

# Boletín sobre Salud y Bienestar de primavera del 2021



¡Programe su chequeo médico anual hoy mismo!

## Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad

¡Aprenda hoy sobre los programas y servicios que ofrecemos!

¡Atención, miembros de Molina Dual Options MI Health Link Medicare-Medicaid Plan! La Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad de primavera del 2021 ya se encuentra disponible. También puede encontrar la **Guía** en nuestro sitio web. Ingrese a [MolinaHealthcare.com/MHMDualsPublications](https://MolinaHealthcare.com/MHMDualsPublications) para ver o imprimir la **Guía**.

Esta **Guía** lo ayuda a conocer los programas y servicios que Molina ofrece. Puede obtener más información acerca de lo siguiente:

- **Programa de Mejoramiento de Calidad:** Molina Dual Options utiliza encuestas y herramientas para revisar todos los servicios y la atención que usted recibe cada año por parte de Molina Dual Options. Molina Dual Options quiere saber su opinión sobre la calidad de nuestros servicios. Molina Dual Options recopila información sobre los servicios que incluye lo siguiente: vacunas, exámenes de bienestar y atención de la

### En esta Edición

Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad.....	1
Molina Dual Options responde al COVID-19.....	3
¿Qué pueden hacer los adultos para mantener una buena salud bucal? .....	6
Cáncer de colon: reduzca su riesgo.....	7
Información acerca de la presión arterial alta: consejos de la American Heart Association .....	8
El tabaco y su salud: consejos de la Sociedad Americana contra el Cáncer .....	9
Control de afecciones crónicas.....	10
Fraude, derroche y abuso en la atención médica.....	11

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

Para obtener esta información en su idioma de preferencia o en formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. El número se encuentra en el dorso de su tarjeta de identificación del miembro.

Este boletín informativo también está disponible en español. Comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir una copia en español.

diabetes. Molina Dual Options también lo ayuda a usted y a sus familiares a cuidarse mejor. Estas son algunas de las formas en que Molina Dual Options hace esto: (1) comunicándose con usted por correo o teléfono para asegurarse de que usted y su hijo asistan a las consultas de bienestar y reciban las vacunas que necesitan, (2) contándole acerca de los servicios especiales y (3) ayudándolo a informarse acerca de los problemas de salud actuales. Puede consultar los resultados de la última encuesta y de las herramientas de Molina Dual Options en [MolinaHealthcare.com/Duals](https://MolinaHealthcare.com/Duals).

- **Gestión de la salud de la población:** Molina Dual Options cuenta con servicios para mantenerlo sano y cuidar su estado de salud. Desarrollamos programas centrados en la Administración de Casos, las Transiciones de Atención Médica, la atención previa al parto y posterior a este, entre otros. Estos programas incluyen información acerca de cómo puede recibir Ayuda Adicional, consejos para mantenerse sano, cómo encontrar y acceder a servicios elegibles, cómo coordinar el cambio de un entorno a otro y cómo conectarse con los recursos comunitarios si actualmente presenta un problema de salud. También obtendrá información sobre cómo puede inscribirse y participar o dejar de participar en estos programas.

Esta **Guía** le proporciona información detallada acerca de cómo:

### **Lo protegemos:**

- Protegemos su privacidad.
- Trabajamos con doctores dentro de la red de Molina Dual Options para asegurarnos de que obtenga una atención médica segura.
- Revisamos los nuevos estudios para asegurarnos de que se haya demostrado que los nuevos servicios son seguros.
- Brindamos información respecto a los pasos que debe seguir para presentar una queja (un reclamo) si tiene problemas con su atención médica o los servicios que presta Molina Dual Options.

### **Tomamos decisiones acerca de su atención médica:**

- Buscamos nuevos servicios que se ofrecen como parte de los beneficios que cubrimos.
- Le informamos sus derechos y responsabilidades en el momento de la inscripción en un plan de salud de Molina Dual Options.



