Otoño 2020 Boletín sobre salud y bienestar

En esta edición

Actualización sobre COVID-19
- Confíe en Molina....1
- COVID-19: Trabaje duro para mantenerse saludable...3
- Telesalud....5

Manténgase al día con las vacunas....6

¡Manténgase saludable en esta temporada de gripe! ¡Obtenga hoy su vacuna contra la gripe!....7

Mantenga una sonrisa saludable...8

Pautas para citas....9

No está solo: la salud mental importa....10

Ayuda para las embarazadas y los bebés....12

Aplicación móvil de Molina ...13

Junta Directiva de Molina: resultados de las elecciones.....14

Fraude, derroche y abuso en la atención médica 14

Acerca de nuestros miembros: Protección de su privacidad....15

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.

Actualización sobre COVID-19

Confíe en Molina

Durante estos momentos difíciles, Molina Healthcare continúa priorizando el bienestar y la seguridad de nuestros miembros, socios comunitarios, proveedores y personal. Nos esforzamos en reducir los obstáculos a la hora de brindar atención y respuestas a las necesidades emergentes de nuestra comunidad.

Apoyo para miembros de Molina

- Cada día estamos contactando de manera activa a más miembros para facilitar recursos y brindar apoyo durante la pandemia. Hasta ahora hemos contactado a más de 80,000 miembros.
- Conectamos a nuestros miembros con recursos vitales, incluidos alimentos, vivienda y necesidades básicas a través del correo, recursos en línea en molinahealthcare.com y llamadas de asistencia.

- Estamos contactando a miembros de alto riesgo ante la COVID-19 para ayudar a garantizar que obtengan los servicios necesarios.
- Molina está distribuyendo mascarillas y guantes a miembros de alto riesgo que necesiten estos elementos para la quimioterapia, la diálisis y otras citas semanales.
- Molina está revisando los resultados diarios de laboratorio para comunicarse con miembros con COVID-19 a fin de garantizarles que cuentan con el apoyo que necesitan.

Proporcionar recursos e información a los miembros

- Molina desarrolló una herramienta *chatbot* para el coronavirus destinada a personas que busquen información sobre los factores de riesgo de la COVID-19 y los pasos recomendados. Nuestro *chatbot* se encuentra disponible para el público en nuestra página web, el Portal para miembros y la aplicación móvil de Molina. Hasta principios de julio, la herramienta *chatbot* se había utilizado más de 435,000 veces.
- Estamos actualizando constantemente nuestros recursos para miembros con COVID-19, que se pueden ver en molinahealthcare.com.
- Es importante que siga consultando a su proveedor de servicios de salud dental, médica y conductual, incluidos los exámenes preventivos del niño y las vacunas. Estamos trabajando con los proveedores para mantenerlo saludable y para seguir las precauciones de las pautas de seguridad.

Apoyo para nuestra comunidad

- Molina ha donado más de $168,000 a organizaciones sin fines de lucro de Michigan para ayudar con la escasez por la pandemia. Estos fondos apoyan a organizaciones que están ayudando a las poblaciones más vulnerables, mientras que Michigan permanece en un estado de emergencia. Dentro de las organizaciones que han recibido apoyo financiero se incluyen las siguientes:

MolinaHealthcare.com

- Access of West Michigan (Condado de Kent, Grand Rapids)
- Carriage Town Ministries (Condado de Genesee, Flint)
- Organizaciones benéficas católicas del oeste de Michigan (Catholic Charities of West Michigan) (Condado de Kent)
- Cherry Health FQHC (Condado de Kent, Grand Rapids)
- Rescue Mission Ministries de Detroit (Condado de Wayne, Detroit)
- Banco de comida del este de Michigan (Food Bank of Eastern Michigan) (Condado de Genesee, Flint)
- Forgotten Harvest (Condado de Wayne y Oakland)
- Departamento de recursos de acción del condado de Genesee (Genesee County Community Action Resource Dept.) (Condado de Genesee)
- Banco de comida comunitario Gleaners (Gleaners Community Food Bank) (Condado de Wayne, Detroit)
- Centros de esperanza Grace (Grace Centers of Hope) (Condado de Oakland, Pontiac)
- Ministerio con la comunidad (Ministry with Community) (Condado de Kalamazoo, Kalamazoo)
- Organización de servicios por vecindarios (Neighborhood Service Organization) (Detroit)
- Open Doors Kalamazoo (Condado de Kalamazoo, Kalamazoo)
- División del Ejército de Salvación del este de Michigan (Salvation Army Eastern Michigan Division) (Condado de Wayne, Detroit)
- KROC del Ejército de Salvación (Salvation Army KROC) (Condado de Kent, Grand Rapids)
- SECOM (Condado de Kent, Grand Rapids)
- Shelter of Flint (Condado de Genesee, Flint)

