

Comunidad de Eastern Washington COHE

El Centro de Salud y Educación Ocupacional (Center of Occupational Health & Education – COHE) es un proyecto fundado por el Departamento de Labor e Industrias del Estado de Washington. Tiene dos objetivos principales:

- Mejorar los resultados del tratamiento de los trabajadores lesionados
- Prevenir las discapacidades



Para cumplir estos objetivos, el proyecto coordina al médico, al empleador y al trabajador o grupo de trabajo, en un esfuerzo cooperativo para devolver al trabajador al lugar de trabajo en una manera oportuna.

¿Cómo trabaja COHE?

- Ayuda a los médicos que tratan a los trabajadores lesionados usando las mejores prácticas de salud ocupacional de manera que sus pacientes puedan retornar al trabajo con seguridad.
- Ayuda a los empleadores a trabajar conjuntamente con el médico y el trabajador lesionado para hacer que su retorno al trabajo sea un proceso positivo y eficiente.
- Ayuda a que los trabajadores lesionados reciban el tratamiento correcto de manera oportuna.
- Acceso al Coordinador de Servicios de Salud (HSC) – una persona real – que puede ayudarle con cualquier inquietud sobre la atención a la salud y reclamos a L & I y a hacer más eficiente la comunicación con todos los grupos con respecto al retorno al trabajo.
- ¿Cómo puede ayudarle COHE? Usted puede simplemente llamar a COHE y solicitar ayuda con cualquier pregunta que pudiera tener relacionada con un reclamo.
- Acceso a la información básica de COHE Puede encontrarlo en **www.goCOHE.com**.

COHE Comunidad de Eastern Washington está patrocinado por el Instituto de Rehabilitación St. Luke de Spokane. Funciona en 20 condados en Eastern Washington.

Recursos en caso de que necesite ayuda o tenga preguntas -

- Center of Occupational Health & Education (COHE)
1-509-456-3222 o llamadas gratuitas al
1-866-247-2643
www.gochoe.com
- Manténgase al tanto de la situación de su reclamo:
www.claiminfo.lni.wa.gov
- Ubicaciones de los servicios del Departamento de Labor e Industrias (L&I) de Eastern Washington -

Spokane
901 N. Monroe, Suite 100
1-509-324-2600
1-800-509-8847

East Wenatchee
519 Grant Road
1-509-886-6500
1-800-292-5920

Kennewick
4310 West 24th Ave.
1-509-735-0100
1-800-547-9411

Yakima
15 West Yakima Ave., Suite 100
1-509-454-3700
1-800-354-5423

Moses Lake
3001 West Broadway
1-509-764-6900
1-800-574-2285

Pullman
1250 Bishop Blvd. SE, Suite G
1-509-334-5296
1-800-509-0025

Busque esta calcomanía cuando esté haciendo su elección informada acerca de un proveedor para su lesión en el trabajo.

Washington es un estado que da opciones a los trabajadores



AF16-50084 11/16

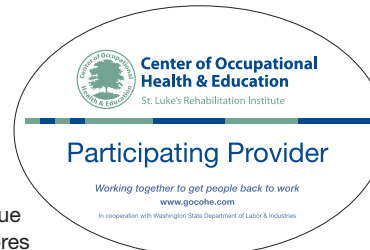


Center of Occupational Health & Education

St. Luke's Rehabilitation Institute



Usted acaba de sufrir una lesión laboral ¿Qué sucede ahora?



Paso 1 – Al momento de sufrir una lesión

- Informe su lesión a su empleador.
- Visite al proveedor de que usted eligió que le brinde tratamiento médico.
- Manténgase en contacto con su empleador.