## Lo ayudamos en las acciones de atención médica:

- Lo guiamos en el proceso para ayudarlo a recibir atención médica después del horario de atención o durante una emergencia.
- Lo ayudamos a encontrar respuestas a sus preguntas sobre beneficios de medicamentos.
- Le proporcionamos información detallada acerca de los servicios que Molina Dual Options ofrece para la salud mental, la salud conductual y el consumo de sustancias.
- Le brindamos consejos acerca de cómo conseguir una segunda opinión acerca de su atención médica con otro doctor.
- Le mostramos cómo obtener atención médica fuera de la red de Molina Dual Options.
- Le brindamos información sobre los pasos que debe seguir para apelar por un servicio denegado y presentar un reclamo cuando este no se pague.
- Le informamos cómo obtener información acerca de los doctores dentro de la red de Molina Dual Options en el Directorio de proveedores en línea.
- Lo ayudamos a aprender cómo completar una Directiva Anticipada para facilitar la toma de decisiones sobre la atención médica cuando no pueda tomarlas por sí mismo.

## Satisfacemos sus necesidades de comunicación:

- Ofrecemos servicios TTY si necesita ayuda con la audición o el habla.
- Ofrecemos servicios de traducción lingüística si los necesita.
- Le informamos cómo acceder a herramientas en línea, tales como: Evaluación de Riesgos para la Salud (Evaluación de la Salud), Herramientas de Autogestión y Calculadoras.

Puede imprimir la **Guía** y cualquier otra información que necesite desde el sitio web de Molina Dual Options. Para obtener la **Guía** en su idioma de preferencia o en formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. También puede solicitar que le envíen una copia impresa de los materiales por correo. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al (855) 735-5604 (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 8 p. m., hora del este.

# Molina Dual Options responde al COVID-19

## ¡Lo APOYAMOS!

En Molina Dual Options, trabajamos intensamente para que usted y su familia estén seguros y sanos durante la pandemia del COVID-19. Molina Dual Options cubre el costo de cualquier gasto médico de su propio bolsillo relacionado con el COVID-19, incluidos el cuidado urgente, las visitas al consultorio y las visitas a la sala de emergencias (Emergency Room, ER) asociados a la realización de pruebas de detección y el tratamiento contra el COVID-19.

Como miembro, ¡tiene a su disposición estos excelentes recursos que lo ayudan a mantenerse sano!

- **Acceso a recetas médicas:** Molina Dual Options y nuestra farmacia socia, CVS Pharmacy, aumentaron el acceso a las recetas médicas por medio de entregas gratuitas a domicilio y renovaciones anticipadas de medicamentos.

- **Acceso a Telesalud:** Molina Dual Options amplió el acceso gratuito a Telesalud para todos los miembros. Esto facilita la conexión con los proveedores de atención médica desde la comodidad y seguridad del hogar.
  - **Acceso a Teladoc:** ampliamos el servicio de Teladoc a todos los miembros de Molina Dual Options.
  - **Acceso a la información:** creamos una página de recursos para miembros acerca del COVID-19 y las vacunas contra el COVID-19, la cual se puede consultar en nuestro sitio web. En este sitio, se presenta información importante, como los centros en los que se realizan pruebas de detección, los centros de vacunación e información sobre el virus que causa el COVID-19 y sus respectivas vacunas. Para obtener más información, visite <https://www.MolinaHealthcare.com/members/mi/en-US/mem/Coronavirus.aspx>
  - **Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas:** si tiene alguna pregunta, puede llamar a nuestra Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
  - **Aplicación Molina Dual Options Mobile:** con esta aplicación, puede gestionar su atención médica las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Puede acceder fácilmente a su tarjeta de identificación o utilizar "Locate a doctor" (Ubicar a un doctor).
- ¡Descargue la aplicación Molina Dual Options Mobile hoy mismo en su teléfono inteligente con este código QR!**



## ¡Apoyamos a su comunidad!

Molina Dual Options donó más de \$168,000 a organizaciones sin fines de lucro de Michigan para mitigar la escasez causada por la pandemia. Estos fondos se destinan a organizaciones que apoyan directamente a nuestros miembros. Además, Molina Dual Options donó más de \$76,000 a los consultorios de los proveedores que prestan servicios a nuestros miembros. Estos fondos se utilizan como apoyo para las pruebas de detección, la atención médica y el tratamiento del COVID-19.

Molina Dual Options ha trabajado intensamente para garantizar que nuestra comunidad cuente con los suministros necesarios durante la pandemia del COVID-19 por medio de donaciones, entre las que se incluyen las siguientes:

- 5,000 kits de salud e higiene.
- Más de 7,650 comidas.
- 2,900 pañales y bragapañales para padres primerizos.
- 4,600 prendas de abrigo para el invierno, tales como abrigos, botas, calcetines y mantas.
- Más de 13,000 mochilas y bolsos llenos con actividades divertidas para niños y personas mayores que se encuentran en confinamiento.