COVID-19: Trabaje duro para mantenerse saludable

Mientras atravesamos la pandemia de la COVID-19, es importante hacer todo lo posible para mantenernos saludables. Es fundamental tomar las precauciones necesarias, conocer los síntomas comunes y comprender cuándo es el momento de consultar con un proveedor de atención médica.

Precauciones

Tome las precauciones diarias para mantener seguros a su familia y a usted siguiendo los consejos que se indican a continuación:

- Use una mascarilla
- Mantenga al menos 6 pies de distancia entre usted y los demás
- Evite las multitudes
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos Si no hay agua ni jabón disponibles, utilice un desinfectante de manos que tenga al menos 60 % de base de alcohol
- Evite el contacto estrecho con cualquier persona que tenga fiebre y tos
- Si contrae una enfermedad respiratoria, respete el protocolo para la tos: mantenga su distancia, cubra la tos y los estornudos con pañuelos o con la ropa, y lávese las manos
- Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica y comparta cualquier historial de viaje con su médico
- Limpie y desinfecte las superficies de contacto frecuente todos los días, incluidas mesas, perillas de puertas, interruptores de luz, mostradores, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos y fregaderos

MolinaHealthcare.com

Síntomas

- Hay mucha variabilidad en los síntomas del paciente con COVID-19. Los Centros para el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control, CDC) ahora advierten que hasta el 25 % de las personas infectadas con coronavirus puede no mostrar síntomas.
- Se ha informado que la COVID-19 causa síntomas que incluyen los siguientes:
    - Fiebre
    - Tos
    - Falta de aire o dificultad para respirar
    - fatiga;
    - Escalofríos y temblores constantes con escalofríos
    - Dolores musculares, corporales y de cabeza
    - Congestión o secreción nasal
    - Náuseas o vómitos y diarrea
    - Dolor de garganta y pérdida del gusto y del olfato
    - Dolor persistente o presión en el pecho
    - Confusión o incapacidad para despertar
    - Los labios o la cara azulados también son señales de advertencia de emergencia y son motivos para buscar asistencia médica sin demora

Compruebe sus síntomas con el comprobador de síntomas de los CDC

- El virus se esparce principalmente cuando las gotículas respiratorias de la tos o los estornudos de una persona infectada caen en la boca y nariz de las personas cercanas y pueden inhalarse hacia los pulmones. Los CDC creen que las personas contagian más cuando están más enfermas. Según los cálculos actuales, los síntomas tardan entre 2 y 14 días en aparecer.

Cuándo buscar atención médica

Los CDC aconsejan que llame a su proveedor de atención médica para recibir asesoramiento médico si ha estado en contacto estrecho con alguien con COVID-19, o si vive en una comunidad en la que hay una propagación constante de la COVID-19 y usted desarrolla fiebre y síntomas.

Informe al profesional de la salud acerca de sus viajes o contactos recientes y el profesional decidirá si necesita una prueba de la COVID-19.

Las pautas que los médicos están usando para decidir a quién someter a una prueba se revalúan todos los días. Actualmente, estas decisiones se toman en consulta con los departamentos de salud locales bajo la orientación del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan (Michigan Department of Health and Human Services, MDHHS) y los CDC. Como no hay cura para la COVID-19, las personas que tienen una enfermedad leve pueden aislarse de los demás y cuidar de sí mismas en casa.

- El MDHHS lanzó una línea directa estatal sobre el coronavirus. Llame al 1-888-535-6136 para hablar con funcionarios de salud, de 8 a. m. a 5 p. m., los siete días de la semana.

MolinaHealthcare.com

- Encuentre un sitio de prueba gratuita en Michigan visitando Michigan.gov/CoronavirusTest
- El MDHHS también responderá a las preguntas por correo electrónico si escribe a COVID19@michigan.gov, de 8 a. m. a 5 p. m., los siete días de la semana.

