



Your Extended Family.

Molina Healthcare of Illinois
1520 Kensington Road, Suite 212
Oak Brook, IL 60523

Derechos y Responsabilidades

Sus derechos:

- » Recibir trato con respeto y dignidad en todo momento.
- » Privacidad de la información personal sobre su salud y registros médicos, excepto cuando lo exija la ley.
- » Protección contra la discriminación.
- » Recibir información de Molina Healthcare en otros idiomas o formatos como por ejemplo: un intérprete o en sistema Braille.
- » Recibir información sobre opciones de tratamiento y alternativas disponibles.
- » Recibir la información necesaria para poder tomar decisiones conscientes sobre el tratamiento del cuidado de su salud y alternativas.
- » Negarse a un tratamiento y ser informado sobre lo que puede sucederle a su salud si se niega.
- » Recibir copia de sus registros médicos y en algunos casos solicitar que sean modificados o corregidos.
- » Elegir su propio proveedor de atención primaria (PCP) de Molina Healthcare. Usted puede cambiar su PCP en cualquier momento.
- » Presentar un reclamo (a veces llamada queja) o apelación sin temor al maltrato o reacción negativa de ningún tipo.
- » Solicitar y recibir en un período razonable, la información sobre su Plan de Salud, proveedores y pólizas.
- » No padecer ningún tipo de restricción o reclusión como medio de coerción, disciplina, conveniencia o represalia.

Boletín Informativo sobre Salud y Bienestar Otoño 2019



Conciencia sobre la Salud de los Senos

La salud de los senos es uno de los componentes más importantes de la vida de las mujeres. Hay ciertos cambios en el estilo de vida que pueden ayudar a reducir el riesgo de que una mujer enfrente problemas de salud. Estos cambios en el estilo de vida incluyen:

- » Llegar a y mantener un peso saludable
- » Estar físicamente activa
- » Limitar o evitar el alcohol
- » Consumir una dieta rica en vegetales, frutas, aves, pescado y lácteos bajos en grasa

Además de estos cambios, las mujeres en riesgo deben realizarse un mamograma. Esto puede ayudar a evitar problemas de salud en los senos. Las mujeres de 50 a 74 años de edad deben realizarse un mamograma cada dos años. Dependiendo de sus antecedentes familiares, es posible que deba realizarse uno antes. Es importante que hable con su médico para determinar la edad a la que debe comenzar a realizarse mamogramas.

Continúa en la página 3

En esta publicación

Conciencia sobre la Salud de los Senos 1

Derechos y Responsabilidades . . . 2

No Discriminación y la Sección 1557 4-5

¿Preguntas sobre su salud?

¡Llame a nuestra Línea de Asesoramiento de Enfermeros disponible las 24 horas!

Inglés y otros idiomas:
(888) 275-8750

Español:
(866) 648-3537

¡Su salud es nuestra prioridad!

Los usuarios de TTY deben llamar al 711.



La Importancia de la Detección Precoz (Mamogramas)

- » La detección precoz es su mejor defensa contra el cáncer de seno.
- » La detección precoz disminuye en gran medida sus posibilidades de desarrollar una forma con riesgo de vida.
- » La detección precoz le brinda más opciones de tratamiento si se llega a un diagnóstico.
- » La detección precoz presenta una tasa de supervivencia del 98% en comparación con un 27% que se da en los casos en que se descubre el cáncer de seno en estadios avanzados.



Siguientes Pasos

- » Comuníquese con Servicios a los Miembros de Molina o con el Departamento de Manejos de Casos para programar su mamograma hoy;
 - » *Línea de Servicios a los Miembros - (855) 687-7861*
 - » *Línea de Manejos de Casos - (888) 858-2156*
- » Utilice nuestro Servicio de Transporte Seguro para que la traslade hacia y la regrese desde el lugar donde se realiza el examen, sin cargo alguno para usted;
 - » *Secure Transportation - (844) 644-6354*



Molina Healthcare of Illinois (Molina) cumple con las leyes Federales de derechos civiles vigentes y no discrimina en base a raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo. Molina no excluye a las personas ni las trata de manera diferente por su raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo.

Molina brinda ayuda y servicios a personas con discapacidad para comunicarse de manera efectiva con nosotros, por ejemplo:

- Intérpretes de lenguaje de señas calificados
- Información escrita en otros formatos (impresión en letras de mayor tamaño, audio, formatos electrónicos accesibles y otros formatos)
- Brindar servicios de idioma a personas cuya lengua principal no es inglés, por ejemplo:
 - Intérpretes calificados
 - Información escrita en otros idiomas

Si usted necesita estos servicios, comuníquese con el Coordinador de Derechos Civiles Si considera que Molina no le ha brindado estos servicios o se siente discriminado por su raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo, usted puede presentar un reclamo ante:

Civil Rights Coordinator
(Coordinador de Derechos Civiles)
200 Oceangate
Long Beach, CA 90802
Fax: (630) 203-3993

Correo electrónico: Civil.Rights@MolinaHealthcare.com

Puede presentar un reclamo en persona, por correo, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar un reclamo, el Coordinador de Derechos Civiles está disponible para ayudarle.

Usted puede presentar un reclamo por derechos civiles al Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU., a la Oficina para los Derechos Civiles, electrónicamente a través del Portal de Reclamos de la Oficina para los Derechos Civiles, visitando <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correo o teléfono a:

Department of Health and Human Services
(Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU.)
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
(800)368-1019, (800) 537-7697 (TDD)

Las formas para los reclamos en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.



Your Extended Family.

Eslogan de No Discriminación - Sección 1557
Molina Healthcare of Illinois, Inc.

English	ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Spanish	ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Polish	UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Chinese	注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-855-687-7861 (TTY: 711)。
Korean	주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-855-687-7861 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
Tagalog	PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Arabic	ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-855-687-7861 (رقم هاتف الصم والبكم: 711).
Russian	ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-855-687-7861 (телетайп: 711).
Gujarati	સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન કરો 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Urdu	خبردار: اگر آپ اردو بولتے ہیں، تو آپ کو زبان کی مدد کی خدمات مفت میں دستیاب ہیں۔ کال کریں 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Vietnamese	CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Italian	ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Hindi	ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-855-687-7861 (TTY: 711) पर कॉल करें।
French	ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-855-687-7861 (TTY: 711).
Greek	ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν μιλάτε ελληνικά, στη διάθεσή σας βρίσκονται υπηρεσίες γλωσσικής υποστήριξης, οι οποίες παρέχονται δωρεάν. Καλέστε 1-855-687-7861 (TTY: 711).
German	ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-855-687-7861 (TTY: 711).