Molina Dual Options también apoyó a nuestros héroes locales de la atención médica donando más de 6,500 mascarillas, desinfectantes para manos, guantes y otros suministros a más de 20 Centros de Salud Acreditados a Nivel Federal (Federally Qualified Health Center, FQHC), hospitales y proveedores. Hacemos esto para que puedan continuar realizando su trabajo esencial de forma segura, de modo que usted y su familia se mantengan sanos.

## Vacuna contra el COVID-19

¿Sabía que, a partir del 5 de abril, todos los miembros de Molina Dual Options que tengan 16 años o más pueden recibir la vacuna contra el COVID-19?

Vacunarse es importante. La vacuna contra el COVID-19 trabaja en conjunto con su sistema inmunitario, por lo que estará preparado para combatir el virus en caso de que se exponga

a este. Vacunarse también puede proteger a las personas de su entorno, en especial a aquellas con mayor riesgo enfermarse gravemente por COVID-19. El uso de mascarillas y el distanciamiento social ayudan a reducir la posibilidad de estar expuesto al virus o de propagarlo a otras personas, pero estas medidas no son suficientes. Detener la pandemia requiere del uso de todas las herramientas que tenemos disponibles.

¡Recuerde que la vacuna contra el COVID-19 NO TIENE COSTO para usted!

### **Para programar una cita:**

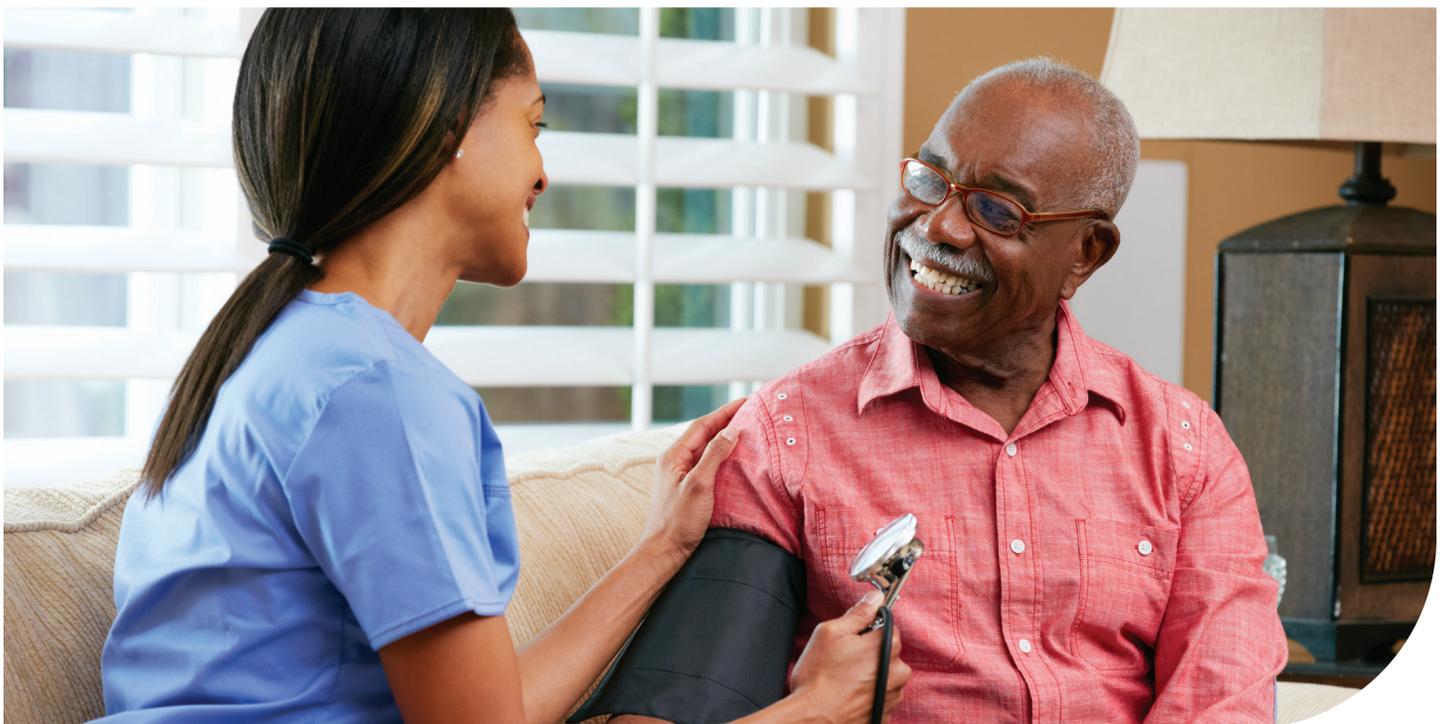
Visite [www.michigan.gov/covidvaccine](http://www.michigan.gov/covidvaccine) para obtener información sobre dónde programar una cita con los proveedores de atención médica disponibles y en las agencias de salud locales. Si necesita ayuda para programar su cita de vacunación, llame al 2-1-1 o a la línea directa de COVID al (888) 535-6136 (TTY: 711). La disponibilidad de vacunas puede variar según el condado.