Telesalud

Molina amplió el acceso a la telesalud a fin de facilitarle la comunicación con los proveedores de servicios de salud desde la comodidad y seguridad de su hogar. Para acceder a los servicios de telesalud:

- Hable con su proveedor de atención médica acerca de la telesalud: La telesalud se expandió en respuesta a la COVID-19 para permitir una asistencia más rápida y reducir la exposición al virus. Su proveedor local de servicios médicos puede proporcionar una videoconferencia de telesalud. Llame a su médico de atención primaria para ver si su consultorio ofrece servicios de telesalud.

Puede utilizar los servicios de Telesalud para:

- Síntomas de resfrío y gripe
- Dolor de garganta
- Alergias
- Infecciones respiratorias
- Problemas de sinusitis
- Problemas de la piel

MolinaHealthcare.com

Molina también se complace en ofrecer Teladoc a todos los miembros para la atención virtual. Teladoc es una gran opción para conectarse con un médico certificado por la junta, 24 horas al día, 7 días a la semana, cuando su médico de atención primaria (PCP) no esté disponible.

Configure su cuenta hoy.

1. Elija una de estas formas:
   - En línea: diríjase a Teladoc.com/Molina
   - En la aplicación móvil: descargue la aplicación en dispositivos Android o Apple, o visite Teladoc.com/mobile para descargar la aplicación.
   - Llame a Teladoc al 1-800-Teladoc (1-800-835-2362) para obtener ayuda con el registro de su cuenta por teléfono.
2. Proporcione sus antecedentes médicos.

   Sus registros de salud son 100 % seguros y privados. Teladoc solo proporciona esta información a sus médicos, para que puedan tratarlo de manera efectiva.

3. Ahora está listo para realizar una consulta virtual o telefónica en cualquier momento.

   Con su cuenta configurada, puede solicitar una consulta virtual cuando necesite atención médica. Simplemente haga clic en "Request a Consult" (Solicitar una consulta).

Manténgase al día con las vacunas

¿Su(s) hijo(s) no se vacunaron durante la orden de confinamiento en casa? Los niños de Michigan recibieron 21.5 % menos de vacunas de enero a abril de 2020, en comparación con 2018 y 2019. Queremos que sus hijos estén protegidos. Deseamos que se mantenga al día. Si las vacunas de sus hijos ya se encuentran atrasadas o vencidas, programe una cita con el médico.

Las vacunas son seguras y nos protegen de muchas enfermedades. Es fácil pensar que estas enfermedades han desaparecido. Pero la tos ferina y el sarampión son solo dos enfermedades prevenibles con vacuna que están en la comunidad. Algunas partes de Michigan tuvieron un brote de sarampión el año pasado. Las vacunas oportunas nos mantienen seguros de estos brotes.

Si bien nos protegemos de la COVID-19, debemos evitar brotes de otras enfermedades. En especial, tenemos que protegernos de la influenza (gripe) este otoño para que no tengamos a la COVID-19 y a la gripe presentes al mismo tiempo. Entendemos que pueda estar nervioso de ir al consultorio del médico, pero llámelo para programar una cita. No dude en preguntar acerca de las precauciones que están tomando para mantener a sus pacientes y su personal seguros.

MolinaHealthcare.com

¡Manténgase saludable en esta temporada de gripe! ¡Obtenga hoy su vacuna contra la gripe!

Prevenga la gripe

Esperamos poder ayudarlo a mantenerse saludable. Siga estos consejos para ayudarlo a prevenir la gripe:

- Vacúnese. ¡Esto no representa ningún costo para usted!
- Visite a su médico de atención primaria (PCP) para programar una cita para recibir su vacuna contra la gripe.
- También puede utilizar la aplicación móvil de Molina o llamar al Departamento de Servicios para Miembros al 1-888-898-7969 para encontrar una farmacia cercana, aprobada por Molina, que le proporcione vacunas contra la gripe.
- Recuerde: ¡la vacuna contra la gripe no le provocará gripe!
- Lávese las manos con frecuencia y cúbrase la boca cuando tosa.
- Quédese en casa si está enfermo para no contagiar de gripe a otras personas.
- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan la vacunación contra la gripe en octubre de todas las personas a partir de los 6 meses de edad.

