

Cómo Manejar la Gripe

La temporada de la gripe ya casi está aquí. La vacuna antigripal es mucho más importante este año debido a la transmisión de COVID-19. La mejor forma de reducir el riesgo de contagiarse de gripe es vacunarse anualmente. Vacunarse contra la gripe puede reducir el riesgo de contagio de la enfermedad, de hospitalizaciones y de muerte.

Se recomienda la vacuna antigripal en toda persona a partir de los seis meses de edad, incluso si está sano.

Como miembro del Plan Molina Dual Options Medicare-Medicaid, usted puede recibir la vacuna antigripal de manera gratuita. Puede visitar a su médico o a farmacias como CVS y Walgreens para recibir su vacuna antigripal. Sus médicos y farmacias han tomado las medidas para que visitar sus consultorios y tiendas sea seguro.

Usted no puede contraer gripe por haber recibido la vacuna. La vacuna antigripal se prepara a partir de un virus inactivo. La vacuna puede provocar síntomas leves como dolor en músculos o febrícula como respuesta inmune de su cuerpo. Le tomará hasta dos semanas estar protegido después de haber recibido la vacuna.

Los buenos hábitos pueden ayudar a detener la diseminación de los gérmenes y prevenir enfermedades, como la gripe. Estos son algunos consejos que le pueden ayudar a mantenerse sano:

Continúa en la página 4



En esta publicación

Cómo Manejar la Gripe.1

Cómo informar Abuso, Abandono, Explotación y Otros incidentes críticos. . .2-3

Todos los boletines informativos también se encuentran disponibles en MolinaHealthcare.com/Duals.

Para obtener esta información en su idioma preferido y/o en un formato accesible, por favor comuníquese con Servicios a los Miembros, llamando al (877) 901-8181; TTY: 711, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m., hora local. El número se encuentra en la parte posterior de su Tarjeta de ID de Miembro.

MolinaHealthcare.com/Duals

Cómo informar Abuso, Abandono, Explotación y Otros incidentes críticos.



Fraude, Pérdida y Abuso además de Abandono son todos incidentes que deben ser reportados. El fraude se produce cuando una persona recibe beneficios o pagos que no le corresponden.

Algunos ejemplos de fraude son:

- Utilizar la tarjeta de identificación de otra persona o permitirle usar la propia.
- Un proveedor factura por servicios que usted no recibió.

Abuso es cuando alguien produce daño o lesiones físicas o mentales.

Estos son algunos ejemplos de abuso:

- **Abuso físico** es cuando uno sufre daños, por ejemplo al recibir una bofetada, un pinchazo, un empujón o amenaza con un arma.
- **Abuso mental** es cuando alguien nos dirige palabras amenazantes, intenta controlar nuestra actividad social o mantenernos aislados.
- **Abuso económico** es cuando una persona utiliza el dinero de uno, cheques personales o tarjetas de crédito sin permiso.
- **Abuso sexual** es cuando alguien le está tocando de manera inapropiada y sin permiso.



MolinaHealthcare.com/Duals

Se entiende por abandono cuando alguien decide retener las necesidades básicas para la vida, como es el caso de alimentos, vestimenta, vivienda o atención médica.

Si usted cree que es víctima, debe reportarlo de inmediato. Puede comunicarse con Servicios a los Miembros llamando al (877) 9018181. También puede comunicarse con alguna de las siguientes agencias. Todos los reportes son confidenciales y pueden ser anónimos.

Línea Directa para Residencias de Cuidado – (800) 252-4343

La Línea Directa de las Casas de Cuidado del Departamento de Salud Pública de Illinois se utiliza para presentar quejas relacionadas con hospitales, establecimientos de cuidado y agencias de salud en el hogar y el cuidado o falta de cuidado de los pacientes.

Oficina del Inspector General – (800) 368-1463

La línea directa del Inspector General de la Oficina de Departamento de Servicios Humanos de Illinois se utiliza para informar denuncias de abuso, abandono o explotación de personas de 18 a 59 años de edad.

