

Control de enfermedades crónicas

blueprint

Controlar una enfermedad crónica puede ser complejo y frustrante. ¡Tú y tus dependientes con afecciones crónicas no tienen que atenderse a sí mismos!



¿Qué es el control de enfermedades crónicas?

El control de enfermedades crónicas de BlueAdvantage Administrators of Arkansas los ayuda a ti y a tus dependientes a gestionar cualquiera de estas enfermedades crónicas:

- Diabetes (adultos y jóvenes)
- Asma (adultos y jóvenes)
- Insuficiencia cardíaca congestiva (Congestive Heart Failure, CHF)
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Enfermedad de las arterias coronarias
- Enfermedad renal



¿Quién es elegible para participar?

Si te han diagnosticado una de estas afecciones, puedes llamar al número gratuito que figura en el reverso de este folleto para obtener información sobre el programa. También es posible que una de nuestras enfermeras tituladas (Registered Nurses, RN) se comuniquen contigo para que te unas al programa. El programa forma parte de tu plan de salud, disponible sin costo adicional.



¿Cuáles son los servicios disponibles?

Una vez que te inscribas, RN trabajarán contigo para ayudarte a establecer objetivos y gestionar las afecciones de la siguiente manera:

- Proporcionar materiales educativos para ayudarte a desarrollar habilidades de autocontrol
- Llamadas telefónicas de seguimiento para ayudarte a alcanzar tus objetivos para el control de enfermedades crónicas
- Proporcionar un número de teléfono gratuito al que puedas llamar para obtener respuestas a tus preguntas, además de las llamadas programadas con tu RN
- Hablar sobre tu atención con tu médico, con tu permiso
- Ayudarte a encontrar recursos comunitarios útiles (como grupos de apoyo, asistencia con los gastos de medicamentos, etc.)
- Proporcionar educación sobre una vida saludable



**BlueAdvantage
Administrators of Arkansas**

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

Áreas de enfoque para las técnicas de autogestión



Asma

- Plan de acción para el asma
- Factores desencadenantes del asma
- Medicamentos para el asma
- Medidores de flujo respiratorio máximo
- Dieta y asma



Salud cardiovascular

- Presión sanguínea
- Colesterol
- Procedimientos cardíacos y atención posterior
- Dieta y salud cardíaca



Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)

- Medicamentos para la EPOC
- Espirometría
- Dieta y EPOC



Insuficiencia cardíaca congestiva

- Restricción de sodio y líquidos
- Medicamentos para la CHF
- Control del peso



Manejo de la diabetes

- Examen de la vista
- Atención de los pies
- Presión sanguínea
- A1c
- Colesterol
- Dieta/recuento de carbohidratos
- Control de glucemia
- Medicamentos contra la diabetes



Enfermedad renal

- Comprensión de las 5 etapas de la enfermedad renal
- Plan de acción renal
- Administración de medicamentos
- Planificación de la dieta renal
- Síntomas y pruebas

Enseñar temas relacionados con cada enfermedad:

- Causa y tratamiento
- Dejar de fumar
- Ejercitación
- Control del peso
- Consejos para hablar con tu médico



¿Tienes alguna pregunta?

Llama a la línea de ayuda gratuita para el control de enfermedades crónicas al 800-225-1891 o visita blueadvantagearkansas.com. ¡Esperamos poder apoyarte!

Ten en cuenta lo siguiente: El control de enfermedades crónicas es solo para fines educativos de salud. No ofrecemos asesoramiento ni servicios médicos. Siempre consulta a tu médico tratante para recibir el asesoramiento o los servicios médicos que puedas necesitar. Como miembro, eres responsable de seleccionar los proveedores, los servicios o los productos. Consulta los beneficios de los miembros para obtener información sobre la cobertura de servicios. Toda la información que proporcionas se mantiene estrictamente confidencial y se utiliza solo para proporcionarnos la información necesaria para tu participación en el control de enfermedades crónicas.