

Boletín informativo para miembros

Ayude a prevenir el suicidio¹

El suicidio puede afectar a cualquier persona en cualquier momento. Pero no es inevitable. Hay esperanza. Todo el mundo tiene un papel que desempeñar en la prevención del suicidio.

El suicidio cobra vidas preciosas. Puede devastar a las familias. También puede dañar a comunidades enteras. Ayude a prevenir el suicidio y ofrezca apoyo a las personas en crisis compartiendo estos recursos.

- El Centro de Recursos para la Prevención del Suicidio de SAMHSA ([sprc.org](https://www.sprc.org)) ayuda a cualquier persona, incluidos los sobrevivientes de pérdida por suicidio, a encontrar recursos locales y nacionales.

Poblaciones en riesgo

Ciertos grupos tienen un mayor riesgo de suicidio. Las personas de mediana edad, especialmente los hombres, tienen la tasa más alta de suicidio en comparación con otros grupos. El ochenta por ciento de todas las muertes por suicidio en los Estados Unidos son entre adultos de 45 a 54 años. Muchos factores contribuyen a este riesgo. Los factores pueden incluir aislamiento, antecedentes de violencia o acceso a medios letales.

- Veteranos
- LGBTQIA+
- Jóvenes y adultos jóvenes
- Sobrevivientes a atentados
- Sobrevivientes a pérdidas
- Sobrevivientes a desastres

Ayuda para usted o alguien que conoce

Hablar con alguien sobre sus pensamientos y sentimientos puede salvarle la vida. Hay pasos que usted o un amigo pueden tomar para ayudar con una crisis.

- Si usted o un amigo se sienten solos y tienen pensamientos suicidas, no permanezca en silencio. La ayuda está disponible llamando o enviando un mensaje de texto al 988 a la Línea de ayuda para el suicidio y la crisis para obtener apoyo gratuito y confidencial.port.
- También puede chatear 24/7 en [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org).
- La Línea de ayuda para el suicidio y la crisis también proporciona recursos para encontrar un terapeuta/grupo de apoyo, sobre cómo construir y usar una red de apoyo y sobre cómo hacer un plan de seguridad para usted.

Aprenda a reconocer las señales de advertencia cuando alguien está en riesgo. Si cree que alguien puede estar en peligro de suicidio:

- Llame al 911
- Llame o envíe un mensaje de texto al 988 para hablar con un profesional atento.
- Quédese con la persona.
- Escuche sin juzgar.
- Ingrese a [988lifeline.org/help-someone-else](https://www.988lifeline.org/help-someone-else) para obtener más información.

Señales de advertencia de suicidio para jóvenes¹

- Hablar o hacer planes para suicidarse
- Falta de esperanza para el futuro
- Dolor o angustia intensos/ abrumadores
- Cambios preocupantes en el comportamiento
- Cambios repentinos en las conexiones/situaciones sociales
- Cambios significativos en el sueño
- Aumento de la ira, hostilidad, agitación y/o irritabilidad que está fuera de lugar

Señales de advertencia de suicidio para adultos¹

- Hablar o hacer planes para el suicidio
- Actuar ansioso o agitado; y comportarse imprudentemente
- Hablar de ser una carga
- Hablar sobre sentirse atrapado
- Hablar de un dolor insoportable
- Aumentar el consumo de alcohol o drogas
- Hablar sobre que no hay motivos para vivir
- Cambios extremos en el estado de ánimo
- Hablar sobre buscar venganza
- Buscar el aislamiento

¹La Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA) proporcionó información útil para esta historia completa. Hay recursos, videos e infografías adicionales disponibles en [samhsa.gov/suicide](https://www.samhsa.gov/suicide) y en [samhsa.gov/mental-health/suicidal-behavior](https://www.samhsa.gov/mental-health/suicidal-behavior).

