

Primavera 2020 Boletín sobre Salud y Bienestar



Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad

Conozca los programas y servicios que ofrecemos hoy mismo.

La Guía de primavera del 2020 para acceder a una atención médica de calidad ya está disponible. También puede encontrar la **Guía** en nuestra página web. Visite www.molinahealthcare.com/MHMMedicaidPublications para ver o imprimir la **Guía**.

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

- **El programa de mejoramiento de la calidad.** Utilizamos encuestas y herramientas para revisar todos los servicios y cuidados que usted recibe cada año de parte de Molina. Queremos saber su opinión sobre la calidad de nuestros servicios. Recopilamos información sobre los servicios que incluyen lo siguiente: inmunizaciones, exámenes de control y atención de la

En esta edición

| | |
|---|----|
| Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad..... | 1 |
| Evaluación anual de riesgos para la salud (HRA) | 3 |
| Miembros del Comité del Afiliado | 4 |
| Es hora de su chequeo dental.... | 4 |
| Uso adecuado de antibióticos ... | 7 |
| Reduzca el riesgo de caída..... | 8 |
| Control de afecciones crónicas..... | 8 |
| Fraude, derroche y abuso en la atención médica..... | 9 |
| Dejar de fumar | 10 |
| Atención: Residentes de Flint: Únase al Registro de Flint | 11 |

Todos los boletines también están disponibles en MolinaHealthcare.com.

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

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

MolinaHealthcare.com

diabetes. También queremos ayudarlos a usted y a sus familiares a cuidarse mejor. Algunas de las maneras en que hacemos esto son: comunicarnos con usted por correo o teléfono para asegurarnos de que usted y su hijo reciban las inmunizaciones y los exámenes necesarios, contarle acerca de los servicios especiales y ayudarlo a aprender acerca de los problemas de salud actuales. Puede consultar los resultados de nuestra última encuesta y de las herramientas en nuestra página web MolinaHealthcare.com.

- **Gestión de la salud de la población.** Contamos con servicios para mantenerlo saludable y cuidar su estado de salud general. Desarrollamos programas centrados en el Manejo de Casos, las Transiciones de Atención, atención pre y posparto, entre otros. Estos programas incluyen información sobre cómo puede recibir ayuda adicional, consejos para mantenerse saludable, cómo encontrar y acceder a los servicios elegibles, coordinar el cambio de un entorno a otro y conectarse con los recursos de la comunidad si usted padece una afección de salud actualmente. También descubrirá cómo puede inscribirse y dejar de participar en estos programas.

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

Lo protegemos:

- Protegemos su privacidad
- Trabajamos con nuestros médicos 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
- Le permitimos que presente una queja (reclamo) si tiene problemas con su atención médica o los servicios que presta Molina

Tomamos decisiones acerca de su atención médica:

- Buscamos nuevos servicios que ofrecemos como parte de los beneficios que cubrimos
- Le informamos sus derechos y responsabilidades en el momento de la inscripción en el plan de salud



MolinaHealthcare.com

Lo ayudamos:

- Lo guiamos en el proceso para ayudarlo a recibir atención médica después de las horas 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 ofrecemos para la salud conductual
- Le brindamos consejos acerca de cómo conseguir una segunda opinión de su atención de salud con otro médico
- Le mostramos cómo obtener atención médica fuera de la red
- Le permitimos apelar un servicio rechazado para una reclamación cuando esta no se pague
- Le informamos cómo averiguar todo lo necesario acerca de nuestros médicos 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 TDD/TTY si necesita ayuda con la audición o el habla
- Ofrecemos servicios de traducción lingüística si los necesita
- Le indicamos cómo acceder a las herramientas en línea, como: Calculadoras y herramientas de autogestión y evaluación de la salud

Puede imprimir la **Guía** y cualquier otra información que necesite desde nuestra página web. Para obtener la **Guía** en su idioma de preferencia o formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Usted también puede solicitar que le envíen una copia impresa de los materiales por correo. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., hora local. (TTY/TDD: 711).