### **Para los miembros que se encuentren en los condados de Wayne, Oakland y Macomb:**

¡Aún está a tiempo para inscribirse en la **Clínica de vacunación contra el COVID-19 en Ford Field de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (Federal Emergency Management Agency, FEMA)/Estado de Michigan!**

A continuación, se indican tres opciones para registrarse y obtener una vacuna:

- Diríjase a <https://clinic.meijer.com/register/CL2021>.
- Envíe un mensaje de texto con “EndCOVID” al 75049.
- Aquellos residentes que no tengan acceso a Internet o necesiten ayuda pueden comunicarse con la Línea Directa del COVID-19 del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan (Michigan Department of Health and Human Services, MDHHS) llamando al (888) 535-6136 (TTY: 711) (presione 1). La línea directa se encuentra disponible de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del este, y de sábado a domingo, de 8 a. m. a 1 p. m., hora del este.



Después de completar el proceso de registro, recibirá una invitación por voz o texto cuando sea su turno para programar la cita. Las citas de vacunación se programarán unos días antes de la cita real. Tenga en cuenta que se le llamará por orden de elegibilidad para la vacuna. El centro de llamadas PRESENTARÁ tiempos de espera prolongados, por lo que solicitamos que llame solo si no tiene acceso a mensajes de texto o Internet.

## ¿Qué pueden hacer los adultos para mantener una buena salud bucal?

### Consejos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Puede conservar sus dientes durante toda su vida. Las siguientes indicaciones pueden ayudarlo a mantener una boca saludable y dientes fuertes.

- Beba agua fluorada y cepílese con una pasta de dientes con fluoruro.
- Practique una buena higiene bucal. Cepille sus dientes minuciosamente dos veces al día y utilice hilo dental a diario entre los dientes para quitar la placa bacteriana.
- Visite a su dentista por lo menos una vez al año, incluso si no tiene dientes naturales o si utiliza dentadura postiza.
- No consuma productos de tabaco. Si fuma, déjelo.
- Limite el consumo de bebidas alcohólicas.
- Si tiene diabetes, intente mantener la enfermedad controlada. Esto reducirá el riesgo de sufrir otras complicaciones, incluida la periodontitis. El tratamiento de la periodontitis puede ayudar a disminuir el nivel de azúcar en la sangre.
- Si su medicamento causa sequedad de boca, pídale a su doctor un medicamento diferente que pueda evitar este problema. Si no es posible evitar la sequedad de boca, beba abundante agua, mastique chicle sin azúcar, y evite consumir alcohol y productos de tabaco.
- Consulte a su doctor o a un dentista si presenta cambios repentinos en el gusto y el olfato.



- Cuando se desempeñe como cuidador, ayude a las personas mayores a cepillarse los dientes y utilizar el hilo dental en caso de que no puedan realizar estas actividades de forma independiente.

## Cáncer de colon: reduzca su riesgo

El cáncer de colon es el tercer cáncer más común tanto en hombres como en mujeres.

### Las pruebas pueden detectar lo siguiente:

- Pólipos en el colon antes de que se vuelvan cancerosos.
- Cáncer en etapa inicial.