Información y recursos para la comunidad

Las líneas telefónicas de recursos para miembros cuentan con personal las 24 horas del día, los siete días de la semana. También puede visitar MagellanofPA.com.

Encuentre proveedores especializados en nuestro sitio web

1. Visite MagellanofPA.com
2. Haga clic en Buscar un proveedor (Provider search) y siga los pasos a continuación.

¿Tiene alguna pregunta sobre Community HealthChoices?

Participantes: 1-833-735-4416

Proveedores: 1-800-932-0939

healthchoices.pa.gov/info/about/community

Correo electrónico:
RA-PWCHC@pa.gov

Cómo denunciar fraude, uso indebido y abuso del sistema:

Línea directa de la Unidad de Investigaciones Especiales:
1-800-755-0850

Línea directa de cumplimiento corporativo:
1-800-915-2108

Consulte el [Manual para Miembros y el Boletín informativo en MagellanofPA.com en Recursos para miembros.](#)

¡Regístrese para recibir el boletín informativo por correo electrónico!

Su acción es importante para poder ayudarla. Los Miembros deben renovar la elegibilidad de la Asistencia Médica en la fecha de renovación.

- Asegúrese de que su información de contacto esté actualizada y verifique su fecha de renovación. Si cambió su dirección a partir de 2020 o no está segura de cuándo le corresponde realizar la renovación:
 - Use la aplicación móvil myCOMPASS PA.
 - Visite el sitio web de PA COMPASS en dhs.pa.gov/COMPASS (vea el código QR en la página 4).
 - Llame al Centro de Servicio al Cliente al **1-877-395-8930**.
- Revise su correo. Recibirá su paquete de renovación por correo.
- Complete y devuelva su renovación antes de la fecha límite impresa en el paquete de renovación. Hay cuatro formas de completar y enviar su renovación:
 - Por correo: complete y devuelva los formularios enviándolos por correo en el sobre provisto
 - En línea: complete su renovación en línea en COMPASS
 - Por teléfono: llame al 1-866-550-4355 para completar la renovación por teléfono
 - En persona: complete y presente su renovación personalmente en cualquier oficina local de asistencia del condado (County Assistance Office, CAO).

Próximos encuentros comunitarios

Conéctese con los puntos de contacto que se mencionan a continuación. Las reuniones están sujetas a cambios.

Comuníquese con su facilitador de MY LIFE, que se menciona a continuación, para recibir el cronograma de las próximas reuniones en cada condado o visite magellanofpa.com/for-members/community/my-life:

- Condado de Bucks: Amanda Grace Krier, 215-595-5795
- Condado de Cambria: Camette Standley, 814-961-0719
- Condados de Lehigh/Northampton: Michele Davis, 610-814-8006
- Condado de Montgomery: Stacey Volz, 215-504-3931

Reuniones mensuales de CSP para cada condado:

- Steph Cassanese, cassaneses@magellanhealth.com

Recursos del condado

Condado de Bucks

Miembros: 1-877-769-9784

TTY: PA Relay 7-1-1

Información en caso de crisis y emergencias:

Marque **988** para la Línea Nacional del Suicidio o comuníquese con uno de los Centros de Crisis a continuación:

- Línea directa de crisis: 1-800-499-7455
- Lenape Valley Foundation, Bristol: 215-785-9765
- Lenape Valley Foundation, Doylestown: 215-345-2273
- Intervención móvil en situaciones de crisis de Lenape Valley: 1-877-435-7709
- Penn Foundation, Sellersville: 215-257-6551 (servicios de intervención en situaciones de crisis de 7 a. m. a 11 p. m. todos los días)

Condado de Cambria

Miembros: 1-800-424-0485

TTY: Retransmisión de PA 7-1-1

Información en caso de crisis y emergencias:

