



## Su guía para obtener atención médica de calidad

Conozca los programas y servicios que ofrece el Plan Medicare–Medicaid en el enlace para servicios de salud de Molina Dual Options MI.

Ya está disponible la versión de la primavera de 2022 de la Guía sobre **Cómo obtener atención médica de calidad** (la Guía) del Plan Medicare–Medicaid en el enlace para servicios de salud de Molina Dual Options MI. Puede conseguir la Guía en nuestro sitio web en [MolinaHealthcare.com/MHMDualsPublications](https://MolinaHealthcare.com/MHMDualsPublications). Puede ver o imprimir una copia.

La Guía le ayuda a conocer los programas y servicios que ofrecemos. Puede leer sobre nuestro:

### Programa de mejora de calidad

- Molina Dual Options utiliza encuestas y herramientas para revisar todos los servicios y los cuidados que usted recibe cada año
- Queremos saber cómo hacemos nuestro trabajo. Recopilamos información sobre servicios tales como vacunas, exámenes de bienestar y cuidado de la diabetes

(continued on page 2)

### En este número

Su guía para obtener atención médica de calidad.....1-3

Mitos destruidos sobre la vacuna contra el COVID-19 ..... 4-6

¡Mejore su salud en el 2022! ..... 7

Tratamos la hepatitis C... 8-9

Comité de Bridge2Access ...10

¡A cocinar! .....11-12

juego de búsqueda de palabras.....13

Descargue la aplicación para teléfono móvil My Molina .....13

Fraude, desperdicio y abuso en la atención médica .....14

Actualice su información de contacto .....15

---

Todos los boletines también están disponibles en [MolinaHealthcare.com/Duals](https://MolinaHealthcare.com/Duals).

Para obtener esta información en su idioma o formato preferido, llame a servicios a miembros al **(855) 735-5604**, número de TTY: 711, lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m., hora oficial del Este. El número está al dorso de su tarjeta de ID de miembro

# Su guía para obtener atención médica de calidad

(continúa de la página 1)



- Le ayudamos a cuidarse mejor tanto a usted mismo como a su familia. Algunas de las maneras en que hacemos eso es:
  - Mediante correo o llamándole para recordarle a usted y su hijo a hacerse los exámenes de bienestar y vacunarse
  - Informándole sobre los servicios especiales
  - Ayudándole a conocer sobre cualquier problema de salud presente

## Administración de salud poblacional

- Molina Dual Options tiene servicios para mantenerle saludable y cuidar de cualquier problema de salud que pueda tener
- Tenemos programas de administración de la salud, transiciones de cuidados, embarazo y más. Estos programas:
  - Le explican cómo conseguir más ayuda
  - Le dan consejos para mantenerse saludable
  - Le ayudan a encontrar y obtener servicios
  - Le ayudan a coordinar su traslado de un

lugar a otro

- Le conectan a usted con los recursos de la comunidad, si tiene un problema de salud recurrente
- Le explican cómo inscribirse o cancelar la inscripción de estos programas

## Esta Guía le da más información sobre cómo nosotros:

### 1. Le protegemos. Nosotros:

- Protegemos su privacidad
- Trabajamos con los médicos de la red para asegurarnos de que usted obtenga atención médica segura
- Revisamos nuevos estudios para asegurarnos que los nuevos servicios sean probadamente seguros
- Le indicamos los pasos para presentar una queja o reclamo si usted tiene problemas con la atención o el servicio

### 2. Tomamos decisiones sobre su atención médica. Nosotros:

- Consultamos nuevos servicios que se ofrecen como parte de los beneficios que cubrimos
- Le explicamos sus derechos y responsabilidades como miembro

### 3. Le ayudamos en acciones de atención médica. Nosotros:

- Le guiamos en cómo obtener atención médica fuera del horario normal o en caso de emergencia
- Le ayudamos a encontrar respuestas sobre preguntas de beneficios de fármacos
- Le damos información sobre servicios de salud mental, salud del comportamiento y uso de sustancias
- Le damos consejos sobre cómo obtener una segunda opinión de otro médico
- Le explicamos cómo conseguir atención fuera de la red de Molina
- Le explicamos los pasos para apelar un servicio denegado o un reclamo de beneficios no pagado
- Le decimos cómo obtener información sobre los médicos de la red en el directorio en internet de proveedores

- Le ayudamos a aprender cómo llenar un poder para decisiones médicas para tomar decisiones de atención médica en caso usted no pueda hablar por sí mismo

### 4. Satisfacemos sus necesidades de comunicación. Nosotros:

- Le ofrecemos servicios de TTY/TDD si necesita ayuda para escuchar o hablar
- Ofrecemos servicios de traducción, si lo necesita
- Le explicamos cómo usar las herramientas de internet (como el portal de miembros)

Puede imprimir la Guía y cualquier otra información que necesite de nuestro sitio web. Para obtener la Guía en su idioma o formato preferido, llame a servicios a miembros al **(855) 735-5604** (número de TTY/TDD: 711). Puede llamar de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m., hora oficial del Este. También puede solicitarnos que le enviemos por correo postal una copia de los materiales.