### ¿Quién se debe someter a una prueba de detección?

La Sociedad Americana contra el Cáncer (American Cancer Society, ACS) recomienda que los siguientes grupos se sometan a una prueba de detección:

- Todos los adultos que tengan 50 años de edad o más.
- Las personas que tengan antecedentes familiares de cáncer de colon.
- Las personas que tengan antecedentes personales de pólipos en el colon, enfermedad inflamatoria intestinal crónica o cáncer de colon.

### ¿Cuáles son las pruebas?

La ACS sugiere las siguientes pruebas:

- Prueba inmunoquímica fecal (fecal immunochemical test, FIT: preferida) o prueba de sangre oculta fecal (fecal occult blood test, FOBT)\*, la cual detecta sangre en las heces: cada año.
- Prueba inmunoquímica fecal con análisis de ADN (FIT-DNA), la cual combina la prueba FIT con una prueba que detecta la alteración del ADN en las heces: cada 3 años.
- Sigmoidoscopia flexible\*\*, la cual comprueba la presencia de pólipos o cáncer en el interior del recto y en el tercio inferior del colon: cada 5 años.
- Colonografía por tomografía computarizada (TC), también llamada colonoscopia virtual. Esta prueba se realiza por medio de radiografías y computadoras a fin de generar imágenes de todo el colon: cada 5 años.
- Colonoscopia, la cual comprueba la presencia pólipos o cáncer en el interior del recto y en todo el colon. El doctor puede encontrar y extirpar la mayoría de los pólipos y algunos tipos de cáncer durante la prueba: cada 10 años.
  - En caso de que se detecte un hallazgo inusual en cualquiera de las demás pruebas, el doctor programará una colonoscopia como prueba de seguimiento.

Someterse a una prueba es la mejor acción que puede tomar para prevenir el cáncer de colon. Llame a su proveedor de atención médica y programe una cita hoy mismo.

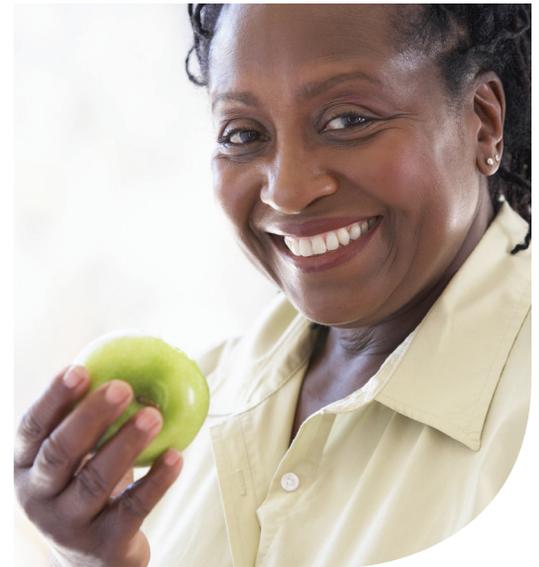
### ¿Cómo puede reducir los riesgos?

- Sométase a una prueba.
- Manténgase activo. La ACS recomienda realizar, al menos, 30 minutos de ejercicio cinco o más días a la semana.
- Mantenga un peso saludable. Consulte con su proveedor cuál debería ser su peso.

- Coma alimentos saludables.
- Limite el consumo de alcohol y de alimentos con alto contenido graso.

\* Para la FOBT, use el método de muestra múltiple para realizar en el hogar.

\*\* Se recomienda (pero no es obligatorio) someterse a una FIT o FOBT anualmente, además de una sigmoidoscopia flexible cada cinco años, en vez cualquiera de estas opciones individuales.



## Información acerca de la presión arterial alta: consejos de la American Heart Association

### ¿Qué es la presión arterial alta?

La presión arterial alta (también conocida como HBP [High Blood Pressure] o hipertensión) se produce cuando la presión arterial, que es la fuerza con que la sangre fluye a través de los vasos sanguíneos, se mantiene en niveles elevados de forma constante.

Si usted sufre de presión arterial alta, no está solo.

- Casi la mitad de los adultos estadounidenses sufren de presión arterial alta. (Muchos ni siquiera saben que sufren de esta afección).
- La mejor forma de saber si usted tiene la presión arterial alta es mediante un chequeo de la presión arterial con su doctor.

