

Expansión de la Cobertura de Medicare para los Servicios para la Diabetes



Controlar su diabetes puede ayudarlo a sentirse mejor y a mantenerse más saludable. Si mantiene los niveles de azúcar en la sangre (también llamada glucosa sanguínea) dentro de un rango normal, usted reducirá las probabilidades de tener problemas con los ojos, los riñones y el sistema nervioso. Para ayudarlo a entender cómo controlar su diabetes mejor, Medicare ahora cubre dos servicios nuevos para las personas con diabetes:

- Entrenamiento para el autocontrol de la diabetes
- Servicios de terapia nutricional médica

Este folleto lo ayudará a aprender más sobre estos dos nuevos servicios y adónde ir para más información.

Recuerde, ¡el poder de controlar la diabetes está en sus manos!



U.S. Department of
Health and Human Services



A joint program
of the National
Institutes of
Health and the
Centers for
Disease Control
and Prevention.

¿Qué es el entrenamiento para el autocontrol de la diabetes?

El entrenamiento para el autocontrol de la diabetes le enseña a manejar exitosamente su diabetes. Su médico debe recetarle este entrenamiento. El entrenamiento incluye cómo manejar la glucosa (azúcar) sanguínea, cómo hacer selecciones informadas sobre la nutrición y el ejercicio, y cómo prevenir y tratar las complicaciones de la diabetes.



¿Cómo puedo obtener el entrenamiento para el autocontrol de la diabetes?

Usted puede obtener el entrenamiento para el autocontrol de la diabetes si:

- Su médico se lo receta
- Usted corre riesgo de complicaciones de la diabetes como:
 - un control inadecuado del azúcar sanguínea
 - problemas de la vista
 - nervios dañados o falta de sensibilidad en los pies o extremidades inferiores
 - enfermedad renal
- Recientemente usted ha sido diagnosticado con diabetes, o
- Usted tiene diabetes y se ha vuelto elegible para Medicare recientemente.

¿Qué servicios de entrenamiento para el autocontrol de la diabetes cubre Medicare?

Medicare le ayudará a cubrir los siguientes servicios de entrenamiento en un programa de educación para la diabetes aprobado por Medicare:

- Un total de 10 horas de entrenamiento inicial en un período de 12 meses (las 10 horas de entrenamiento se deberán completar dentro de los 12 meses después de comenzar el entrenamiento).
- Dos horas adicionales de entrenamiento de seguimiento cada año después del año en que recibió el entrenamiento inicial (usted deberá obtener una receta de su médico cada año).



¿Dónde puedo encontrar programas de entrenamiento aprobados por Medicare para el autocontrol de la diabetes?

Su médico le dará la información sobre dónde puede obtener el entrenamiento para el autocontrol de la diabetes. Usted debe obtener este entrenamiento en un programa para la educación de la diabetes que sea aprobado por Medicare.

Puede ser que no se encuentren programas de entrenamiento para el autocontrol de la diabetes en todas partes. Póngase en contacto con la Asociación Americana de la Diabetes llamando al 1-800-342-2383 o visitando su sitio Web al www.diabetes.org/education/eduprogram.asp para encontrar un programa de entrenamiento aprobado por Medicare en su área.

Si usted es indígena americano, el Servicio de Salud Indígena también puede aprobar los programas en su área. Verifique con los servicios médicos de su tribu local sobre la disponibilidad del entrenamiento para el autocontrol de la diabetes.



¿Qué son los servicios de terapia nutricional médica?

Además del beneficio de entrenamiento para el autocontrol de la diabetes, las personas con diabetes también pueden recibir servicios de terapia nutricional médica. Su médico debe recetarle estos servicios. Un dietista licenciado o un profesional en la nutrición le dará los servicios de terapia nutricional médica. Los servicios de terapia nutricional médica incluyen:

- Una revisión de sus hábitos actuales de alimentación
- Asesoramiento nutricional (qué alimentos debe comer)
- Cómo manejar los factores de su estilo de vida que afectan su selección de alimentos
- Visitas de seguimiento para verificar el progreso que usted está haciendo en el manejo de su selección de alimentos.

¿Cómo puedo obtener los servicios de terapia nutricional médica?

Si a usted le han diagnosticado con diabetes o con enfermedad renal, tiene una receta de su médico para los servicios de terapia nutricional, y es elegible para Medicare, usted puede obtener este beneficio.

¿Qué servicios de terapia nutricional médica cubre Medicare?

