

# Guía de Inicio Rápido de Medicare

Guía de introducción:

Una herramienta útil para explicar qué hacer ahora para aprovechar al máximo su plan de salud.



## Utilice esta guía para obtener una referencia rápida y sencilla a su plan.

Encontrará consejos acerca de cómo aprovechar al máximo sus beneficios, dónde encontrar la información que necesita y lo que puede esperar a continuación.

### Su tarjeta de identificación de miembro



Asegúrese de buscar su tarjeta de identificación de miembro.

### Importante:

- Asegúrese de que la información en su tarjeta sea correcta.
- Si detecta algún error, llame al Departamento de Servicios para Miembros al (844) 239-4913, TTY: 711, de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 8:00 p.m., hora local.
- El Nombre del Plan y el número de miembro se encuentran en la parte delantera de su tarjeta de identificación.
- En la parte posterior de su tarjeta de identificación, usted puede encontrar el número de teléfono del Departamento de Servicios para Miembros, la Línea de Consejos de Enfermería y otra información importante.
- Siempre lleve esta tarjeta de identificación con usted cuando consulte al doctor, recoja sus recetas médicas u obtenga otros servicios de atención médica.

# Herramientas e información que puede utilizar ahora

Inscribirse en un plan de salud nuevo puede ser abrumador. Contamos con herramientas y recursos para ayudar.

## ¡Regístrese en MiMolina.com hoy mismo!

Ingrese a **MiMolina.com** y siga las instrucciones que aparecen en la pantalla. Tenga a mano su tarjeta de identificación de miembro. Será necesario que cuente con su número de miembro para registrarse.



**MiMolina** es su portal para miembros de autoservicio y fácil de utilizar. Regístrese en el portal de escritorio para realizar lo que se indica a continuación:

- Cambiar su PCP.
- Ver e imprimir su tarjeta de identificación.
- Solicitar una tarjeta de identificación.
- Buscar un doctor, hospital o centro de cuidado urgente.
- Recibir recordatorios de salud sobre servicios que usted necesita.
- Seleccionar sus preferencias de comunicación.
- Y mucho más.



Para acceder en cualquier momento y lugar, **descargue la aplicación Molina Mobile**. Cuando esté fuera de casa, la aplicación móvil pone su plan de salud al alcance de su mano. Con la **aplicación Molina Mobile**, puede ver su tarjeta de identificación, encontrar un doctor o centro cerca de usted, utilizar la Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas y mucho más.

1. Escanee el código de barras. También puede ingresar a la App Store o a Google Play, y buscar Molina Mobile.
2. Descargue la aplicación Molina Mobile en su dispositivo.
3. Inicie sesión con la información de su cuenta **MiMolina.com** y siga las instrucciones paso a paso.



**NOTA:** Recomendamos que se registre en **MiMolina.com** antes de comenzar a utilizar su cuenta de Molina Mobile, pero puede empezar a realizar su registro en la aplicación si así lo prefiere. Asegúrese de seleccionar la opción **Aceptar** para recibir mensajes importantes relacionados con la salud de nuestra parte.



**Revise su Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage, EOC)** para obtener información sobre sus beneficios y servicios, las personas con las que se debe comunicar cuando necesite información y más.



Busque doctores, farmacias y otros proveedores en nuestro **Directorio de Proveedores en línea** para obtener información sobre sus beneficios y servicios, las personas con las que se debe comunicar cuando necesite información y más.



**Conozca si su medicamento está cubierto.** En nuestra lista de medicamentos cubiertos (Formulario), se indican los medicamentos que su plan cubre, además de cualquier regla o requisito especial. Puede encontrar el formulario y la información sobre su beneficio de medicamentos recetados en nuestro sitio web.

Para obtener más información, consulte la sección **“Cómo Obtener Documentos Importantes del Plan”** del Kit de Bienvenida.