## Mitos destruidos sobre la vacuna contra el COVID-19

### ✘ MITO

Los ingredientes de las vacunas contra el COVID-19 son peligrosos.

### ✔ REALIDAD

Casi todos los ingredientes de las vacunas contra el COVID-19 son también ingredientes de muchos alimentos: grasas, azúcares y sales. Las vacunas contra el COVID-19 NO contienen ingredientes como conservantes, tejidos, antibióticos, proteínas alimentarias, medicamentos, látex ni metales.

### ✘ MITO

La inmunidad natural que obtengo al enfermarme con COVID-19 es mejor que la inmunidad que obtengo al vacunarme contra el COVID-19.

### ✔ REALIDAD

Vacunarse contra el COVID-19 es una forma más segura y fiable de crear inmunidad contra el COVID-19 que enfermarse con el COVID-19. Enfermarse con COVID-19 puede causar una enfermedad grave o la muerte, y no podemos predecir quién tendrá una enfermedad leve o grave. Si una persona se enferma, puede contagiar el COVID-19 a otras personas. Las personas también pueden continuar teniendo problemas de salud de largo plazo después de contagiarse con COVID-19.

### ✘ MITO

Las vacunas contra el COVID-19 son la causa de las variantes.

### ✔ REALIDAD

Las vacunas contra el COVID-19 no crean ni provocan variantes del virus. Al contrario, las vacunas contra el COVID-19 pueden ayudar a prevenir la aparición de nuevas variantes.

Las nuevas variantes de un virus se producen porque el virus que causa el COVID-19 cambia constantemente a través de un proceso natural continuo de mutación (cambio). A medida que el virus se extiende, tiene más oportunidades de cambiar. Una alta cobertura de vacunación en una población reduce la propagación del virus y ayuda a prevenir la aparición de nuevas variantes.

**✘ MITO**

**La vacuna de ARNm no se considera una vacuna.**

**✔ REALIDAD**

Las vacunas de ARNm, como las de Pfizer-BioNTech y Moderna, funcionan de forma diferente a otros tipos de vacunas, pero siguen desencadenando una respuesta inmunitaria en el organismo. Este tipo de vacuna es nueva, pero la investigación y el desarrollo de la misma llevan décadas en marcha.

Las vacunas de ARNm no contienen ningún virus vivo. En su lugar, funcionan enseñando a nuestras células a fabricar una pieza inofensiva de una “proteína de espiga”, que se encuentra en la superficie del virus que causa el COVID-19.

**✘ MITO**

**Las vacunas contra el COVID-19 contienen microchips**

**✔ REALIDAD**

Las vacunas contra el COVID-19 no contienen microchips. Las vacunas se desarrollan para luchar contra la enfermedad y no se administran para seguir el movimiento de las personas.

Las vacunas funcionan estimulando el sistema inmunitario para que produzca anticuerpos, exactamente como lo haría si una persona se expusiera a la enfermedad. Después de vacunarse, se desarrolla la inmunidad a esa enfermedad, sin tener que contraerla primero.

Infórmese más sobre los ingredientes en las vacunas contra el COVID-19 autorizadas para usarse en los Estados Unidos.

**✘ MITO**

**Recibir la vacuna contra el COVID-19 puede volverte magnético.**

**✔ REALIDAD**

Recibir la vacuna contra el COVID-19 no le producirá magnetismo, ni siquiera en el lugar de la vacunación (normalmente el brazo). Las vacunas contra el COVID-19 no contienen ingredientes que puedan producir un campo electromagnético en el lugar de su inyección. Todas las vacunas contra el COVID-19 están libres de metales.

**✘ MITO**

**Las vacunas contra el COVID-19 pueden cambiar el ADN de las personas.**

**✔ REALIDAD**

Las vacunas contra el COVID-19 no cambian ni interactúan de ninguna manera con el ADN de las personas.

El material genético suministrado por las vacunas de ARNm (Pfizer y Moderna) nunca entra en el núcleo de las células de las personas, que es donde se guarda ADN.

Las vacunas con vectores virales contra el COVID-19 (Johnson & Johnson) llevan material genético al núcleo de la célula para permitir que nuestras células se protejan contra COVID-19. Sin embargo, la vacuna no tiene la capacidad de mezclar el material genético que contiene en el ADN de las personas, por lo que no puede cambiar nuestro ADN.

**✘ MITO**

**Una vacuna contra el COVID-19 puede hacer que te enfermes con el COVID-19.**

**✔ REALIDAD**

Dado que ninguna de las vacunas aprobadas contra el COVID-19 en los Estados Unidos contiene el virus vivo que causa el COVID-19, la vacuna no puede hacer que las personas se enfermen de COVID-19.