Línea Directa de Servicios de Protección al Adulto – (866) 800-1409

Para informar el abuso, el abandono o la explotación de individuos de 18 a 59 años de edad con una discapacidad o personas de 60 años de edad o más, llame a la Línea Directa de Protección al Adulto.

Línea Directa para Reclamos en Residencias para Personas con Discapacidades (SLF) – (800) 226-0768

La Línea Directa del Departamento de Salud y Servicios de Familia de Illinois se utiliza para informar el abuso, el abandono o la explotación de personas que viven en Residencias para Personas con Discapacidades.

La sospecha de fraude o de abuso también puede informarse directamente al estado de Illinois, comunicándose al:

Illinois State Police
Medicaid Fraud Control Unit
8151 W. 183rd Street, Suite F
Tinley Park, Illinois 60477



MolinaHealthcare.com/Duals

Cómo Manejar la Gripe

Continúa de la página 1

- Cubra su boca y nariz cuando estornude.
- Lave sus manos a menudo, con agua y jabón, durante al menos 20 segundos.
- No toque su rostro. Si toca un germen y luego toca su rostro, puede contagiarse de gripe.
- Evite a las personas que estén enfermas.
- Hable con sus hijos y nietos. Enséñeles cómo prevenir la diseminación de los gérmenes. A menudo, los niños se contagian de gripe (u otros virus) entre sí en la escuela o cuando están jugando.
- Asegúrese de recibir su vacuna antigripal lo antes posible.

Las personas con una enfermedad crónica presentan mayor riesgo de complicaciones debido a la gripe. Prepárese para esta temporada de gripe. Hable con su médico o farmacéutico hoy e infórmese sobre cómo obtener su vacuna antigripal.

El Plan Molina Dual Options Medicare-Medicaid es un plan de salud que tiene contratos con Medicare y Medicaid de Illinois para brindar los beneficios de ambos programas a sus miembros.

La Gripe y el COVID-19

Tanto la gripe como el COVID-19 son enfermedades respiratorias pero causadas por virus diferentes. Usted puede contagiarse de gripe y COVID-19 al mismo tiempo. La vacuna antigripal reduce su posibilidad de enfermarse de gripe. No lo protegerá del COVID-19. Al reducir el riesgo de contagiarse la gripe también puede reducir la presión en el sistema de atención de la salud.

Usted puede obtener este documento de manera gratuita en otros formatos, por ej., impresión en letras de mayor tamaño, sistema Braille o en audio. Llame al (877) 901-8181, TTY: 711, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m., hora local. La llamada es gratuita.

Molina Healthcare cumple con las leyes de derechos civiles Federales correspondientes y no discrimina en base a raza, etnia, origen nacional, religión, género, sexo, edad, discapacidad física o mental, estado de salud, recepción de atención de la salud, experiencia en quejas, antecedentes médicos, información genética, evidencia de asegurabilidad, ubicación geográfica.



¿Preguntas sobre su salud?

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

Es posible que surjan problemas de salud por la noche o durante el fin de semana. ¡Como miembro de Molina Dual Options, usted puede comunicarse con una enfermera de inmediato! La Línea de Asesoramiento de Enfermeros es un servicio con cobertura para los miembros de Molina Dual Options. Esta llamada es absolutamente gratuita.

¿Cuándo debe comunicarse con las Línea de Asesoramiento de Enfermeros de Molina Dual Options disponible las 24 horas?

- » Es posible que usted tenga una pregunta médica durante o después del horario normal de trabajo.
- » Es posible que a usted le surja una pregunta después de visitar al profesional.
- » Puede sentirse mal y no estar seguro de qué hacer.
- » Puede sentirse mal o haberse lastimado y no estar seguro de adónde concurrir para obtener atención.



¡Su salud es nuestra prioridad!

Inglés y
otros idiomas:
(888) 275-8750

Español:
(866) 648-3537

Los usuarios
de TTY deben
llamar al 711.

MolinaHealthcare.com/Duals



Molina Dual Options
1520 Kensington Road, Suite 212
Oak Brook, IL 60523



MolinaHealthcare.com/Duals



H8046_NSR_21_59_ILMMPNewsLtrQ20

ILMC2008.4