## Cómo obtener renovaciones de recetas médicas

Si tiene recetas médicas de rutina u otras activas que necesitan una renovación, asegúrese de utilizar una de nuestras farmacias de la red, solo visite **MiMolina.com** o revise la aplicación Molina Mobile. Si su receta médica está actualmente con una farmacia diferente, ellos pueden coordinar una transferencia de dicha receta médica. Converse con su farmacéutico o proveedor sobre cómo transferir su receta médica. Asegúrese de considerar un tiempo para la transferencia, de modo que no se le agoten los medicamentos.

Muchas personas prefieren optar por una renovación de receta médica para 90 días a través de pedido por correo a fin de ahorrar tiempo y dinero. Converse con su PCP sobre esta opción y revise la sección de Instrucciones del Servicio de Farmacia por Correo de su Kit de Bienvenida para obtener más información.

# Información sobre dónde acudir para obtener atención

**Si presenta un problema de salud que pone en riesgo su vida, busque atención de emergencia de inmediato.**

Llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana.

Si necesita atención después del horario de atención, pero no sabe dónde acudir, los siguientes ejemplos pueden ayudarlo.

## Cuidado Urgente

Visite un centro de cuidado urgente cercano o llame a la Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas al número que aparece en la parte posterior de su tarjeta de identificación de miembro cuando necesite atención para enfermedades o lesiones que no ponen en riesgo su vida, tales como las que se indican a continuación:

- Síntomas de catarro o gripe.
- Dolor de garganta.
- Gastroenteritis vírica.
- Dolor de oído.
- Esguinces, distensiones musculares o hematomas profundos.
- Heridas que pueden requerir suturas.

## Atención de Emergencia

Llame al 911 o diríjase a una sala de emergencias si presenta enfermedades o lesiones que ponen en riesgo su vida, tales como las que se indican a continuación:

- Salud Conductual
- Dificultad para respirar.
- Pérdida de una extremidad o de la función de una extremidad.
- Dolor de estómago intenso.
- Dolor o presión en el pecho.
- Traumatismo o lesión en la cabeza.
- Sangrado intenso.
- Mareos repentinos o dificultad para ver.

# Aproveche al máximo su plan.

## ¿Lo sabía?

- El cáncer colorrectal es la segunda causa principal de muertes relacionadas con el cáncer en los EE. UU.
- La diabetes se asocia a complicaciones a largo plazo que pueden afectar todo su cuerpo.
- La visión borrosa puede ser un síntoma de problemas oculares más graves si tiene diabetes.
- Las vacunas contra la gripe no contienen un virus activo y no provocan que se enferme de gripe.

## Su salud es importante para nosotros.

A continuación, se presenta una lista de las necesidades de atención médica que pudiera tener, además de una lista de verificación de algunos aspectos sobre los que desearía hablar con su doctor en su próxima consulta.

## Programe un Examen Anual de Bienestar y converse con su PCP acerca de cuáles de estos servicios son adecuados para usted.

- Examen de detección de cáncer colorrectal.
- Examen de detección de cáncer de mama.
- Examen preventivo de la presión arterial.
- Vacuna anual contra la gripe.

### Si tiene diabetes:









- Examen de pie diabético.
- Examen preventivo de azúcar en la sangre: Hemoglobina A1c.
- Análisis de orina para monitorear la salud renal.
- ¿Debo tomar estatina (medicamento para el colesterol)?

### Hable con su doctor sobre sus medicamentos:

- ¿Por qué tomo este medicamento?
- ¿Cuándo debo tomar este medicamento?
- Si tiene problemas con su medicamento (como efectos secundarios).
- Pregunte si una receta médica de 90 días es adecuada para usted.

