

Otoño de 2016 Boletín de salud y familia



El fraude, despilfarro y abuso médico

El fraude, despilfarro y abuso médico puede aumentar los costos de la atención médica y afectar la calidad del cuidado. Usted puede reportar un fraude, despilfarro y abuso por medio de la línea telefónica AlertLine de Molina. Usted puede llamar las 24 horas del día, los siete días de la semana. Llame gratuitamente al (866) 606-3889, TTY al 711. También puede reportar una preocupación por medio de la página web de AlertLine en <https://MolinaHealthcare.AlertLine.com>.

En esta edición

El fraude, despilfarro y abuso médico 1

Acerca de nuestros miembros: protección de su privacidad 2

Cómo prevenir la gripe..... 2

Manténgase saludable 3

Todos los boletines están disponibles en MolinaHealthcare.com.

Para obtener esta información en su idioma preferido o en formatos accesibles, por favor comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros. El número de teléfono se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación del miembro.

Este boletín informativo también está disponible en inglés. Por favor, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir una copia en inglés.

MolinaHealthcare.com



Estás en familia.

Acerca de nuestros miembros: protección de su privacidad

Su privacidad es importante para nosotros. Respetamos y protegemos su privacidad. Molina Healthcare quiere informarle cómo se utiliza y comparte su información médica protegida (PHI, por sus siglas en inglés). Por favor, visite el siguiente enlace para un resumen sobre cómo Molina protege su privacidad: <http://tinyurl.com/MHILQualityGuide>

Nuestra Notificación de las Normas de Privacidad incluye más información sobre cómo utilizamos y compartimos la PHI de nuestros miembros. Puede encontrar la Notificación de las Normas de Privacidad en su totalidad en nuestra página web en www.MolinaHealthcare.com. También, puede pedir una copia de nuestra Notificación de las Normas de Privacidad comunicándose con el Departamento de Servicios para Miembros. El número de teléfono se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

Cómo prevenir la gripe

La mejor manera de prevenir la gripe estacional es recibiendo la **vacuna antigripal** cada año. Como miembro de Molina Healthcare, usted puede recibir su vacuna contra la gripe de la temporada sin costo alguno. Muchas farmacias ofrecen la vacuna antigripal a los miembros adultos. También puede preguntarle a su proveedor.



MolinaHealthcare.com



Manténgase saludable

Mantenga a su niño saludable

Programe una consulta de bienestar infantil para su niño (15 meses a 6 años de edad). Una consulta de bienestar infantil puede incluir:

- Examen físico.
- Asesoramiento de ejercicio y nutrición.
- Medición de estatura, peso e índice de masa corporal (IMC).
- Revisión de historial de salud (mental y físico).
- Inmunizaciones (vacunas) - vacunas para proteger a su niño de enfermedades. Mantenga un registro de las vacunas que recibe su niño. Necesitará este registro para matricular a su niño en la escuela, en una guardería, para deportes y programas de campamento del verano.
- Consejos sobre cómo mantener a los niños seguros y del desarrollo. Por ejemplo, silla infantil de seguridad para el auto, etapas esenciales en caminar y hablar, y cómo preparar comidas para la escuela.

Cuidado preventivo de la mujer

Las mujeres pueden consultar a cualquier obstetra o ginecólogo, o especialista para la salud femenina, para recibir cuidado preventivo para la mujer. No necesita una remisión de su PCP. Los exámenes preventivos incluyen mamografías, exploración pélvica y pruebas de Papanicoláu. Pregúntele a su proveedor sobre la frecuencia que debería de obtener exámenes preventivos.

Diabetes

Si usted tiene diabetes, puede controlarla. Tome sus medicamentos conforme se los indica su proveedor. Vigile sus niveles de glucosa sanguínea en casa. Mantenga un registro de sus resultados. Consulte a su proveedor a menudo para controlar su diabetes. Pida un prueba de detección rutinaria para la diabetes y exámenes, incluyendo pruebas de sangre, exámenes de los ojos, pies y dientes. También pida una vacuna contra la gripe cada año.

Cáncer de colon

El cáncer de colon es el tercer cáncer más común en hombres y mujeres. Reciba pruebas periódicamente si usted tiene 50 años de edad en adelante.

[MolinaHealthcare.com](https://www.molinahealthcare.com)



QI Department

1520 Kensington Road, Suite 212
Oak Brook, IL 60523



¿Tiene preguntas acerca de su salud?

¡Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermeras las 24 horas al día!

Inglés y otros idiomas: (888) 275-8750

Español: (866) 648-3537

¡Su salud es nuestra prioridad!

Los usuarios de TTY deben marcar al 711.

MolinaHealthcare.com



Estás en familia.