Paso 2 – En el consultorio del proveedor de atención a la salud

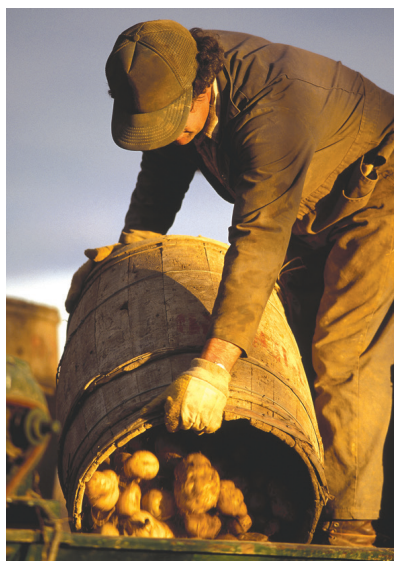
- Llene el formulario de Informe de Accidente (Report of Accident - ROA) del Departamento de Labor e Industrias (L&I) del Estado de Washington. El consultorio de su médico lo enviará para usted. Cuando L&I lo reciba, se asignará un Administrador de Reclamos.
 - Sea específico con respecto a CÓMO tuvo lugar su lesión Y en qué parte(s) del cuerpo sufrió la lesión.
 - Firme el formulario.
 - Retire la tarjeta del ROA con su número de reclamo asignado y consérvela para sus registros.
 - Puede tener acceso a su caso en línea www.lni.wa.gov/Main/ForWorkers.asp

Converse con su proveedor acerca de su lesión:

- Pídale a su proveedor que le explique detalladamente la naturaleza de su lesión.
- Si su proveedor sugiere una imagen por resonancia magnética (MRI) u otra estudio, pregúntele ¿“por qué”?
- Pregúntele a su médico qué medicamentos le están recetando.
- Si sus medicamentos le causan molestia, pregunte si hay alternativas.
- ¿Es la fisioterapia apropiada para la recuperación?
- Pídale a su proveedor que le explique el período de recuperación esperado.
- Hable sin temor. ¡Haga preguntas!

- Pídale a su proveedor:
 - Que llame a su empleador para ver si se dispone de trabajo modificado o transicional
 - Si puede trabajar tiempo completo mientras esté efectuando trabajo modificado o transicional.
- Los proveedores de COHE llenarán un Formulario de Restricciones Laborales (APF)*
 - Este APF describirá las restricciones de trabajo, si son necesarias.
 - Si las restricciones de trabajo no son necesarias, pídale a su médico que llene un APF que le permita un permiso laboral completo.
 - Obtenga una copia para usted Y su empleador.
- Establezca una cita de seguimiento en aproximadamente dos semanas, si no se le ha dado permiso completo de los deberes de trabajo.
- Asista a todas las citas programadas.
- Si está visitando a un proveedor que no es de COHE, pregúntele acerca de las restricciones de trabajo (por escrito) o si puede retornar a sus deberes de trabajo completos en su trabajo regular.

* A los proveedores de COHE se les pide que llenen este formulario en la primera visita APF y durante las visitas de seguimiento si hay cambio en la situación de trabajo, capacidades físicas o plan de tratamiento.



¿Sabía usted?

- Mientras más pronto pueda retornar al trabajo luego de sufrir una lesión (en un trabajo modificado, con la aprobación de su médico), más probable será que pueda recuperarse y ganar su salario anterior a la lesión.
- Cada trabajador tiene derecho a beneficios de indemnización de trabajo. No se le puede penalizar ni se puede discriminar contra usted por presentar un reclamo. Para obtener mayor información, llame a la línea para llamadas gratuitas 1-800-547-8367.
- Usted, su empleador y el proveedor tienen derecho a protestar cualquier decisión que se haya tomado acerca de su reclamo. O, usted puede apelar directamente al Consejo de Apelaciones del Seguro Industrial.
- Si desea una segunda opinión médica, puede visitar a otro médico.
- Puede elegir cualquier proveedor de atención a la salud que esté calificado para tratar su lesión, incluyendo: médicos, osteópatas, quiroprácticos, naturópatas, podiatras, asociado medicos (PA-Cs), dentistas, optometristas y enfermeras practicantes avanzadas registradas (ARNPs).
- Para transferir su atención de un proveedor a otro, hágale saber inmediatamente a su Administrador de Reclamos llenando la Tarjeta de Transferencia de Casos. Póngase en contacto con L&I para obtener esta tarjeta si su proveedor no la tiene.



Center of Occupational Health & Education
St. Luke's Rehabilitation Institute