Conozca sus síntomas y cómo tratarlos. Informe a su PCP si recibió la vacuna contra la gripe en otro lugar. Si ha recibido la vacuna contra la gripe este año, ¡ya está listo! No hay necesidad de recibir otra.

Síntomas

- fiebre entre 100 y 104 °F y escalofríos;
- fatiga y debilidad;
- dolor de cabeza, dolor muscular y corporal;
- tos, congestión o secreción nasal;
- náuseas, diarrea o vómitos.

Tratamiento

- Descanse lo suficiente
- Beba mucho líquido
- Cúbrase con una manta de abrigo para calmar los escalofríos
- Coloque un humidificador en su habitación para facilitar la respiración

Para obtener más información sobre la gripe, llame a nuestra Línea gratuita de Consejos de Enfermeras (Nurse Advice Line), las 24 horas del día, al

(888) 275-8750 (inglés)
(866) 648-3537 (español)
TTY/TDD 711

MolinaHealthcare.com

Mantenga una sonrisa saludable

El primer paso para una sonrisa saludable es consultar al dentista con regularidad. Realice consultas al dentista dos veces al año, incluso si no tiene un problema. Los cuidados dentales regulares pueden detectar problemas dentales de manera temprana, cuando son más fáciles de tratar y pueden evitar problemas dentales en el futuro. Un dentista puede realizar lo siguiente:

- Revelar problemas con los dientes y las encías antes de que estos le causen dolor o requieran un tratamiento costoso
- Evitar algunos problemas antes de que se produzcan
- 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

Algunos consejos simples para mantener su sonrisa saludable:

- Visite a su dentista cada seis meses
- Asegúrese de cepillarse los dientes al menos dos veces al día
- Use hilo dental todos los días
- Evite usar productos de tabaco
- Siga una dieta saludable y bien equilibrada
- Evite tomar bebidas con azúcar como gaseosas, té o café dulces y bebidas energéticas

Una buena salud bucal es importante para su salud y bienestar general. Mantenerse al día con las citas dentales dos veces al año puede ayudar a evitar problemas futuros. ¡Programe su cita hoy!

Cobertura dental durante el embarazo para Medicaid

Todas las miembros tienen cobertura dental durante el embarazo. Los beneficios dentales de Molina incluyen limpiezas, empastes y otros servicios médicos preventivos, sin costo para usted. Es importante que las embarazadas reciban atención dental adecuada para cuidar la salud de la madre y del bebé. Normalmente, la cobertura dental durará hasta tres meses después de la fecha prevista para el parto y Molina proporcionará viajes al dentista según sea necesario. Sin embargo, como resultado de la COVID-19, que restringe la capacidad de los miembros de acceder a los servicios dentales, el beneficio dental se extiende para las embarazadas. Esta extensión se aplicará a las mujeres en posparto, que dieron a luz o siguieron embarazadas en marzo, abril, mayo, junio y julio de 2020. Estas miembros tendrán el beneficio dental extendido hasta el 31 de diciembre de 2020 o hasta tres meses después del parto, lo que ocurra más tarde. Puede encontrar un proveedor dental de Molina visitando MolinaHealthcare.com. Si tiene preguntas, llame al Programa M.O.M. al 1-888-898-7969 (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del este.

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 buscar a un dentista u obtener más información acerca de Healthy Kids Dental, visite HealthyKidsDental.org.

MolinaHealthcare.com

Más ayuda para encontrar un dentista

Para las miembros no embarazadas de Medicaid, visiten http://www.michigan.gov/oralhealth para obtener ayuda con la búsqueda de un dentista.

Guía para las citas

Molina Healthcare quiere asegurarse de que está recibiendo la atención necesaria en un tiempo razonable. Si corresponde, el consultorio de su médico o dentista debe fijar citas en los siguientes plazos:

Tipo de atención médica/cita	Plazo
Atención después de horario (servicios de emergencia)	• De inmediato: las 24 horas del día, los 7 días de la semana
Atención médica urgente	• Dentro de 48 horas
Atención primaria de rutina	• Dentro de los 30 días laborables de la solicitud
Cita de atención preventiva	• Dentro de los 30 días laborables de la solicitud
Atención sintomática no urgente	• Dentro de los 7 días laborables de la solicitud
Atención especializada	• Dentro de las 6 semanas de la solicitud
Atención especializada aguda	• Dentro de los 5 días laborables de la solicitud
Salud conductual*	• De inmediato para emergencias con riesgo de muerte
	• Atención de rutina dentro de los 10 días laborables de la solicitud
	• Emergencia sin riesgo de muerte dentro de las 6 horas de la solicitud
	• Atención médica urgente dentro de las 48 horas de la solicitud

*La Salud conductual se limita a los Servicios cubiertos

Tipo de atención médica/dental	Plazo
Servicios dentales de emergencia	• De inmediato: las 24 horas del día, los 7 días de la semana
Atención médica urgente	• Dentro de 48 horas
Atención de rutina	• Dentro de los 21 días laborables de la solicitud
Atención preventiva	• Dentro de las 6 semanas de la solicitud
Cita inicial	• Dentro de las 8 semanas de la solicitud

MolinaHealthcare.com

Antes de su consulta:

1. Si necesita un intérprete, hágaselo saber a la oficina del proveedor al menos tres días laborables antes de la cita.
2. Anote sus preocupaciones más importantes y llévelas consigo.
3. Lleve una lista de sus medicamentos (con receta, sin receta, vitaminas).
4. Asegúrese de cumplir con la cita. Si no puede hacerlo, llame a la oficina de su proveedor para informarle y reprogramar.

En su cita:

1. Llegue a la oficina de su proveedor aproximadamente 15 minutos antes. Es posible que deba llenar formularios.
2. Asegúrese de darles su tarjeta de identificación de Molina y cualquier otra tarjeta de seguro, y de actualizar cualquier cambio en su dirección o número de teléfono.
3. Tenga paciencia si su proveedor se atrasa.
4. Informe a su proveedor sus inquietudes y síntomas de la mejor manera posible.
5. Pregunte al proveedor qué puede hacer acerca de sus inquietudes.
6. Pregunte a su proveedor acerca de sus opciones de tratamiento.
7. Asegúrese de que el proveedor responda todas sus preguntas antes de irse.
8. Su proveedor puede derivarlo a un especialista u otro proveedor de atención médica. Pregunte si necesita programar la cita. Solicite su número de teléfono.

No está solo: la salud mental importa

Todos saben que cuidar su salud física es importante. Cuidar su salud mental es tan importante como su salud física. La Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (National Alliance on Mental Illness, NAMI) informa que uno de cada cuatro adultos en los Estados Unidos vive con un problema de salud mental. Muchos problemas de salud conductual se pueden tratar. Admitir que es posible que necesite ayuda no es nada de qué avergonzarse. Si tiene problemas o está preocupado por usted, trate este asunto como una afección física y consulte a un proveedor médico. A veces, hasta los problemas cotidianos como el aislamiento social y el estrés pueden resultar abrumadores para algunas personas.

Estos son algunos consejos para el cuidado personal:

- Coma alimentos saludables
- Duerma lo suficiente
- Ejercítese con regularidad
- Evite las drogas y el alcohol
- Mantenga sus chequeos médicos de rutina
- Practique una buena higiene: puede mejorar la forma en la que se ve a sí mismo
- Vea a sus amigos o considere unirse a un grupo de apoyo para hacer amigos

MolinaHealthcare.com

- Haga algo que disfrute: cuidar el jardín, pintar, leer o ver un programa de televisión favorito
- Encuentre maneras de relajarse, como la meditación, el yoga o salir a caminar

Si cree que podría necesitar ayuda, hable con su proveedor de atención médica. Su proveedor puede aconsejarle tomar medicamentos, hacer terapia o ambos para ayudarlo a controlar su afección. Hablar con alguien es el primer paso.

Lea a continuación para obtener más información si alguna vez lo hospitalizan.

Molina está aquí para ayudarlo con sus necesidades de salud si está hospitalizado

A veces puede ser necesaria una hospitalización. Después de salir del hospital, es importante realizar el siguiente paso para recuperarse. Molina está aquí para ayudarlo a seguir su plan de alta. Podemos comunicarnos con su proveedor para ayudarlo a coordinar sus servicios después de ser hospitalizado. Mantener sus citas puede ayudarlo a evitar consultas de emergencia y consultas adicionales al hospital.

Por qué el cuidado de seguimiento es tan importante

Es posible que necesite apoyo adicional después de dejar el hospital. Realice un seguimiento con su proveedor para asegurarse de que su afección continúa estabilizándose y mejorando. Si es posible, su cita debe hacerse dentro de los siete días posteriores al alta. La toma de medicamentos recetados y la asistencia a terapia ambulatoria son fundamentales para su bienestar. Incluso puede tener la consulta desde casa. Pregunte a su proveedor si hay servicios de telemedicina disponibles para brindarle atención médica. Hablar con su proveedor es importante para el cuidado personal continuo y para ajustar su medicamento. Estas consultas lo ayudarán a volver a la casa, al trabajo o la escuela y a seguir con el progreso que ha hecho durante su estadía en el hospital.

Prepárese para su consulta de la siguiente manera:

- Haga una lista de cualquier síntoma o inquietud
- Informe a su proveedor si tiene problemas para comer, dormir u otros síntomas
- Mantenga una lista de sus medicamentos actuales
- Pregunte sobre los medicamentos y cómo usarlos
- Pregunte sobre cómo pueden interactuar sus medicamentos
- Pregunte qué pruebas se necesitan y cuándo

No se demore: programe y mantenga las citas de seguimiento.

Llame a Molina si necesita ayuda

- Línea de Consejos de Enfermeras: las enfermeras pueden responder preguntas o inquietudes relacionadas con su salud. Este servicio no reemplaza el cuidado que recibe de un médico. Este servicio está disponible sin costo alguno. Llame al 1-888- 275-8750 (TTY: 711). Este servicio está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Departamento de Servicios para Miembros: el Departamento de Servicios para Miembros puede ayudar con los beneficios y servicios del plan. El Departamento de Servicios para Miembros puede ayudarlo a elegir o cambiar su médico de atención primaria. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al 1-888-898-7969, (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del este.
- Viajes: están disponibles los viajes a las consultas de cuidado de seguimiento. Programe su viaje al menos tres días laborables antes de la consulta. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al 1-888-898-7969, (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del este.

MolinaHealthcare.com

Si usted o un ser querido están pensando en lastimarse o lastimar a otro, llame a la línea Nacional de Prevención de Suicidio al 1-800-273-8255 o al 911.

Ayuda para las embarazadas y los bebés

El cuidado prenatal temprano ayuda a que el nacimiento sea saludable para usted y para su bebé. Asegúrese de ver a su proveedor obstetra ginecólogo (Obstetrician-Gynecologist, OB-GIN) lo más pronto posible a partir del momento en el que cree que está embarazada para que le realice exámenes preventivos y para recibir recursos apropiados durante su embarazo.

Es posible que la oficina de su proveedor obstétrico ginecólogo cuente con un grupo de proveedores de atención médica que la verán durante su embarazo. No se sorprenda si ve a un proveedor de atención diferente en una o más de sus consultas. Esto es común en muchas oficinas y clínicas proveedoras. **Sus proveedores están comprometidos a garantizar que obtiene atención de calidad en todas las consultas.** Si tiene alguna pregunta en cuanto a si hay un grupo de atención médica en la oficina o clínica de su obstetra ginecólogo, pídale al personal que le explique en su próxima consulta.

Los Programas de Salud Infantil Maternal (Maternal Infant Health Programs, MIHP) están disponibles para todas las embarazadas en Medicaid. Tendrá un contacto regular con una enfermera para responder a preguntas sobre su embarazo y ayudar con los recursos. Una enfermera para la salud infantil maternal también se comunicará con usted en casa después de tener al bebé para ayudarla con los recursos, los artículos para bebés y la información sobre el cuidado del bebé. Los MIHP informarán si el contacto será en persona o mediante telesalud.

Llame al MIHP de Michigan al 1-833-644-6447 para obtener información sobre cómo inscribirse en el MIHP.

Es seguro visitar al dentista si está embarazada. El embarazo puede agravar algunos problemas dentales, por lo que es importante mantener los chequeos médicos regulares. 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 1-888-898-7969 (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del este. También puede visitar MolinaHealthcare.com o usar la aplicación móvil de Molina.

MolinaHealthcare.com

Aplicación móvil de Molina

CONOZCA NUESTRA ¡APLICACIÓN NUEVA!