Las vacunas contra el COVID-19 enseñan a nuestro sistema inmunitario a reconocer y combatir el virus que causa el COVID-19. A veces, este proceso puede provocar síntomas (fiebre, escalofríos, dolor muscular, etc.). Estos síntomas son normales y son señales de que el cuerpo está creando protección contra el virus que causa el COVID-19.

**✘ MITO**

**La vacuna contra el COVID-19 para niños no es segura.**

**✔ REALIDAD**

La vacuna contra el COVID-19 para niños de entre 5 y 11 años ha sido sometida a pruebas exhaustivas tanto por la FDA como por el CDC. Las vacunas contra el COVID-19 han sido y seguirán siendo sometidas al control de seguridad más intensivo de la historia de Estados Unidos.

**✘ MITO**

**Es más seguro que mi hijo adquiera inmunidad infectándose con COVID-19 que adquiriendo la vacuna.**

**✔ REALIDAD**

La mejor manera de proteger a los niños de 5 años o más contra el COVID-19 es vacunarlos. El riesgo de infección por COVID-19 en los niños es similar al de los adultos. Cuando los niños contraen COVID-19, pueden estar enfermos durante varios días y faltar a la escuela y a otras oportunidades de aprender y jugar con los demás. Los niños que no están vacunados y contraen el COVID-19 también pueden correr el riesgo de padecer afecciones prolongadas después del COVID-19 y de ser hospitalizados, ser afectados por el síndrome inflamatorio multisistémico (MIS-C) (por sus siglas en inglés, o la muerte.

**✘ MITO**

**Las vacunas contra el COVID-19 causan problemas de fertilidad y otros problemas reproductivos.**

**✔ REALIDAD**

No hay pruebas de que las vacunas contra el COVID-19 causen problemas de fertilidad en mujeres u hombres. De hecho, se recomienda la vacunación contra el COVID-19 a las mujeres que están embarazadas, que intentan quedarse embarazadas ahora o que podrían quedarse embarazadas en el futuro, así como a sus parejas.

Para obtener más información sobre la realidad de las vacunas contra el COVID-19 visite <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/facts.html>

# ¡Mejore su salud en el 2022!

## ¿Sabía que los todos los residentes de Michigan de 12 años de edad y mayores son elegibles para recibir la vacuna de refuerzo contra el COVID-19?

La inmunidad disminuye naturalmente con el paso del tiempo y el tiempo frío hace que los virus se diseminen con más facilidad. Mientras nos reunimos con amigos y familiares, una vacuna de refuerzo puede ayudarle a usted y sus seres queridos a estar protegidos. Con el aumento de la variante ómicron por todo el país, todas las personas elegibles deberían recibir una vacuna de refuerzo contra el COVID-19, si todavía no lo han hecho.

## ¿Tiene preguntas? ¡Nosotros tenemos las respuestas!

### ¿Cómo saber cuándo debería recibir la vacuna de refuerzo?

- **Las personas de 12 años de edad y mayores que recibieron la vacuna de Pfizer** hace por lo menos 5 meses, pueden recibir la vacuna de refuerzo.
- **Las personas de 18 años de edad y mayores que recibieron la vacuna de Moderna** hace por lo menos 5 meses, pueden recibir la vacuna de refuerzo.
- **Las personas de 18 años de edad y mayores que recibieron la vacuna de Johnson & Johnson** hace por lo menos 2 meses, pueden recibir la vacuna de refuerzo. (Si es posible, los CDC recomiendan recibir una vacuna de refuerzo ARNm de Pfizer o Moderna para fortalecer su protección).

### ¿Debo recibir la misma vacuna que recibí antes?

Los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC) dicen que usted puede elegir cuál de las vacunas contra el COVID-19 usted quiere como vacuna de refuerzo. Algunas personas pueden preferir la vacuna que recibieron primero, mientras que otras pueden preferir recibir una vacuna de refuerzo diferente.

### ¿Dónde debo obtener mi vacuna de refuerzo?

De acuerdo a las directrices de los CDC, para la vacuna de refuerzo no es necesario asistir al mismo centro de vacunación al que fue originalmente. Cualquier centro que actualmente esté administrando la vacuna puede administrarle la vacuna de refuerzo.



**Para encontrar un centro de vacunación para el COVID-19 o la vacuna de refuerzo:**

- Visite [Vaccines.gov](https://www.vaccines.gov)
- Envíe un mensaje de texto con su código postal a 438829
- Llame al **(800) 232-0233, número de TTY:711**

### ¿Las vacunas de refuerzo tienen la misma fórmula que las vacunas existentes?

¡Sí! Las vacunas de refuerzo contra el COVID-19 tienen la misma fórmula que las vacunas actuales contra el COVID-19. Sin embargo, en el caso de la vacuna de refuerzo de Moderna, las personas reciben la mitad de la dosis que recibieron inicialmente.

### ¿Cuáles son los riesgos de la vacuna de refuerzo?

Fiebre, dolor de cabeza, fatiga y dolor en el lugar de la inyección son los efectos secundarios más comunes reportados. En la mayoría de casos, los efectos secundarios son de leves a moderados. Sin embargo, como en el caso de la vacuna inicial de una o dos dosis, los efectos secundarios graves son raros pero pueden ocurrir.

**Para obtener más información sobre los efectos secundarios y la vacuna de refuerzo, hable con su médico de atención primaria.**

# Tratamos la hepatitis C

## ¡Usted no está solo!

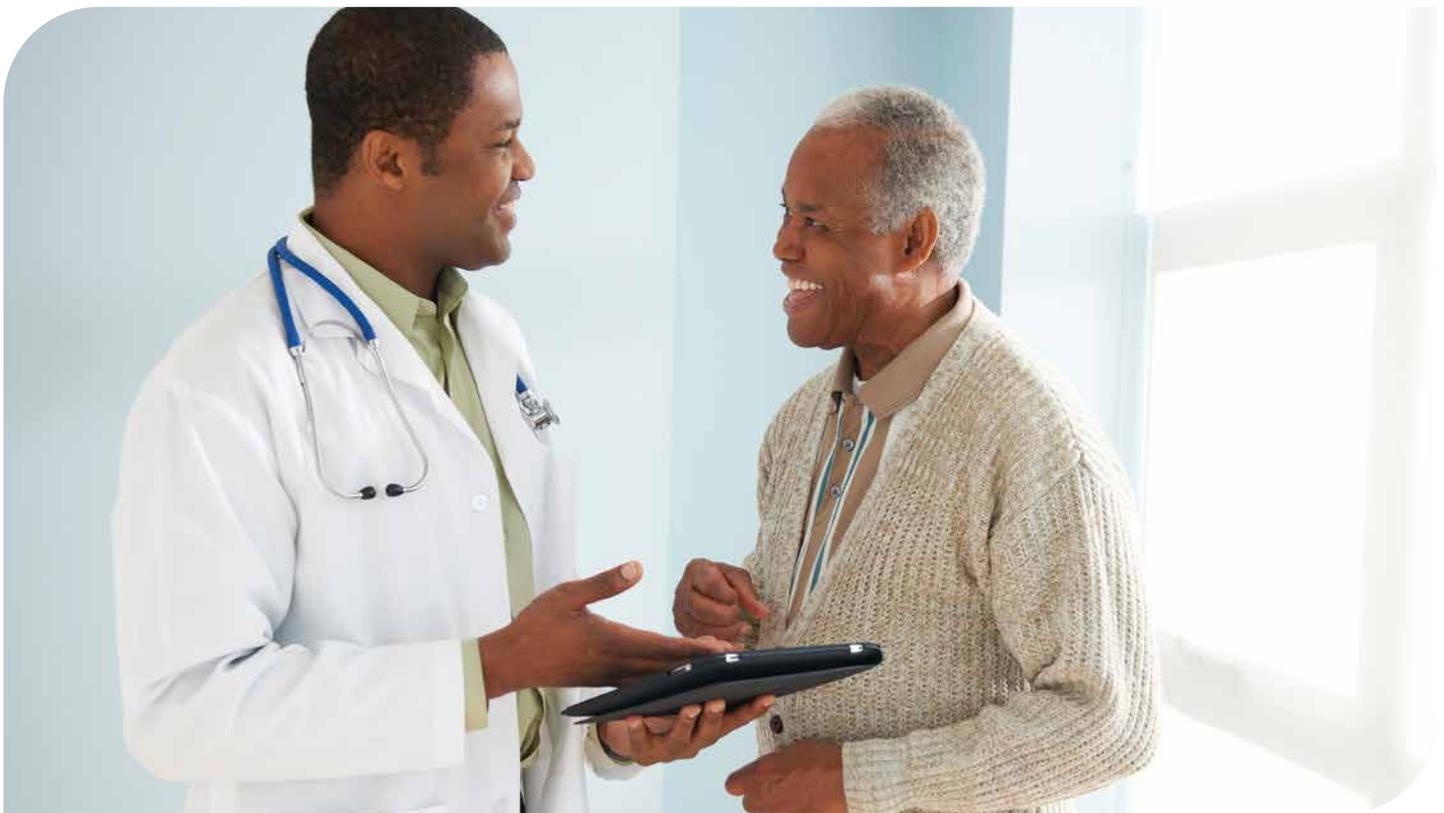
Hace unos pocos meses, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan (MDHHS, por sus siglas en inglés) y Molina Dual Options empezaron la campaña “We treat Hep C” (Tratamos la hepatitis C) para ayudar a los residentes de Michigan a que se hagan pruebas y reciban tratamiento para la hepatitis C. La hepatitis C es una infección del hígado que puede causar un grave daño al hígado. Es una enfermedad causada por el virus de la hepatitis C. Puede causar pocos síntomas, por lo que la mayoría de las personas no saben que están infectadas. El virus se disemina a través de la sangre y fluidos corporales de la persona infectada.