Evaluación anual de riesgos para la salud (HRA)

¿Sabía que podría ser elegible para una reducción en su contribución al ahorro para gastos de salud? Visite a su proveedor de cuidados primarios (PCP) y complete anualmente la Evaluación de Riesgos de Salud (HRA) y envíela a Molina. Su PCP debe completar el formulario de HRA con usted. Devuelva su HRA a Molina Healthcare of Michigan. Una vez que recibamos el formulario de HRA, determinaremos para qué incentivo califica. Visite a su PCP, al menos, 2 veces al año para hablar de las enfermedades actuales o las afecciones crónicas. Le recomendamos encarecidamente que asista a sus citas y chequeos médicos para ayudarlo a mantenerse saludable.

Costos compartidos: Algunos miembros que se encuentran inscritos en el plan “Healthy Michigan Plan” recibirán una factura por “costos compartidos”. El pago o no pago de los costos compartidos depende del ingreso familiar y de la información que comparta con el asistente social. Si usted es responsable de algún costo compartido, se le enviará una factura de parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan (MDHHS). Una vez que haya recibido esta notificación, deberá enviar un pago mensual por el monto solicitado a fin de recibir el incentivo. Realice los pagos de manera oportuna a la cuenta de MI Health. Incluso si tiene un saldo pendiente, no perderá su cobertura para atención médica.

No todos los miembros recibirán una factura. Si lo hace, puede comunicarse con Michigan Enrolls para responder cualquier pregunta que tenga. Llame a nuestro Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969, de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., hora del este (TTY/TDD: 711).

MolinaHealthcare.com

Miembros del Comité del Afiliado

Molina Healthcare desea agradecer a todos quienes se ofrecieron como voluntarios para participar en nuestra Junta Directiva. Se seleccionaron cuatro candidatos:

Marissa Morgan es un miembro actual del Comité del Afiliado de Molina Healthcare. Ha sido miembro de Molina Healthcare desde el 2004 y vive en Detroit. Marissa es una asistente veterinaria y trabaja con animales a diario. Ella es un miembro activo de su comunidad y de su iglesia. Afirma que su lema es “Vivo, aprendo y crezco”.

Joanne Smith es un miembro actual del Consejo Médico de Molina Healthcare y trabaja en Molina desde el 2014. Joanne vive en Eastpointe. Es una trabajadora independiente y administra varias cuentas. Joanne declara: “Agradezco ser una representante de los miembros de Molina y espero que los afiliados de Molina me consideren para esta oportunidad”.

Cheryl Ann Major tiene un hijo y dos nietos. Vive en Detroit y ha sido miembro de Molina por 2 años. Cheryl declara: “Espero tener la posibilidad de trabajar con la Junta Directiva de Molina para apoyar su misión, ayudar a aumentar la cantidad de membresías y trabajar para mejorar el servicio comunitario”.

Leslie C. Herrick es ejecutiva de comunicaciones de marketing, madre y funcionaria electa de la ciudad de Dearborn. Leslie ha dedicado su carrera a ayudar a otros y mejorar su comunidad, a través de su participación en las juntas de diversas organizaciones sin fines de lucro. Leslie trabaja en Molina desde el 2018 y declara: “Sería un honor para mí trabajar con la Junta Directiva de Molina y servir a los miembros de Molina”.

Como miembro de Molina, le pedimos que elija dos nuevos miembros para nuestra Junta Directiva, que iniciarán sus funciones a partir de diciembre del 2020. En este boletín, se incluyó la papeleta electoral para miembros del comité del afiliado. Vote solo por dos candidatos antes del 30 de junio del 2020.

Es hora de su chequeo dental

Incluso si no presenta ningún síntoma, los chequeos dentales son importantes, ya que pueden ayudar a prevenir el desarrollo de problemas y a tratar los síntomas antes de que se agraven.

Los exámenes dentales regulares pueden contribuir a lo siguiente:

- Revelar problemas con los dientes y las encías antes de que estos le causen dolor o requieran un tratamiento costoso
- Evitar que se produzcan algunos problemas en primer lugar
- Detectar señales de advertencia de otras afecciones médicas en la boca que no están relacionadas con los dientes
- Establecer un lugar al que acudir si tiene una emergencia dental

Emergencias dentales

Si presenta dolor dental, podría pensar en dirigirse al departamento de emergencias, pero esta podría no ser la mejor opción para manejar un problema dental. Si tiene una emergencia dental, comuníquese primero con su dentista. El dentista es la mejor opción para obtener alivio para los problemas dentales y bucales. La mayoría de los departamentos de emergencias no poseen el equipo, el personal ni las habilidades para diagnosticar y solucionar la mayoría de los problemas dentales.

