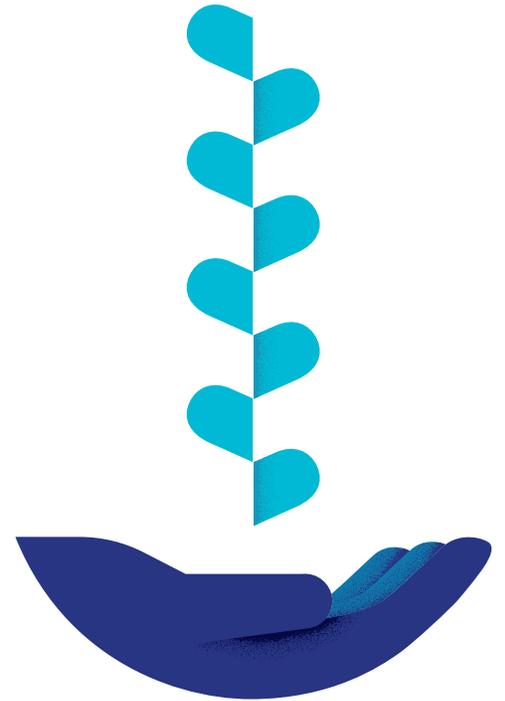




Atención de salud complementaria



Herramientas naturales para ayudar a controlar su salud

Vivir con dolor constante, estrés u otros desafíos puede dificultar que disfrute de la vida. Queremos ayudarle a facilitar las cosas. Por eso, como miembro de UnitedHealthcare Community Plan, es posible que pueda obtener servicios de atención de la salud complementarios sin costo para usted.

¿Qué es la atención complementaria?

La atención de la salud complementaria a veces se denomina “medicina alternativa”. Esto se debe a que incluye medicamentos y prácticas que los médicos no suelen utilizar. Esta atención se utiliza para ayudar con el dolor constante, las náuseas, los problemas de salud conductual y otros desafíos. Es importante recordar que la atención de la salud complementaria se usa con los tratamientos estándares, no los reemplaza.

Tipos frecuentes de atención complementaria

- **Acupuntura** es un tratamiento que utiliza agujas finas. Se adhieren a la piel para aliviar problemas de salud como dolor o náuseas.
- **Quiropráctica** utiliza estiramientos y presiones manuales para tratar los problemas de la columna, las articulaciones y los músculos.
- **Masaje** se centra en los tejidos blandos del cuerpo. A menudo se usa para ayudar a aliviar el dolor, aliviar los espasmos musculares y aliviar el estrés o la preocupación.
- **Meditación** le enseña cómo concentrarse y calmar su mente y cuerpo.

Obtener más información

Para averiguar si su plan cubre atención de la salud complementaria, llame de forma gratuita a Servicios para Miembros al **1-866-270-5785**, TTY **711**. Luego, simplemente solicite un referido a su proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP).