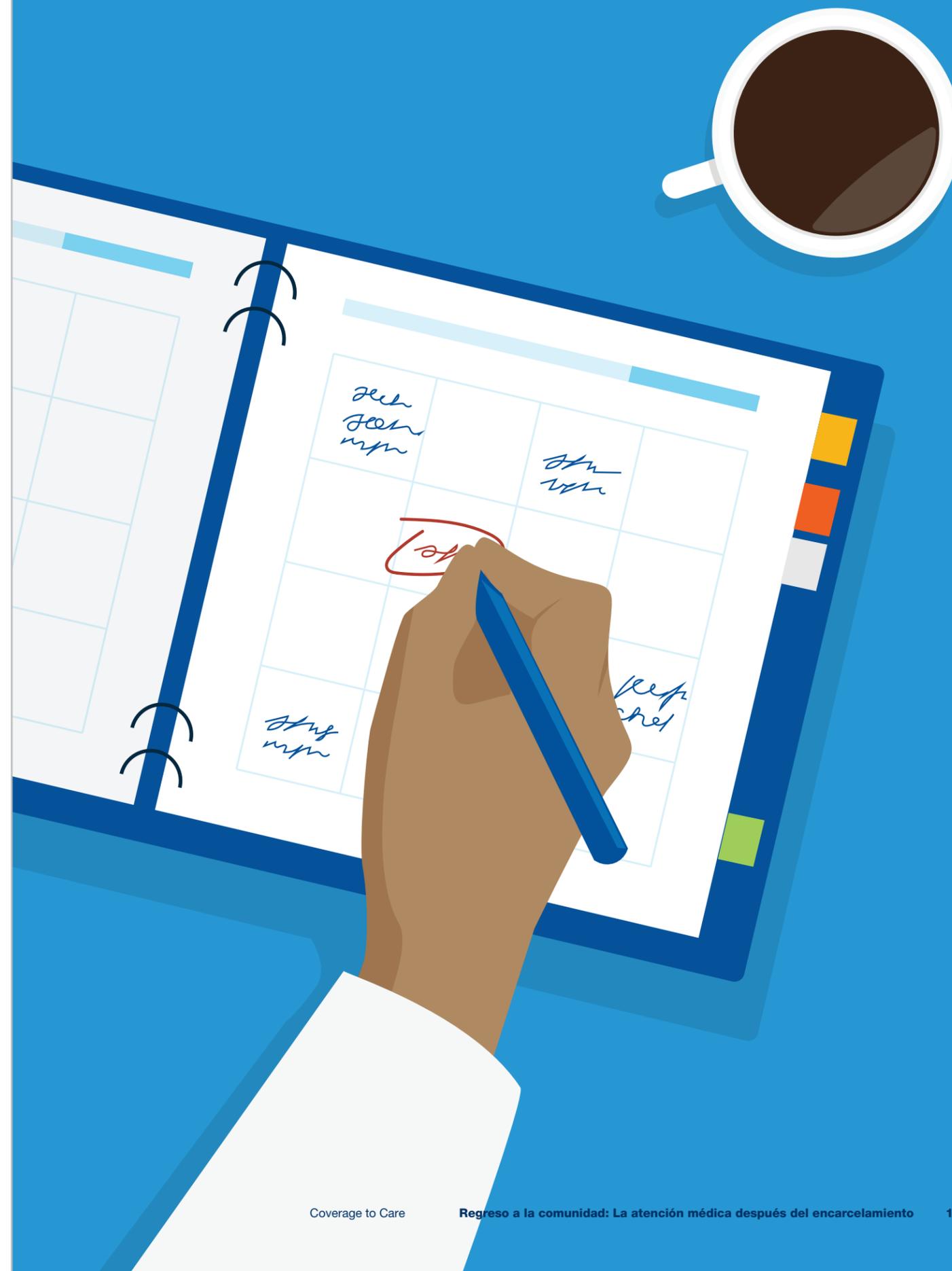
- La suscripción comienza: El día después de su liberación. La suscripción finaliza: El último día del doceavo mes después del mes de su liberación.
 - Su cobertura comenzará el mes siguiente después de su suscripción. En algunas situaciones, también puede elegir una fecha de inicio de cobertura hasta 6 meses en el pasado. Si decide iniciar la cobertura en el pasado y solicita Medicare dentro de los 6 primeros meses de su puesta en libertad:
 - Su cobertura comenzará en la fecha de liberación del encarcelamiento.
 - Usted será responsable de devolver las primas de Medicare a la fecha de inicio de su cobertura.
- Si elige comenzar la cobertura en el pasado y aplica para Medicare más de 6 meses después de su liberación:
- Su cobertura comenzará 6 meses antes de su suscripción.
 - Usted será responsable de devolver las primas de Medicare a la fecha de inicio de su cobertura.
- No habrá multas por inscripción tardía.