MolinaHealthcare.com

Cuándo visitar a un dentista: Consejos de la American Dental Association

Si siente dolor

Comuníquese con su dentista si siente dolor o inflamación en la boca o la cara. Si siente dolor en la boca o la mandíbula, podría ser por un dolor dental. Los dolores dentales generalmente indican que hay caries, pero también pueden ser una señal de una enfermedad de la encía. En algunos casos, un dolor dental es una señal de un absceso o un diente impactado. Un dentista debe evaluar de manera inmediata el dolor dental para determinar la causa del problema.

Si tiene problemas con sus encías

Si sus encías se hinchan, sangran cuando se cepilla o utiliza hilo dental, o si tiene antecedentes de enfermedades de las encías, es hora de programar una cita.

Le han realizado procedimientos dentales antes.

Si tiene empastes, coronas o una dentadura postiza, visite de manera regular a su dentista para asegurarse de que todo esté en buen estado.

Si tiene problemas médicos actuales

Su dentista es parte de su equipo de atención médica. Si tiene una afección médica como la diabetes o una enfermedad cardíaca, o si está recibiendo un tratamiento médico, como radiación o quimioterapia, es especialmente importante que visite a su dentista.

Si está embarazada

Es seguro visitar al dentista si está embarazada. El embarazo puede agravar algunos problemas dentales, por lo que es importante mantener chequeos regulares.



MolinaHealthcare.com

Si tiene problemas para comer o siente dolor en la mandíbula

Si tiene dificultades para masticar o tragar, o si su mandíbula chasquea o le duele cuando la abre o la cierra, cuando mastica o cuando despierta por la mañana, consulte a su dentista.

Si tiene la boca seca

La saliva protege contra el deterioro dental y mantiene la boca saludable, ya que elimina los alimentos y los desechos. La sequedad en la boca puede ser una señal de un problema médico o de un problema con un medicamento. Ciertos medicamentos, tales como los descongestivos, los analgésicos, los diuréticos y otros, pueden causar sequedad en la boca. El dentista puede recomendarle formas de mantener la boca húmeda.

Si consume tabaco

El uso de cualquier tipo de tabaco es perjudicial para su salud, incluso la salud bucal. El tabaco es perjudicial en cualquier forma, incluidos los cigarrillos y el tabaco de mascar. El consumo de tabaco puede causar cáncer oral. Si necesita ayuda para dejar el tabaco, llame a la Línea gratuita para dejar de fumar de Michigan (*Michigan Tobacco Quit Line*) al (800) 480-7848.

Si tiene manchas o llagas en la boca

El dentista debe examinar cualquier llaga oral que dure una semana o más. Algunos ejemplos incluyen las aftas orales, el herpes oral y las manchas blancas. Las llagas orales pueden ser síntomas de una enfermedad o una infección, o pueden producirse por el uso de aparatos de ortodoncia o dentaduras postizas, o por el roce con el borde afilado de un empaste o un diente roto.

Programa Healthy Kids Dental

El programa Healthy Kids Dental ayuda a los niños con Medicaid a tener sonrisas saludables y felices. Si su hijo tiene menos de 21 años, tiene beneficios dentales con el programa dental Healthy Kids Dental. Si está actualmente inscrita en Healthy Kids Dental y queda embarazada, permanecerá en Healthy Kids Dental para recibir servicios dentales prenatales. Para obtener más información sobre Healthy Kids Dental, los beneficios dentales para los que su hijo puede ser elegible, y para localizar a un dentista de su área, visite www.HealthyKidsDental.org.

