

Have you signed up for the new member portal?

With these great new tools, managing your health plan has never been easier:

- Simple PCP changes
- Detailed EOB documents
- Convenient ID card requests
- Secure mailing address changes
- Easy account management
- Real-time claim updates
- Helpful policy information



Get started by signing up for your new account today at members.nhpri.org/account/register



Make the most of spring – even if you have allergies! ¡Aproveche la primavera al máximo, incluso si tiene alergias!

Spring is here! After a long winter, many people are excited to spend more time outside. But for those with seasonal allergies, it can be hard to enjoy the spring weather.

¡La primavera ya está aquí! Después de un largo invierno, muchas personas están ansiosas por pasar más tiempo al aire libre. Pero para quienes padecen alergias estacionales, puede resultar difícil disfrutar del clima primaveral.



How do I know if I have seasonal allergies?

Allergies to pollen can cause sneezing, congestion, and a runny nose. It can also cause your eyes to be red, watery, or itchy. If you notice that you do not feel well every year in the springtime, speak to your primary care provider (PCP). They can help you understand your symptoms and provide treatment options like medication when it is needed.



¿Cómo sé si tengo alergias estacionales?

Las alergias al polen pueden causar estornudos, congestión y goteo nasal. También pueden hacer que los ojos se pongan rojos, llorosos o piquen. Si nota que no se siente bien todos los años en primavera, hable con su proveedor de atención primaria. Puede ayudarle a comprender sus síntomas y brindarle opciones de tratamiento, como medicamentos, cuando sea necesario.

How can I manage my seasonal allergies?

The good news is that there are ways to manage your allergies. Here are some tips to help you feel better during allergy season:

¿Cómo puedo controlar mis alergias estacionales?

La buena noticia es que existen formas de controlar las alergias. A continuación, se ofrecen algunos consejos que le ayudarán a sentirse mejor durante la temporada de alergias:

-  **Keep the windows closed**
Mantenga las ventanas cerradas
-  **Stay inside during times when the pollen count is high**
Permanezca en el interior durante los momentos en que el nivel de polen sea alto
-  **Change your clothes after being outside and shower before bed**
Cámbiese de ropa después de estar al aire libre y dúchese antes de acostarse
-  **Talk to your primary care provider (PCP) about your symptoms**
Hable con su proveedor de atención primaria sobre sus síntomas
-  **Take allergy or asthma medicine as directed by your provider**
Tome medicamentos para la alergia o el asma según las indicaciones de su médico

Utilization Management

We always want to make sure you get the right care at the right time and for the right reason. To make sure the care you get is appropriate and covered, we use utilization management.

Only doctors, nurses, and pharmacists perform UM by reviewing authorization requests from your providers. And Neighborhood never gives incentives to any person for denying any requests. Review of authorization requests is performed based upon national guidelines and the standards of care for any disease process. Examples of UM include pre-service review, urgent concurrent review, and post-service review.

For more information on the review process, please call the number on the back of your member ID card.

Gestión de la utilización

Siempre queremos asegurarnos de que usted reciba la atención adecuada en el momento adecuado y por el motivo adecuado. Para asegurarnos de que la atención que reciba sea adecuada y esté cubierta, utilizamos la gestión de la utilización.

Solo los médicos, enfermeras y farmacéuticos realizan la gestión de la utilización mediante la revisión de las solicitudes de autorización de sus proveedores. Y Neighborhood nunca ofrece incentivos a ninguna persona por rechazar una solicitud. La revisión de las solicitudes de autorización se realiza según las pautas nacionales y los estándares de cuidado para cualquier proceso patológico. Algunos ejemplos de gestión de la utilización incluyen la revisión previa al servicio, la revisión concurrente urgente y la revisión posterior al servicio.

Para obtener más información sobre el proceso de revisión, llame al número que figura al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

¿Se ha registrado en el nuevo portal de miembros?

Con estas nuevas y fantásticas herramientas, administrar su plan de salud nunca ha sido tan fácil:

- Cambios sencillos de PCP
- Documentos detallados de explicación de beneficios
- Solicitudes de tarjetas de identificación convenientes
- Cambios seguros de dirección postal
- Administración sencilla de cuentas
- Actualizaciones de reclamos en tiempo real
- Información útil sobre pólizas



Comience registrándose para obtener su nueva cuenta hoy mismo en members.nhpri.org/account/register



BUENA SALUD

! ¡No lo Olvide!
¡Obtenga recompensas por sus elecciones saludables!

Walmart Neighborhood quiere que se mantenga saludable. Por eso le recompensamos cuando toma decisiones saludables. ¡Gane tarjetas de regalo de \$25 para Walmart por realizarse un chequeo médico anual, inscribirse en un gimnasio y más!*

*Se aplican restricciones. Solo para miembros de Medicaid y planes comerciales.

? ¿Lo sabía?
Obtenga atención de salud mental cuando la necesite.

Si usted o un ser querido está atravesando una crisis de salud mental, existe una nueva forma de recibir cuidado. Rhode Island cuenta con varias clínicas nuevas que atenderán a cualquier persona que busque atención de salud mental o por abuso de sustancias, sin importar su edad, dónde viva o si puede pagarla. Se llaman Clínicas Comunitarias Certificadas de Salud Conductual y están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para brindar apoyo y tratamiento en caso de crisis. **Obtenga más información en www.bhddh.ri.gov/CCBHC**



Healthy You is published by Neighborhood Health Plan of Rhode Island for its members. The information is intended to educate its members about subjects pertinent to their health and is not a substitute for consultation with their provider. ©2025 Printed in U.S.A.