### Conozca sus números

Categoría de la presión arterial	Sistólica mm Hg (número mayor)		Diastólica mm Hg (número menor)
Normal	Menos de 120	y	Menos de 80
Elevada	Entre 120 y 129	y	Menos de 80
Presión arterial alta (hipertensión) de etapa 1	Entre 130 y 139	o	Entre 80 y 89
Presión arterial alta (hipertensión) de etapa 2	140 o más	o	90 o más
Crisis hipertensiva (consulte a su doctor de inmediato)	Más de 180	y/o	Más de 120

## La presión arterial alta es un “asesino silencioso”

- En la mayoría de las veces, no se presentan síntomas.
- Algunos rasgos físicos y opciones de estilo de vida aumentan su riesgo de padecer de presión arterial alta.
  - Algunos de los factores de riesgo que pueden afectarlo son la edad, la raza, el sexo y los antecedentes familiares. Entre las opciones de estilo de vida se incluyen la dieta, el peso, la actividad física, el consumo de alcohol y el tabaquismo.
- Si no recibe tratamiento para esta afección, el daño que la presión arterial alta provoca en su sistema circulatorio es un factor importante que contribuye a la probabilidad de sufrir un ataque al corazón, un accidente cerebrovascular y otras amenazas para la salud.

## Prevención y manejo de la presión arterial alta

- Prefiera opciones de estilo de vida saludables, como tener una dieta adecuada, hacer ejercicio y no fumar.
- Con un tratamiento y manejo adecuados, usted puede controlar su presión arterial, y vivir una vida larga y saludable. Asegúrese de conversar con su doctor acerca de las opciones de medicamentos disponibles.

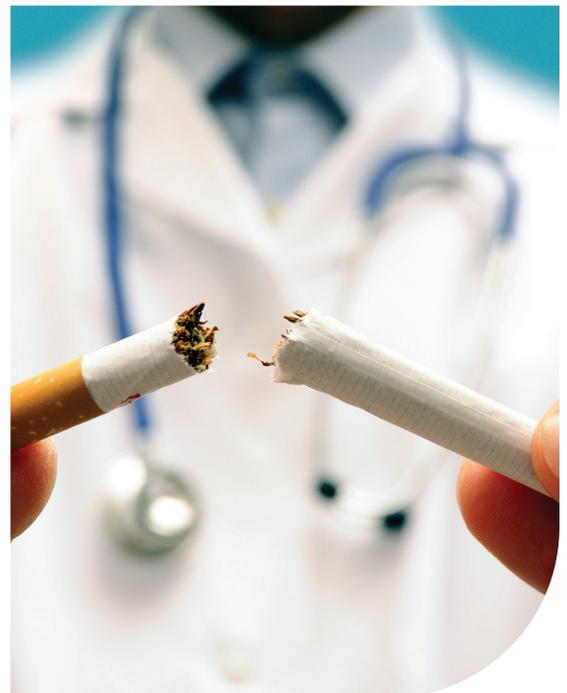
## El tabaco y su salud: consejos de la Sociedad Americana contra el Cáncer

No existe una manera segura de consumir tabaco. Todos los tipos de productos de tabaco contienen sustancias químicas que pueden ser dañinas para su salud. El humo del tabaco se compone de miles de sustancias químicas que se conocen por causar enfermedades cardíacas, enfermedades pulmonares y cáncer. Respirar incluso una pequeña cantidad de humo de tabaco puede ser perjudicial. Los cigarrillos electrónicos y los vaporizadores no contienen tabaco, pero sí nicotina y sustancias químicas nocivas. Cuanto más tiempo alguien consume un producto de tabaco, mayor es el riesgo de sufrir daños.

### Riesgo de padecer cáncer

Aquellas personas que fuman cigarrillos, puros y pipas presentan un riesgo más alto de desarrollar ciertos tipos de cáncer. El consumo de productos de tabaco que no emiten humo, como el tabaco masticable, para escupir o de inmersión, también puede causar cáncer. A continuación, se indican algunos tipos de cáncer causados por el consumo de tabaco:

- Pulmón.
- Boca, laringe, garganta y esófago.
- Cuello uterino.
- Riñón, hígado, vejiga, páncreas, estómago, colon y recto.
- Leucemia.



El tabaquismo pasivo también puede aumentar el riesgo de padecer cáncer de pulmón, y enfermedades pulmonares y cardíacas.