Beneficios dentales de Medicaid para mujeres embarazadas

Molina Healthcare proporciona servicios dentales a las mujeres embarazadas de entre 19 y 64 años. Las mujeres embarazadas miembros de Medicaid pueden utilizar su tarjeta de identificación de Medicaid de Molina Healthcare para obtener servicios dentales sin costo alguno. El beneficio dental de Molina incluye limpiezas, empastes y otros servicios preventivos. Visite MyMolina.com si desea revisar su cobertura para atención médica. Si tiene preguntas sobre la cobertura, comuníquese con el programa M.O.M.S. (Moms Of Molina) al (888) 898-7969, de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., hora del este. Si tiene impedimentos auditivos, llame a Molina Healthcare a través de nuestra línea TTY al 711. También puede visitar MolinaHealthcare.com.

Plan Healthy Michigan

Si está en el plan Healthy Michigan, tiene beneficios dentales. Los servicios dentales están disponibles para adultos de entre 19 y 64 años con un proveedor dental participante de Molina. Los servicios médicos preventivos se ofrecen sin costo alguno. Puede llamar a la Línea dental de Molina Healthcare para obtener ayuda con la búsqueda de un dentista al (888) 898-7969, de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., hora del este. Si tiene impedimentos auditivos, llame a Molina Healthcare a través de nuestra línea TTY al 711. También puede visitar MolinaHealthcare.com.

MolinaHealthcare.com

Más ayuda para encontrar un dentista

Las mujeres miembros de Medicaid que no estén embarazadas pueden llamar a la Línea de ayuda para beneficiarios de Medicaid de Michigan para obtener ayuda para encontrar un dentista al (800) 642-3195 o visitar www.medicaiddentistry.com.

Uso adecuado de antibióticos

¿Qué tratan los antibióticos?

Los antibióticos solo son necesarios para tratar ciertas infecciones causadas por bacterias. Los antibióticos tratan infecciones comunes, como la neumonía, y afecciones como la septicemia, la respuesta extrema del cuerpo ante una infección.

¿Qué no tratan los antibióticos?

Si presenta una infección causada por un virus, los antibióticos no lo harán sentir mejor y los efectos secundarios podrían ser perjudiciales.

Los antibióticos no tienen efecto sobre las infecciones causadas por virus, tales como los resfriados, la gripe, la bronquitis, la secreción nasal (incluso si la mucosidad es espesa, verde o amarilla) y varias infecciones de los senos paranasales. Los virus respiratorios normalmente desaparecen en una o dos semanas sin tratamiento. Consulte al médico o farmacéutico sobre cómo sentirse mejor mientras su cuerpo combate el virus.

¿Qué debería hacer si me recetan antibióticos?

Tome el antibiótico exactamente como se le indicó. Hable con el médico o farmacéutico si tiene alguna duda o si presenta algún efecto secundario, en especial diarrea, ya que podría necesitar un tratamiento adicional.

¿Cómo puedo mantenerme saludable yo y mantener a otros saludables?

- Lave sus manos. Lo mejor es utilizar agua y jabón.
- Quédese en casa cuando esté enfermo.
- Reciba las vacunas recomendadas, como la vacuna contra la gripe.

¿Cómo puedo detener la propagación de los gérmenes?

- Cubra su boca y nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude.
- Deseche el pañuelo usado en un cesto de basura.
- Si no tiene un pañuelo, tosa o estornude en la parte superior de su manga, no en sus manos.

Para obtener más información acerca de la prescripción y el uso de antibióticos, visite www.cdc.gov/antibiotic-use.



MolinaHealthcare.com

Reduzca el riesgo de caída

La mayoría de las caídas son producto de una combinación de factores de riesgo. Mientras más factores de riesgo tenga, más probable es que sufra una caída. Estos factores de riesgo incluyen la debilidad en la parte inferior del cuerpo, los medicamentos que afectan el equilibrio, los problemas de visión y los peligros como, por ejemplo, alfombras o desorden con los cuales se puede tropezar.

Cinco cosas que puede hacer para prevenir las caídas:

1. Hablar con su médico sobre los riesgos de caídas y sobre cómo evitar las caídas.
2. Hacer ejercicio para mejorar la fuerza de las piernas y el equilibrio.
3. Realizarse un examen oftalmológico todos los años y cambiar los anteojos a medida que sea necesario.
4. Hacer que su hogar sea seguro. Deshacerse de las cosas con las que podría tropezar. Agregar barras de sujeción y barandillas donde sea necesario.
5. Asegurarse de que su hogar tenga buena iluminación.

Realice la siguiente prueba y lleve los resultados a su siguiente chequeo médico. Su médico lo ayudará a planificar cómo reducir el riesgo de caída.

| Revise su riesgo de caída | | |
|---|--------|--|
| Encierre en un círculo la opción “Sí” o “No” para cada afirmación | | |
| Sí (2) | No (0) | Tuve una o más caídas el año pasado. |
| Sí (2) | No (0) | Utilizo o se me ha recomendado utilizar un bastón o un andador para trasladarme de manera segura. |
| Sí (1) | No (0) | A veces me siento inestable cuando camino. |
| Sí (1) | No (0) | Me estabilizo afirmándome en los muebles cuando camino por la casa. |
| Sí (1) | No (0) | Me preocupa caerme. |
| Sí (1) | No (0) | Necesito utilizar mis manos para pararme de una silla. |
| Sí (1) | No (0) | Tengo algunos problemas para subir el encintado. |
| Sí (1) | No (0) | A menudo debo apresurarme para llegar al baño. |
| Sí (1) | No (0) | He perdido algo de sensibilidad en los pies. |
| Sí (1) | No (0) | Tomo medicamentos que a veces me hacen sentir mareado o más cansado de lo habitual. |
| Sí (1) | No (0) | Tomo medicamentos para ayudarme a dormir o mejorar mi estado de ánimo. |
| Sí (1) | No (0) | A menudo me siento triste o deprimido |
| Total _____ | | Sume la cantidad de puntos de cada respuesta “Sí”. Si obtuvo 4 puntos o más, puede estar en riesgo de sufrir una caída. Analice el riesgo de caída con su médico. |

Esta lista de comprobación fue desarrollada por el Geriatric Research Education and Clinical Center del Departamento de Asuntos de los Veteranos de Greater Los Angeles, y es una herramienta validada para la evaluación del riesgo de caída (Rubenstein et al. J Safety Res; 2011: 42 (6) 493-499). Adaptado con la autorización de los autores. Para obtener más información, visite www.cdc.gov/steady

Control de afecciones crónicas

Molina Healthcare 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:

MolinaHealthcare.com

- Sentir un mayor control sobre su salud.
- Controlar los síntomas complicados (p. ej., fatiga, dolor, dificultad para respirar).
- Realizar las actividades diarias (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 obtener más información sobre nuestros programas de administración de salud, llame al 1-866-891-2320, de lunes a viernes, de 9:00 a. m. a 9:00 p. m., hora del este.

Fraude, derroche y abuso en la atención médica

Molina Healthcare of Michigan 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 de manera anónima de la siguiente manera:

En línea: www.MolinaHealthcare.alertline.com

Por correo electrónico: MHMCompliance@MolinaHealthCare.com

Teléfono: (866) 606-3889

Fax: (248) 925-1797

Por correo postal común:

Molina Healthcare of Michigan

Attention: Compliance Director

880 West Long Lake Road, Suite 600

Troy, MI 48098-4504

O bien puede comunicarse:

En línea: www.michigan.gov/fraud

Teléfono: 1-855-MI-FRAUD (1-855-643-7283)

Por correo postal común:

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>.



MolinaHealthcare.com

Dejar de fumar

¿Por qué debe dejar de fumar?

- Fumar provoca cáncer de pulmón, de la boca y de garganta.
- Fumar provoca enfermedades cardíacas.
- Fumar provoca enfisema o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
- Fumar provoca riesgo de sufrir accidentes cerebrovasculares.
- Fumar provoca una mala circulación.
- Fumar provoca complicaciones en la diabetes.

¿Cómo puede dejar de fumar?

- Establezca una fecha para dejar de fumar y cúmplala.
- Deshágase de los ceniceros, los cigarrillos y los encendedores.
- Limpie su casa y su automóvil para eliminar el olor a humo.
- Permanezca en áreas de no fumadores.
- Cuénteles a sus familiares y amigos para que lo apoyen.
- Busque maneras de reducir el estrés.
- Consulte a su proveedor de atención médica para que le informe sobre medicamentos que lo ayuden a dejar de fumar.

¿Está listo para dejar de fumar?