Buena Salud es una publicación para los miembros de Neighborhood Health Plan of Rhode Island. La información tiene como propósito educar a sus miembros sobre temas pertinentes a su salud y no es un sustituto de la consulta con su proveedor. ©2025 Impreso en U.S.A.

For more health tips and resources, visit www.nhpri.org/your-health or call Neighborhood Member Services. You can find the phone number on the back of your member ID card.

Para obtener más consejos y recursos de salud visite: www.nhpri.org/your-health o llame a Servicios para Miembros de Neighborhood. Puede encontrar el número de teléfono en la parte de atrás de su tarjeta de identificación de miembro.



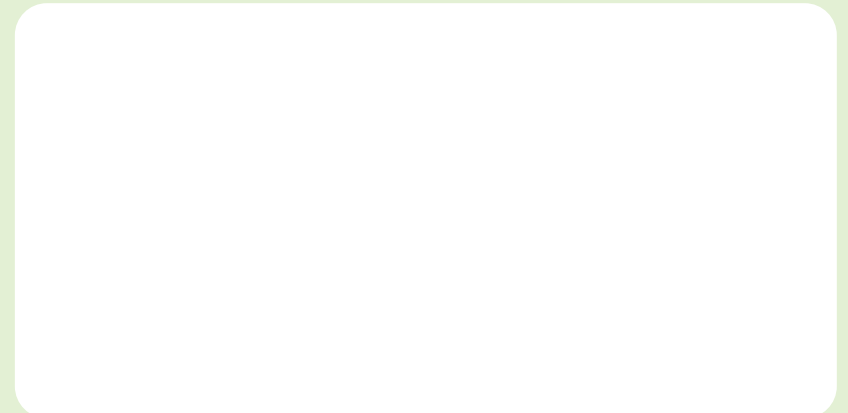
Neighborhood
Health Plan
OF RHODE ISLAND™

910 Douglas Pike, Smithfield, RI 02917

Nonprofit Org.
U.S. Postage
PAID
Providence, RI
Permit No. 1174



ENTER OUR
**\$25 STOP & SHOP
GIFT CARD GIVEAWAY!**
¡PARTICIPE EN NUESTRO
SORTEO DE TARJETAS DE
REGALO STOP & SHOP DE \$25!



Spring 2025 | Primavera 2025

HEALTHY YOU BUENA SALUD

Your 5-minute guide to healthy living
Su guía de 5 minutos para una vida saludable



- Learn how to...**

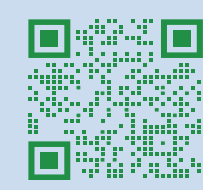
 - Manage spring allergies
 - Get connected with mental health care

...plus more!
- Aprenda a...**

 - Manejar las alergias primaverales
 - Conectarse con la atención de salud mental

... ¡y mucho más!

Important Links/Enlaces Importantes



Scan the QR code to enter the \$25 Stop & Shop gift card giveaway and get more information about the topics in this newsletter.

Escanee el código QR para participar en el sorteo de tarjetas de regalo de \$25 de Stop & Shop y obtener más información sobre los temas de este boletín.

HEALTHY YOU

! Don't Forget!
Get rewarded for healthy choices!

Walmart Neighborhood wants you to stay healthy. That's why we reward you when you make healthy choices. Earn \$25 gift cards to Walmart for getting your yearly check-up, joining a gym, and more!*

*Restrictions apply. For Medicaid and Commercial plan members only.

? Did You Know?
Get mental health care when you need it.

If you or a loved one is experiencing a mental health crisis, there is a new way to get care. Rhode Island has several new clinics that will serve anyone who is looking for mental health or substance use care – no matter their age, where they live, or if they are able to pay. They are called Certified Community Behavioral Health Clinics and they are available 24/7 for crisis support and treatment. **Learn more at www.bhddh.ri.gov/CCBHC**



Neighborhood Health Plan of Rhode Island is a health plan that contracts with both Medicare and Rhode Island Medicaid to provide benefits of both programs to enrollees.

Neighborhood Health Plan of Rhode Island es un plan de salud que tiene contrato con Medicare y Rhode Island Medicaid para brindar los beneficios de ambos programas a los afiliados.

Tenemos servicios de intérprete gratuitos para ayudar a responder sus preguntas sobre su salud y plan de medicamentos. Llame al 1-800-963-1001 (TTY 711)

Dispomos de serviços de intérprete gratuitos para ajudar a responder às suas perguntas sobre o seu plano de saúde e de medicamentos. Ligue para 1-800-963-1001 (TTY 711).

យើងផ្តល់សេវាអ្នកបកប្រែឆ្លាស់មាត់ដោយឥតគិតថ្លៃ ដើម្បីជួយឆ្លើយសំណួរអំពីផែនការសុខភាព និងផែនការឱសថរបស់អ្នក។ សូមហៅទូរសព្ទទៅលេខ 1-800-963-1001 (TTY 711)។

#3553.2 Approved 02/27/2025
H9576_MKT25SPNewsletterV2 Approved 03/27/2025