Download Molina Mobile

Apple

Android

Pasos para descargar la nueva aplicación móvil de Molina:

1. Descargue el lector de QR a través de Apple App Store o Google Play Store.
2. Escanee el código correcto para su dispositivo con el lector de QR y este le dirigirá a la aplicación
3. Descargue la aplicación móvil de Molina.
4. Abra para comenzar a utilizar nuestra nueva aplicación.

Acceda a las mismas funciones que en MyMolina, además de las siguientes funciones:

- Tarjetas de identificación virtuales mejoradas con opciones de uso compartido e impresión
- Pago de facturas mejorado para miembros del Mercado de Seguros Médicos
- Buscador de cuidado urgente
- Buscador de farmacias
- Verificador de síntomas
- Opción de doctor favorito
- Identificación mediante reconocimiento facial

¿Tiene preguntas?

Llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969 (TTY: 711)

MolinaHealthcare.com

Junta Directiva de Molina: resultados de las elecciones

Felicitaciones a Marissa Morgan y a Joanne Smith, quienes han sido electas para la Junta Directiva de Molina Healthcare de Michigan como representantes de los miembros. Fueron elegidas por votación de los miembros; recibieron la mayoría de los votos en el conteo electoral. Molina aprecia el compromiso de tres años de Marissa y Joanne para participar en nuestras reuniones trimestrales de la Junta Directiva.

Gracias a nuestras otras candidatas, Cheryl Major y Leslie Herrick, por participar en la elección y por su voluntad de servir.

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 forma anónima de la siguiente manera:

En línea: www.MolinaHealthcare.alertline.com
Correo electrónico: MHMCompliance@MolinaHealthCare.com
Teléfono: 1-866-606-3889
Fax: 1-248-925-1797

Por correo postal:

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

O bien puede comunicarse:

En línea: www.michigan.gov/fraud
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.

MolinaHealthcare.com

Acerca de nuestros miembros: Protección de su privacidad

Su privacidad es importante para nosotros. Respetamos y protegemos su privacidad. Molina quiere que sepa cómo usamos o compartimos su información médica protegida (PHI). Visite el siguiente enlace para obtener un resumen de cómo Molina protege su privacidad: https://www.molinahealthcare.com/members/mi/en-US/mem/hipaa/pages/privacy_full.aspx.

Nuestra Notificación de las Normas de Privacidad contiene más información acerca de cómo utilizamos y compartimos la PHI de nuestros miembros. Podrá encontrar nuestra Notificación de las normas de privacidad completa en nuestra página web en MolinaHealthcare.com. También puede solicitar una copia de nuestra Notificación de las Normas de Privacidad llamando al Departamento de Servicios para Miembros al 1-888-898-7969, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del este.

MolinaHealthcare.com

NOTIFICACIÓN DE LAS NORMAS DE PRIVACIDAD MOLINA HEALTHCARE DE MICHIGAN

ESTA NOTIFICACIÓN DESCRIBE CÓMO SE PUEDE USAR Y DIVULGAR INFORMACIÓN MÉDICA SOBRE USTED Y CÓMO PUEDE TENER ACCESO A ESTA INFORMACIÓN. LÉALO ATENTAMENTE.

Molina Healthcare of Michigan ("**Molina Healthcare**", "**Molina**", "**nosotros**" o "**nuestro**") usa y comparte su información de salud protegida para proporcionar sus beneficios de salud. Usamos y compartimos su información para realizar tratamientos, pagos y funciones de atención médica. Además, usamos y compartimos su información por otras razones, según lo que permite y exige la ley. Tenemos el deber de mantener su información médica en privado y seguir los términos de esta notificación. La fecha de vigencia de este aviso es el 23 de septiembre del 2013.

PHI son las siglas en inglés para estas palabras: información de salud protegida. PHI es información médica que incluye su nombre, número de miembro u otros identificadores y es usada o compartida por Molina.

¿Por qué Molina utiliza o comparte su PHI?
Usamos o compartimos su PHI para brindarle beneficios de atención médica. Su PHI se usa o comparte para tratamientos, pagos y funciones de atención médica.