Estamos listos para ayudarlo. Molina Healthcare tiene un programa para dejar de fumar. Este programa se ofrece sin costo alguno para los miembros.

El programa incluye lo siguiente:

- Orientación personalizada.
- 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) para obtener más información.

¿Cuáles son otros recursos para ayudarlo a dejar de fumar?

- Smokefree.gov: www.smokefree.gov
- American Cancer Society: www.cancer.org
- Línea para dejar de fumar (Quitline) del National Cancer Institute: (877) 448-7848

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.



MolinaHealthcare.com

Atención: Residentes de Flint: Únase al Registro de Flint

El Registro de Flint es un proyecto que conecta a cualquier persona expuesta al agua de Flint entre el 25 de abril del 2014 y el 15 de octubre del 2015 con servicios y programas para promover la salud y el bienestar. El registro también ayuda a entender cómo la crisis de agua de Flint ha afectado a la comunidad de Flint.

Únase a los miles de miembros actuales. Es posible que sea elegible para el Registro de Flint. Conéctese. Reciba apoyo. Participe. Para inscribirse u obtener más información, visite flintregistry.org o llame al 833-GO-FLINT (833-463-5468).



Molina Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles correspondientes y no discrimina por motivos de raza, color de piel, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Usted tiene derecho a obtener esta información sin costo alguno en un formato diferente tales como audio, braille o letra grande debido a sus necesidades especiales o en su idioma.

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call Member Services. The number is on the back of your Member ID card. (English)

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame a Servicios para Miembros. El número de teléfono está al reverso de su tarjeta de identificación del miembro. (Spanish)

ناجملاب كل رفاوتت ةيوغلا ةدعاسملا تامدخ نإف ،ةغلا ركذا ثدحت تنك اذإ :ةظوحلم . (Arabic) (TTY: 711)
(711 :مكبلاو مصلا فتاه مقر) 3901 - 882 - 855 - 1 مقرب لصتا

MolinaHealthcare.com

Molina Healthcare of Michigan (Molina) cumple con todas las leyes federales de derechos civiles relacionadas con los servicios de atención médica. Molina ofrece servicios de atención médica a todos los miembros sin discriminar por cuestiones de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. Molina no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. Esto incluye la identidad de género, embarazo y estereotipos de sexo.

Para ayudarlo a hablar con nosotros, Molina proporciona los siguientes servicios sin costo alguno:

- Asistencia y servicios a personas con discapacidades
 - o intérpretes capacitados en lenguaje de señas;
 - o materiales escritos en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, braille).
- Servicios de idioma para personas que hablan otro idioma o tienen capacidades limitadas en inglés
 - o intérpretes capacitados;
 - o material escrito traducido a su idioma;
 - o material escrito de manera sencilla con lenguaje fácil de entender.

Si necesita estos servicios, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros de Molina al (888) 898-7969. Personas con impedimentos auditivos: Retransmisión de Michigan: (800) 649-3777 o 711.

Si siente que Molina no le proporcionó estos servicios o lo trató de manera diferente por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja. Puede presentar una queja en persona, por correo, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para escribir la queja, lo ayudaremos. Llame a nuestro coordinador de Derechos Civiles al (866) 606-3889 o TTY al 711. Envíe su queja por correo a la siguiente dirección:

Civil Rights Coordinator
200 Oceangate
Long Beach, CA 90802

También puede enviar su queja por correo electrónico a civil.rights@molinahealthcare.com. O, envíe su queja por fax al (248) 925-1765.

También puede presentar una queja por derechos civiles al Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., de la Oficina de Derechos Civiles. Los formularios de quejas están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>. Puede enviarlo por correo a:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201

También puede enviarla a un sitio web a través del Portal de Quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

Si necesita ayuda, llame al 1-800-368-1019; TTY 800-537-7697.



PO Box 298
Monroe, WI 53566-0298



¿Tiene preguntas sobre su salud?

No olvide asistir a su chequeo médico cada año.

Comuníquese con nuestra Línea de Consejos de Enfermería las 24 horas del día.

Inglés y otros idiomas:

(888) 275-8750

Español: **(866) 648-3537**

¡Su salud es nuestra prioridad!

Los usuarios de TTY/TDD deben llamar al 711.

MolinaHealthcare.com