## ¿Está listo para dejar de fumar?

Estamos listos para ayudarlo. Molina Dual Options tiene un Programa para Dejar de Fumar. Este programa se ofrece sin costo para los miembros.

El programa incluye lo siguiente:

- Asesoramiento personalizado.
- Materiales de educación de la salud.
- Terapia de reemplazo de la nicotina, si es elegible y su proveedor decide que es lo adecuado para usted.

## ¿Cómo puede inscribirse en nuestro Programa para Dejar de Fumar?

Llame a la Línea para dejar de fumar de Michigan (Michigan QuitLine) al 800-QUIT-NOW (800-784-8669) (TTY: 711) para obtener más información.

## ¿Qué otros recursos existen para ayudarlo a dejar de fumar?

- Smokefree.gov: [www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov).
- Sociedad Americana contra el Cáncer: [www.cancer.org](http://www.cancer.org).
- Línea para dejar de fumar (Quitline) del National Cancer Institute: (877) 448-7848 (TTY: 711).

Cuando deja de fumar, reduce considerablemente el riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con el tabaquismo. Si está embarazada, fumar puede ser perjudicial para usted y para su bebé. Llame hoy a nuestro Departamento de Educación de la Salud para obtener más información sobre nuestro Programa para Dejar de Fumar.

## Control de afecciones crónicas

Molina Dual Options quiere que sepa todo lo posible para ayudarlo a mantenerse saludable. Contamos con programas que pueden ayudarlo a controlar las enfermedades crónicas, tales como el asma, la diabetes y las enfermedades cardíacas. Estos programas proporcionan herramientas de autogestión para ayudarlo a lo siguiente:

- Sentir un mayor control sobre su salud.
- Controlar los síntomas complicados (p. ej., fatiga, dolor, dificultad para respirar).
- Realizar las actividades cotidianas (p. ej., ir a trabajar, pasar tiempo con sus seres queridos).
- Reducir el estrés.
- Mejorar su estado de ánimo.
- Comunicarse mejor con los proveedores de atención médica con respecto a su atención.

Para más obtener más información acerca de nuestros Programas de Administración de la Salud, llame al (866) 891-2320, (TTY: 711), de lunes a viernes, de 9 a. m. a 9 p. m., hora del este.

# Fraude, derroche y abuso en la atención médica

Molina Dual Options se dedica a garantizar que no se produzcan fraudes, derroches ni abusos. Si cree que existe un caso de fraude, derroche o abuso, puede informarlo de forma anónima.

Puede comunicarse con Molina Dual Options de manera anónima de la siguiente manera:

**En línea:** [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 Dual Options

Attention: Compliance Director

880 West Long Lake Road, Suite 600

Troy, MI 48098-4504

O bien puede comunicarse:

**En línea:** [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:

<http://www.MolinaHealthcare.com/members/mi/en-US/mem/medicaid/overvw/quality/Pages/fraud.aspx>

Molina Dual Options MI Health Link (Medicare-Medicaid Plan) es un plan de salud con contratos con Medicare y Medicaid de Michigan para proporcionar los beneficios de ambos programas a las personas inscritas.

Puede solicitar este documento sin costo en otros formatos, como en letra de molde grande, sistema Braille o audio. Llame al (855) 735-5604, (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 8 p. m., hora del este. Esta llamada es gratuita.

Molina Healthcare cumple con las leyes federales vigentes de derechos civiles 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 de reclamos, antecedentes médicos, información genética, evidencia de asegurabilidad ni ubicación geográfica.



**Molina Dual Options MI Health Link  
Medicare-Medicaid Plan**

PO Box 298  
Monroe, WI 53566-0298

**Información sobre Salud y bienestar**



¿Tiene preguntas  
sobre su salud?

**No olvide asistir a su  
chequeo médico cada año.**

¡Comuníquese  
con nuestra Línea  
de Consejos de  
Enfermería disponible  
las 24 horas!

**(844) 489-2541**

¡Su salud es nuestra prioridad!

Los usuarios de TTY deben llamar  
al **711**.

**[MolinaHealthcare.com/Duals](https://MolinaHealthcare.com/Duals)**

25224LTRDUMIES  
210408

QM081 APPROVED  
14067960MIO419  
H7844\_NSR\_21\_498\_MIMMPNCQANEWSLT