¿Qué sucede si usted se hace la prueba y resulta positivo? Como muchos, usted no podría haber sabido que estaba

enfermo y ahora tiene muchas preguntas. Aproximadamente, 2.4 millones de personas en EE.UU. tienen esta enfermedad. Entre personas de 18 a 79 años de edad, esta es una enfermedad común y curable. Las personas nacidas entre 1945 y 1965 (baby boomers), tienen una probabilidad 5 veces mayor de contraer el virus de la hepatitis C, con efectos a largo plazo si no la tratan.

## Primer paso, siguiente paso y mirando hacia el futuro

Lo primero es asegurarse de que tenga un proveedor. La hepatitis C es curable. Es importante elegir un proveedor capaz de tratar su problema médico. Le conviene un proveedor con el cual se sienta cómodo ya que muy probablemente lo verá con regularidad durante el control de la enfermedad de la hepatitis C. Seguidamente, su proveedor querrá saber





qué tipo de virus de hepatitis C tiene usted. Su médico podrá ordenar unos test para comprender el **genotipo**. Este test le ayudará a conocer cuál de las seis clases o genotipos de hepatitis C usted tiene. Posiblemente se le pida hacerse un examen de sangre de rutina para determinar cómo está funcionando su hígado. Este examen se llama **panel de la función hepática**. Si se encuentra un problema, posiblemente requiera un diagnóstico por imágenes como **ultrasonido, exploraciones por TC, o RM**. Por último, algunas personas podrían requerir una biopsia del hígado para asegurarse de que esté funcionando correctamente. Los resultados de las pruebas ayudarán al médico a decidir cuál tratamiento es el adecuado para usted. Siguiendo, su proveedor y usted evaluarán las opciones de tratamiento. El tratamiento de la hepatitis C es muy manejable hoy en día. El tratamiento actual, que utiliza antivirales de acción directa (AAD) simplificados, es más fácil de manejar

para los pacientes en casa. Ahora, las personas pueden librarse del virus simplemente tomando una píldora en casa por solamente unas cuantas semanas. Asegúrese de tener el apoyo que necesita de amigos, familiares o hasta de un grupo de apoyo. Un grupo de apoyo es bueno para su bienestar en general.

### **¡Hágase las pruebas!**

**Usted puede administrar su salud. Una cura es posible. ¡El camino empieza haciéndose una prueba!**

Tómese un momento y hable con su proveedor acerca de hacerse una prueba de sangre a fin de determinar si tiene hepatitis C. ¿Necesita ayuda para encontrar un médico? Llame a servicios a miembros al **(855) 735-5604**, número de TTY:711, de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m., hora oficial del Este. Para obtener más información, llame al AbbVie Nurse Ambassador Program al **1-877-628-9738**.

# Comité de Bridge2Access

## ¿Está interesado en ser parte del consejo del Comité de Bridge2Access?

Nuestro consejo consultivo para miembros de Molina Dual Options está buscando nuevos miembros. Si está interesado en participar, envíe un correo electrónico a [mhmmemberengagementcommunications@MolinaHealthcare.com](mailto:mhmmemberengagementcommunications@MolinaHealthcare.com) explicando en 100 palabras o menos por qué desea participar. Revisaremos su mensaje de correo electrónico y le avisaremos si fue seleccionado.

### Todos los miembros del comité deben:

- Ser miembros actuales de Molina Dual Options, familiar o tutor legal de un miembro
- Ser residentes de Michigan
- Tener 21 años de edad, por lo menos
- Poder asistir a las reuniones por lo menos cuatro veces al año

### Si desea más información:

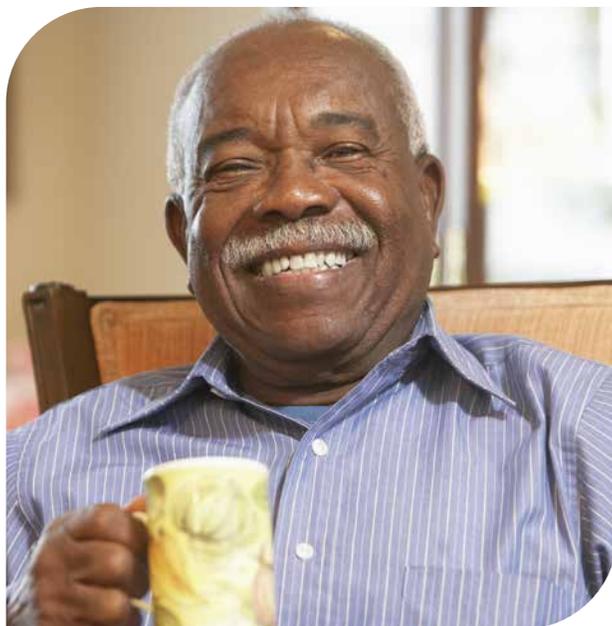
Si tiene alguna pregunta sobre el comité de Bridge2Access o sobre sus miembros, llame a servicios a miembros al **(855) 735-5604 número de TTY: 711**, lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m., hora oficial del Este.