- Marque 988 para comunicarse con la Línea Nacional de Prevención del Suicidio

Condado de Lehigh

Miembros: 1-866-238-2311

TTY: Retransmisión de PA 7-1-1

Información en caso de crisis y emergencias: 610-782-3127

Condado de Montgomery

Miembros: 1-877-769-9782

TTY: Retransmisión de PA 7-1-1

- Línea de apoyo entre pares: 1-855-715-8255 (llamadas) o 1-267-225-7785 (mensajes de texto)
- Línea directa para adolescentes: 1-866-825-5856 (hablar) o bien 1-215-703-8411 (mensajes de texto)

Información en caso de crisis y emergencias

- Acceso a servicios móviles para casos de crisis: 1-855-634-HOPE (4673)
- Servicios de Emergencia del Condado de Montgomery: 610-279-6100 o bien 1-844-455-7455

Condado de Northampton

Miembros: 1-866-238-2312

TTY: Retransmisión de PA 7-1-1

Información en caso de crisis y emergencias: 610-252-9060

Community HealthChoices

Información de contacto del plan de atención médica física de atención administrada

AmeriHealth Caritas CHC

amerihealthcaritaschc.com

- Servicios para Participantes: 1-855-235-5115 (TTY 1-855-235-5112)
- Línea de llamada de enfermera: 1-844-214-2472

Keystone First CHC

keystonefirstchc.com

- Servicios para Participantes: 1-855-332-0729 (TTY 1-855-235-4976)
- Línea de llamada de enfermera: 1-855-332-0117

PA Health & Wellness Community HealthChoices

pahealthwellness.com/members.html

- Línea directa del participante: 1-844-626-6813 (TTY 1-844-349-8916)

UPMC Health Plan

upmchealthplan.com/chc

- Conserjería de atención médica: 1-844-833-0523 (TTY 711)
- Los participantes del Centro de Enfermería Clínicamente Elegible (Nursing Facility Clinically Eligible, NFCE) pueden llamar a los Departamentos de Coordinación de Servicios (TTY 711):
 - Sudoeste: 1-844-860-9302
 - Sureste: 1-833-672-8078
 - Noroeste, Noreste y Lehigh/Capital: 1-833-280-8508



Sitio web de PA COMPASS para verificar la información de contacto para la renovación de Asistencia Médica



Consentimiento para recibir mensajes de texto de Magellan

Información de contacto del plan PA HealthChoices

Plan	Bucks	Cambria	Lehigh	Montgomery	Northampton
AmeriHealth Caritas Pennsylvania Miembros: 1-888-991-7200 TTY: 1-888-987-5704 Unidad de Necesidades Especiales: 1-800-684-5503 amerihealthcaritaspa.com		X	X		X
Geisinger Health Miembros: 1-855-227-1302 TTY: PA Relay 7-1-1 Unidad de Necesidades Especiales: 1-855-214-8100 ghpfamily.com	X	X	X	X	X
Health Partners Miembros: 1-800-553-0784 TTY: 1-877-454-8477 Unidad de Necesidades Especiales: 1-866-500-4571 HPPplans.com	X	X	X	X	X
Highmark Wholecare Miembros: 1-800-392-1147 TTY: PA Relay 7-1-1 Unidad de Necesidades Especiales: 1-800-392-1147 highmarkwholecare.com		X	X		
Keystone First Miembros: 1-800-521-6860 TTY: 1-800-684-5505 Unidad de Necesidades Especiales: 1-800-573-4100 keystonefirstpa.com	X			X	
United Healthcare Community Plan Miembros: 1-800-414-9025 TTY: PA Relay 7-1-1 Unidad de Necesidades Especiales: 1-877-844-8844 uhcommunityplan.com	X			X	
UPMC for You Miembros: 1-800-286-4242 TTY: PA Relay 7-1-1 Unidad de Necesidades Especiales: 1-866-463-1462 upmchealthplan.com	X	X	X	X	X



Línea directa de HealthChoices: 1-800-440-3989 o enrollnow.net
 Información primaria de Medicare: benefitscheckup.org