Medicare ayudará a cubrir los siguientes servicios de terapia nutricional médica, proporcionados por un dietista licenciado o un profesional de la nutrición.

- Un total de 3 horas de servicios de terapia nutricional médica individual o en grupo, durante el primer año (usted debe obtener una receta de su médico).
- Dos horas adicionales de seguimiento cada año después del primer año de servicios (usted debe obtener una receta de su médico cada año).
- Las horas adicionales de servicios que recete su médico, si su estado, tratamiento o diagnóstico cambia.

¿Dónde puedo conseguir los servicios de terapia nutricional médica?

Su profesional del cuidado de la salud lo referirá a un profesional de la nutrición en su área que le puede proporcionar los servicios de terapia nutricional médica. También puede ponerse en contacto con la Asociación Americana Dietética (ADA), que tiene un servicio de referencia nacional de los dietistas localizados en su área. Usted puede llamar el Centro Nacional de Referencia para Nutrición y Dietistas de la ADA al 1-800-366-1655 o puede visitar su sitio Web al www.eatright.org (haga un clic en “Find a Nutrition Professional”)



¿Ayuda Medicare a pagar otros servicios y suministros para las personas con diabetes?

Medicare ayuda a pagar ciertos servicios y suministros para las personas con diabetes que tienen la Parte B de Medicare. Todos estos servicios y suministros requieren una receta médica. Los servicios y los suministros para la diabetes que Medicare cubre incluyen:



- Un monitor para medir el azúcar (glucosa) en la sangre y los suministros correspondientes
- Una prueba de hemoglobina A1C, que es una prueba de laboratorio que mide cuán bien ha controlado su glucosa sanguínea durante los últimos 2 a 3 meses
- Exámenes de los ojos con dilatación de las pupilas para detectar si tiene enfermedades diabéticas del ojo
- Pruebas para detectar el glaucoma
- Vacunas para la influenza y la neumonía neumocócica.





El poder de controlar la diabetes está en sus manos

La diabetes es una enfermedad grave que afecta a casi todas las partes del cuerpo. Por eso, cualquier información adicional sobre el manejo de su enfermedad le puede ayudar a controlar mejor su diabetes. Trabaje con su equipo de profesionales del cuidado de la salud para comenzar a controlar su diabetes. Usted se sentirá mejor y disminuirá la probabilidad de tener problemas serios de salud. A continuación le damos algunos pasos que usted puede seguir para comenzar a controlar su diabetes:

- Realice regularmente alguna actividad física, como caminar o nadar.
- Siga un plan de alimentación saludable diseñado por su médico o dietista.
- Tome los medicamentos que su médico le recete para su diabetes. Pregunte si necesita tomar aspirina para prevenir un ataque al corazón o un derrame cerebral.
- Reduzca sus posibilidades de un ataque al corazón, un derrame cerebral u otros problemas relacionados con la diabetes controlando:



– Su glucosa sanguínea: la prueba A1C mide el promedio de la glucosa sanguínea en los últimos 3 meses (meta sugerida: menos del 7 por ciento).

– Su presión arterial: la meta para la mayoría de personas es de 130/80.

– Su colesterol: para la mayoría de las personas, la meta para el LDL, o el colesterol malo, es de menos de 100.

Pregúntele a su médico cuáles deberían ser sus metas.

Recursos Adicionales

American Association of Diabetes Educators

1-800-TEAM-UP4 (800-832-6874)
www.aadenet.org

American Diabetes Association

1-800-342-2383
www.diabetes.org

American Dietetic Association

1-800-366-1655
www.eatright.org

American Heart Association

1-800-AHA-USA1
www.americanheart.org

Centers for Disease Control and Prevention

1-877-232-3422
www.cdc.gov/diabetes

Indian Health Service

National Diabetes Program

1-505-248-4182
www.ihs.gov/medicalprograms/diabetes

National Diabetes Education Program

1-800-438-5383
www.ndep.nih.gov

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases

National Diabetes Information Clearinghouse
1-800-860-8747
www.niddk.nih.gov

Para más información sobre lo que Medicare cubre y para recibir una copia gratuita de *Cobertura Medicare de Suministros y Servicios Diabéticos*, póngase en contacto con los:

Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)

Las personas con problemas auditivos deberán llamar al 1-877-486-2048 (TTY)
Sitio Web: www.medicare.gov

La publicación *Cobertura Medicare de Suministros y Servicios Diabéticos* se encuentra yendo al http://www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/11022_S.pdf