### Los objetivos del comité de Bridge2Access son:

- Dar un lugar para que los miembros revisen nuevas ideas, conceptos, programas e iniciativas para mejorar la calidad de la atención
- Actuar como defensores en asuntos que impactan a los miembros
- Asistir en la planificación, puesta en marcha y evaluación de las actividades de educación para la salud y de extensión que sean cultural y lingüísticamente apropiadas
- Demostrar el cumplimiento con los estándares del Comité Nacional de Garantía de Calidad (NCQA, por sus siglas en inglés) y del Conjunto de Datos e Información sobre la Eficacia de la Asistencia Médica (HEDIS, por sus siglas en inglés) mediante la identificación y priorización de oportunidades para mejorar
- Contribuir al desarrollo de programas de educación para la salud a fin de mejorar la calidad de la atención.

### Los miembros del comité gozarán de lo siguiente:

- **Transporte gratuito** de ida y vuelta a las reuniones del comité
- **Almuerzo** en cada reunión
- **Tarjeta de regalo de \$25** por cada reunión a la que se asista



# ¡A cocinar!

## Pimientos rellenos italianos

Los pimientos son una verdura baja en calorías y con mucho sabor que contiene folato, fibra y hierro, lo que los convierte en una gran fuente de nutrición. También son una gran base para una variedad de rellenos y salsas. Esta versátil y fácil receta podría hacerse como pimientos rellenos mexicanos con salsa y condimento para tacos, en lugar de salsa de tomate y condimento italiano.

### Ingredientes

- 4 a 6 pimientos (rojos, verdes, amarillos o anaranjados)
- 1 libra (453 gr) de salchicha italiana molida o pavo molido
- 1 taza de quinua cocida, arroz salvaje o grano integral de su elección (¡una forma fácil de utilizar las sobras!)
- 1 lata (15 onzas) de salsa de tomate
- 1 taza de espinaca congelada
- 1 cucharada de condimento italiano
- ½ taza de queso mozzarella bajo en grasa rallado

### Instrucciones

1. Precaliente el horno a 350° F y engrase una fuente de vidrio para hornear de 8 pulgadas o una cacerola.
2. Corte la parte superior de los pimientos, saque las semillas y enjuáguelos.
3. En una sartén mediana, cocine la carne o la salchicha unos 10 minutos, o hasta que se dore. Retire la sartén del fuego, escurra la carne y vuelva a ponerla en la sartén.
4. En la carne cocida, revuelva los granos, 1 taza de la salsa de tomate, las espinacas y los condimentos.
5. Acomode los pimientos parados en la fuente de horno. Rellénelos con la mezcla de carne, granos y espinacas hasta llenarlos.
6. Vierta la salsa de tomate restante sobre los pimientos y cubra con mozzarella rallada. Cubra bien la fuente de horno con papel de aluminio.
7. Hornear 20 minutos tapado. Después de 20 minutos, retire el papel de aluminio y hornee unos 10 minutos más, hasta que el queso esté derretido y burbujeante.



# ¡Póngale alegría al agua con estas deliciosas infusiones!



## Agua de romero y cítricos

### Ingredientes:

- 1 naranja o naranja sanguina
- Ramitas de romero
- Jarra de agua fría

### Instrucciones:

1. Añada rodajas de naranja y varias ramitas de romero en el fondo de una jarra.
2. Cubra con agua y deje reposar en el refrigerador toda la noche. ¡Disfrute!

## Refresco de pepinos

### Ingredientes:

- 1 pepino en rodajas
- Jugo de 1/2 limón amarillo
- 1 cucharada de jengibre fresco rallado
- 15 hojas de menta fresca
- Jarra de agua fría

### Instrucciones:

1. Agregue los ingredientes a la jarra vacía.
2. Llene la jarra con agua más fría hasta el tope y deje reposar en el refrigerador toda la noche. ¡Disfrute!



## Agua de lima, albahaca y fresas

### Ingredientes:

- 8 a 10 fresas frescas en rodajas
- Jugo de un limón verde
- 8 hojas de albahaca fresca
- Jarra de agua fría

### Instrucciones:

1. Agregue los ingredientes a la jarra vacía.
2. Llene la jarra con agua más fría hasta el tope y deje reposar en el refrigerador toda la noche. ¡Disfrute!