Suscríbase para Original Medicare durante el Período de inscripción general

- El período de inscripción general va desde el 1 de enero al 31 de marzo.
- La cobertura comenzará el mes siguiente después de su suscripción.
- Quizás tenga que pagar una multa por inscripción tardía dependiendo de cuánto espere para la suscripción después de que sea liberado del encarcelamiento.

Únase al Plan de Medicare Advantage, al plan de medicamentos de Medicare (Parte D) u otro plan médico de Medicare

- Generalmente, usted puede suscribirse para los primeros 2 meses calendarios completos después de su liberación.
Recuerde: Tiene que suscribirse a Medicare antes de poder unirse a un plan. [Obtenga información sobre cómo suscribirse.](#)
Para unirse a un plan puede:
 - Comunicarse directamente con el plan al que desea unirse.
 - [Unirse a un plan en línea.](#)
 - Llame al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227).
Los usuarios de TTY pueden llamar al 1-877-486-2048.
- La cobertura comenzará el primer día del mes siguiente en que el plan recibe su solicitud.
- Es posible que tenga que pagar una multa por inscripción tardía de la Parte D si no se inscribe en un plan de medicamentos de Medicare dentro de los 63 días de haberse inscrito en Medicare Original (y no tiene otra cobertura acreditable de medicamentos recetados durante ese tiempo).





Paso 4:

USE SU COBERTURA MÉDICA

Después de encontrar e inscribirse en una cobertura médica, deseará pensar acerca de cómo usar su cobertura médica.

Encontrar e inscribirse en una cobertura médica no es el fin de la trayectoria. Mantener su salud es un compromiso para toda la vida. Un paso siguiente importante es encontrar proveedores de atención médica, como doctores, enfermeras y terapeutas, que pueden llegar a conocerlo y apoyarlo. Es posible que desee ponerse en contacto con un especialista en apoyo mutuo para que revise su lista de necesidades médicas, le ayude a encontrar los proveedores de atención médica adecuados y le ayude a programar las citas.

A pesar de que puede obtener servicios de atención médica en varios lugares diferentes, incluso el departamento de emergencias, es mejor obtener su atención y servicios habituales por parte de un médico, como un proveedor de atención primaria, que llegará a conocerlo a usted y a sus necesidades.

Puede encontrar proveedores de atención primaria en consultorios, clínicas y centros de salud en todo el país. Dependiendo de su cobertura médica y de dónde viva, es posible que encuentre un proveedor de atención primaria en:

- Grupos y consultorios médicos privados
- Centros de atención ambulatoria
- Clínicas ambulatorias
- Centros de salud calificados a nivel federal
- Clínicas comunitarias y clínicas gratuitas
- Centros de salud ubicados en escuelas
- Centros de servicio de salud indígena, tribal y Programa de salud indígena urbano
- Centros médicos de asuntos de veteranos y clínicas ambulatorias

Obtenga más información sobre cuando usar las consultas de atención primaria y en el consultorio para sus necesidades de salud en comparación con cuando ir al departamento de emergencias con la [Hoja informativa: Infórmese antes de ir](#).

Aquí encontrará algunos pasos que puede tomar para comunicarse con los servicios:

- Encuentre un proveedor de atención médica en el área en el que planea vivir después de la liberación. Visite <https://findahealthcenter.hrsa.gov/>.
- Programe una cita con su proveedor de atención médica. Para obtener consejos sobre cómo elegir un proveedor, consulte: www.cms.gov/files/document/roadmap-better-care-english.pdf-0.
- ¿Necesita ayuda con la salud mental, las drogas o el alcohol? Visite FindSupport.gov para obtener ayuda.

Si necesita más ayuda para conectarse con la atención médica y utilizar su cobertura médica, puede consultar la [Guía para una mejor atención \(Roadmap to Better Care\)](#) para obtener más información sobre copagos, dónde acudir y cómo participar en su atención.



RECURSOS

Recursos de reingreso

El Centro de Recursos de Reingreso Nacional (National Reentry Resource Center, NRRC) es la principal fuente de información y asesoramiento de la nación para el reingreso. El NRRC desarrolla recursos y herramientas, facilita el intercambio de información y apoya el reingreso. Visite nationalreentryresourcecenter.org o llame al 866-536-8686 para obtener ayuda con:

- El sistema de reingreso
- Hacer la transición de regreso a la comunidad después de haber estado en prisión o cárcel
- Crear o mejorar los programas y políticas de reingreso
- Involucrarse en los servicios y procesos de reingreso

La cobertura médica de HHS Office of Minority Health (Office of Minority Health, OMH) (Oficina de Salud de las Minorías del Departamento de Salud y Servicios Humanos):

- **Consejos sobre el Health Insurance Marketplace®:** 1-800-318-2596 o healthcare.gov/quick-guide/onepage-guide-to-the-marketplace
- **Cobertura de Medicaid y CHIP:** 1-800-318-2596 o healthcare.gov/medicaid-chip/getting-medicaid-chip
- **Primeros pasos con Medicare:** 1-800-633-4227 o medicare.gov/basics/get-started-with-medicare

Encontrar un proveedor

https://findahealthcenter.hrsa.gov/Additional_Support

Ayuda adicional

- **Cobertura médica para personas encarceladas:** 1-800-318-2596 o healthcare.gov/incarcerated-people
- **Consumidores encarcelados o recientemente liberados** 1-800-318-2596 o marketplace.cms.gov/technical-assistance-resources/incarcerated-and-recently-released-consumers.pdf
- **Localizador de tratamiento de SAMHSA:** 1-800-662-HELP (4357) o findtreatment.samhsa.gov
- **Recursos de SAMHSA:** 1-800-662-4357 o www.samhsa.gov/find-support TTY: 1-800-487-4889 / Envíe por mensaje de texto su código postal a: 435748
- **211** www.211.org Esta línea nacional gratuita está disponible 24 horas del día, 7 días a la semana, 365 días al año para hablantes de inglés y otros 180 idiomas, con el fin de poner en contacto a personas que necesitan ayuda con organizaciones comunitarias. Llame al 211 para ser conectado con especialistas comunitarios capacitados que pueden ayudarlo a encontrar recursos y servicios locales para sus necesidades de salud, entre otros. Puede encontrar su 211 local aquí: www.211.org/about-us/your-local-211





go.cms.gov/c2c

Pagado por el U.S. Department of Health and Human Services
(Departamento de Salud y Servicios Sociales de los EE. UU.)

Fecha de revisión: Abril de 2024

Publicación n.º 12214-S

Esta publicación es un esfuerzo conjunto de los Centros para los Servicios de Medicare y Medicaid y el Departamento de EE. UU. de Justicia, Oficina de Programas de Justicia.