# Números telefónicos importantes y otra información de contacto

Nuestros representantes del Departamento de Servicios para Miembros siempre estarán encantados de responder a sus preguntas y ayudarlo cuando lo necesite. Si desea hablar directamente con uno de nuestros socios de beneficios, puede hacerlo con la información de contacto que se proporciona a continuación:

 <p><b>Gimnasio</b></p>		<p><b>Programa "Silver&amp;Fit"</b>          (American Specialty Health Fitness, Inc.)  <b>(877) 427-4711</b>  <a href="http://silverandfit.com">silverandfit.com</a></p>
 <p><b>Audición</b></p>		<p><b>HearUSA</b>  <b>(855) 823-4632</b>  <a href="http://hearusa.com/members/molina-medicare">hearusa.com/members/molina-medicare</a></p>
 <p><b>Artículos de venta libre (OTC)</b></p>		<p><b>Nations</b>  <b>(877) 208-9243</b>  <a href="http://www.NationsOTC.com/Molina">www.NationsOTC.com/Molina</a></p>
 <p><b>Sistema Personal de Auxilio para Emergencias Plus (PERSPlus)</b></p>		<p><b>Best Buy Health, Inc dba Critical Signal Technologies (BBH/CST)</b>  <b>(888) 557-4462</b>  <a href="http://cstltl.com">cstltl.com</a></p>
 <p><b>Vista</b></p>		<p><b>Careington</b>  <b>(844) 239-4913</b>  <a href="http://www1.careington.com/Search/Search.aspx?AgentCode=CICPSLADCH">www1.careington.com/Search/Search.aspx?AgentCode=CICPSLADCH</a></p>



# Qué esperar durante los primeros tres meses

Cuanto más sepamos sobre su salud, mejor podremos brindarle el servicio y la atención que necesita. Para obtener la información correcta, realizaremos llamadas importantes durante los próximos meses. Esto es lo que puede esperar de nosotros:



**Días  
1 a 30**

Un representante de Molina Healthcare llamará para darle la bienvenida y responder a cualquier pregunta que tenga. Confirmaremos su Proveedor de Cuidados Primarios (Primary Care Provider, PCP).

Uno de los miembros de nuestro equipo de Care Connections también lo llamará con el objetivo de programar una cita para su Consulta de Bienvenida. Esta consulta de 60 minutos se puede realizar en la comodidad de su hogar o por medio de una llamada de telesalud.

Durante su consulta, nuestra Enfermera Especializada de Care Connections revisará sus antecedentes médicos y colaborará con usted con el objetivo de crear un plan para acceder a la atención y a los servicios más útiles para usted. También compartiremos esta información con su doctor para garantizar que usted reciba la mejor atención.

Además, nuestra Enfermera Especializada de Care Connections puede ayudarlo a realizar las siguientes actividades:

- Buscar un nuevo PCP, si es necesario, programar su primera cita y coordinar el transporte.
- Obtener la ayuda correcta en el momento adecuado, lo que incluye dedicar tiempo a enseñarle a descargar y utilizar recursos útiles para los miembros.

También puede llamarnos para programar una cita al **(844) 491-4763**, TTY: **711**. ¡Esperamos conocerlo!



## Días 1 a 90

Complete una encuesta de la Evaluación de Riesgos de la Salud (Health Risk Assessment, HRA) durante los primeros 90 días. Completar la HRA es importante porque nos ayuda a identificar los servicios que pueden ser beneficiosos para usted y mantenerlo lo más saludable posible.



## Días del 90 en adelante

Lo llamaremos después de los primeros 90 días para consultar acerca del funcionamiento de su membresía. Queremos asegurarnos de que pueda consultar a su doctor y recibir la atención y los servicios que necesita. Si su experiencia fue buena o mala, ¡queremos saberlo!

Escuchar su opinión nos ayuda a saber qué funciona y qué no.

## Gracias de nuevo por unirse a la familia Molina.

Esperamos poder proporcionarle servicios y ayudarlo a mantenerse lo más saludable posible. Para obtener más información sobre su plan, continúe leyendo. No olvide registrarse en [MiMolina.com](https://MiMolina.com) y descargar la aplicación Molina Mobile para acceder a su plan mientras se encuentra en movimiento.