R	I	W	I	E	W	I	F	I	G	S	A	L	S
G	W	E	I	L	W	N	H	P	I	P	P	B	W
L	B	M	H	E	A	L	T	H	Y	R	N	U	I
E	D	A	F	F	O	D	I	L	G	I	S	T	M
N	L	P	M	L	Y	F	N	B	F	N	Y	T	M
I	A	N	I	A	R	L	S	T	I	G	I	E	I
H	N	E	D	R	A	G	E	I	R	K	H	R	N
S	Y	L	I	L	Y	L	E	L	U	L	E	F	G
N	S	H	W	E	L	L	N	E	S	S	S	L	Y
U	I	B	K	Y	O	G	A	L	L	Y	T	Y	D
S	S	O	N	Y	P	I	L	E	U	O	R	W	R
O	G	B	S	S	N	P	L	N	M	L	O	H	I
A	M	W	K	L	I	W	A	L	K	I	N	G	G
I	G	I	A	R	D	R	O	H	R	F	G	I	T

## ¡Para una primavera más saludable!

- |           |          |
|-----------|----------|
| DAFFODIL  | HAPPY    |
| YOGA      | RAIN     |
| WELLNESS  | BIKE     |
| STRONG    | HEALTHY  |
| SWIMMING  | GARDEN   |
| WALKING   | LILY     |
| SPRING    | SUNSHINE |
| BUTTERFLY |          |

## ¡Descargue la aplicación para teléfono móvil de Molina hoy mismo!

Acceda al plan de salud de manera inteligente usando su teléfono inteligente. Con la aplicación para teléfono móvil podrá ver fácilmente su tarjeta de identificación, imprimirla o enviarla por correo electrónico a su médico. Podrá buscar nuevos médicos, cambiar a su proveedor de atención primaria (PCP) y mucho más. En cualquier momento, en cualquier lugar.

**Descargue la aplicación para teléfono móvil My Molina de Apple App Store o Google Play Store.**

### Otras funciones:

- Vea un resumen de los beneficios
- Verifique su elegibilidad
- Comuníquese con su administrador de cuidados
- Encuentre una farmacia cerca de usted
- Encuentre un centro de atención urgente cerca de usted
- Vea los expedientes médicos
- Llame a nuestro equipo de servicios a miembros
- Hable con una enfermera llamando a nuestra línea de consejos de enfermería disponible 24 horas al día
- Reciba notificaciones importantes



Descargue  
My Molina



# Fraude, desperdicio y abuso en la atención médica

Molina Healthcare of Michigan está enfocada en garantizar que el fraude, desperdicio y abuso no ocurran. Si cree que se han dado casos de fraude, desperdicio o abuso, puede reportarlo sin dar su nombre. Puede comunicarse anónimamente con Molina:

**Por internet:**

[www.MolinaHealthcare.alertline.com](http://www.MolinaHealthcare.alertline.com)

**Por correo electrónico:**

[MHMCompliance@MolinaHealthCare.com](mailto:MHMCompliance@MolinaHealthCare.com)

**Por teléfono:** (866) 606-3889

Por fax: (248) 925-1797

**Por correo postal:**

Molina Healthcare of Michigan  
Attention: Compliance Director  
880 West Long Lake Road, Suite 600  
Troy, MI 48098-4504

**O puede comunicarse:**

**Por internet:** [www.michigan.gov/fraud](http://www.michigan.gov/fraud)

**Por teléfono:** 1-855-MI-FRAUD

(1-855-643-7283)

**Por correo postal:**

Michigan Department of Health and Human  
Services (MDHHS)  
Office of Inspector General  
P.O. Box 30062  
Lansing, MI 48909

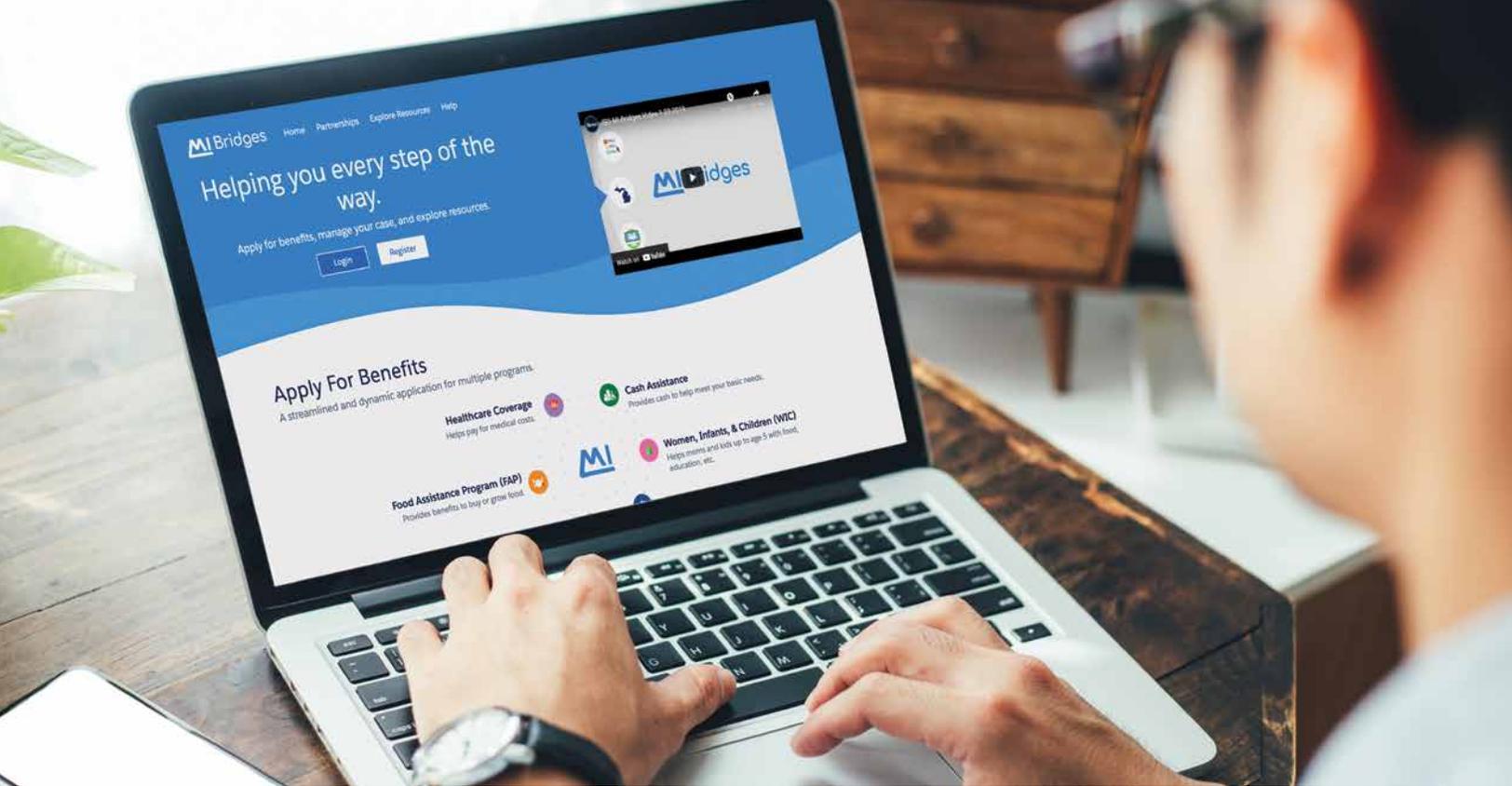


**Para obtener más información visite:**

[www.molinahealthcare.com/members/mi/en-US/mem/medicaid/overvw/quality/fraud.aspx](http://www.molinahealthcare.com/members/mi/en-US/mem/medicaid/overvw/quality/fraud.aspx)

**O puede escanear el código siguiente**





## ¿Hubo cambios recientes a su información de contacto?

Cualquier cambio en el número de teléfono, el correo electrónico o la dirección debe comunicarse al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan (MDHHS). Puede hacer esto visitando el sitio web de MI Bridges en [www.michigan.gov/mibridges](http://www.michigan.gov/mibridges). Si todavía no tiene una cuenta, deberá crear una seleccionando “Register” (registrar). Una vez en su cuenta, al informar los cambios, sírvase asegurarse de hacerlo tanto en la sección de perfil como en el área “Report Changes” (reportar cambios). El área “Report Changes” (reportar cambios) es lo que utilizará la oficina local para actualizar la dirección de su caso.

---

El Plan Dual Options MI Medicare-Medicaid de Molina es un plan de salud que tiene contrato con Medicare y Medicaid de Michigan para proporcionar los beneficios de ambos programas a los afiliados.

Puede obtener este documento de manera gratuita en otros formatos, tales como letras de tamaño grande, Braille o audio. Llame al 1-855-735-5604, número de TTY: 711, lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m., hora oficial del Este. La llamada es gratuita.

Molina Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, origen étnico, nacionalidad, religión, género, sexo, edad, discapacidad mental o física, estado de salud, recepción de atención médica, experiencia en reclamos de beneficios, historial médico, información genética, evidencia de asegurabilidad, ubicación geográfica.



**Estás en familia.**

18625 West Creek Drive  
Tinley Park, IL 60477

## ¿Tiene preguntas sobre su salud?

¡No se olvide de su examen anual!

**Llame a la línea de consejos de enfermería 24 horas al día  
(844) 489-2541, núm. de TTY 711**

¡Su salud es nuestra prioridad!



### ¡Molina Healthcare of Michigan está en Facebook!

Interactúe con nosotros y vea cómo Molina Healthcare of Michigan está impactando a las comunidades en todo Michigan. Dale “Me gusta” en Facebook en <https://www.facebook.com/MolinaHealthMI>

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