Para tratamientos
Molina puede usar o compartir su PHI para darle o facilitar su atención médica. Este tratamiento también incluye referencias entre sus médicos u otros proveedores de atención médica. Por ejemplo, podemos compartir información sobre su afección con un especialista. Esto ayuda a que el especialista converse acerca del tratamiento con su médico.

Para pagos
Molina puede utilizar o compartir su PHI para tomar decisiones con respecto a pagos. Esto puede incluir quejas, autorizaciones para tratamientos y decisiones sobre necesidades médicas. Es posible que en la factura aparezca su nombre, afección, tratamiento y suministros utilizados. Por ejemplo, podemos informarle a un médico que usted cuenta con nuestros beneficios. Asimismo, le informaríamos al médico la cantidad del cobro que nosotros pagaríamos.

Para funciones de atención médica
Molina puede usar o compartir PHI sobre usted para implementar nuestro plan de salud. Por ejemplo, podemos usar la información de su reclamo para informarle a usted acerca de un programa de salud que pudiera ayudarle. También podemos usar o compartir su PHI para resolver inquietudes de los miembros. Su PHI también se puede utilizar para asegurar que se paguen las reclamaciones correctamente.

Las operaciones de atención médica implican muchas necesidades comerciales diarias. Esto incluye, pero no se limita a lo siguiente:
- mejorar la calidad;
- realizar acciones en programas de salud para ayudar a miembros con ciertas afecciones (como asma);
- realizar o facilitar revisiones médicas;
- servicios legales, incluido el fraude o la detección de abuso y programas de enjuiciamiento;
- acciones que nos permiten cumplir con la ley;
- satisfacer las necesidades de los miembros, entre las que se incluyen la solución de reclamos y quejas.

Compartiremos su PHI con otras compañías ("**socios comerciales**") que realicen diferentes tipos de actividades para nuestro plan de salud. Es posible que también usemos su PHI para recordarle sus citas. Podemos usar su PHI para darle información sobre otro tratamiento u otros servicios y beneficios relacionados con su salud.

¿Cuándo puede Molina usar o compartir su PHI sin obtener una autorización (aprobación) por escrito de su parte?
Las leyes permiten o exigen a Molina usar o compartir su PHI para muchos otros fines, por ejemplo:

Requisitos legales
Utilizaremos o compartiremos información sobre usted según lo requiera la ley. Compartiremos su PHI cuando así lo requiera el Secretario del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS). Esto puede incluir un proceso judicial, otra revisión legal, o cuando se requiera para el cumplimiento de la ley.

Salud Pública
Su PHI se puede usar o compartir para actividades de salud pública. Esto puede incluir ayudar a las agencias de salud pública a prevenir o controlar enfermedades.

Supervisión de la atención médica
Su PHI puede ser utilizada o compartida con agencias gubernamentales. Estas pueden requerir su PHI para realizar auditorías.

Investigación
Su PHI se puede usar o compartir para investigaciones en ciertos casos.

Procedimientos legales o administrativos
Su PHI puede usarse o compartirse para procedimientos legales, como en respuesta a una orden judicial.

Cumplimiento de la ley
Su PHI puede usarse o compartirse con la policía con el fin de ayudar a encontrar a un sospechoso, a un testigo o a una persona perdida.

Salud y seguridad
Se puede compartir su PHI para prevenir una amenaza grave a la salud o la seguridad pública.

Funciones gubernamentales
Se puede compartir su PHI con el gobierno para funciones especiales. Un ejemplo puede ser la protección del Presidente.

Víctimas de abuso, abandono o violencia doméstica
Su PHI se puede compartir con las autoridades legales si creemos que una persona es víctima de abuso o negligencia.

Indemnización al trabajador
Su PHI se puede utilizar o compartir para obedecer leyes de Indemnización al trabajador.

Divulgación con otros fines
Su PHI puede compartirse con médicos forenses o directores de funerarias para ayudarlos a cumplir con su trabajo.

¿Cuándo necesita Molina su autorización (aprobación) por escrito para usar o compartir su PHI?
Molina necesita su aprobación por escrito para usar o compartir su PHI para cualquier propósito que no se haya especificado en esta notificación. Molina necesita su autorización antes de que divulguemos su PHI para lo siguiente: (1) la mayoría de usos y divulgaciones de notas de psicoterapia; (2) usos y divulgaciones para propósitos de marketing; y (3) usos y divulgaciones que involucren la venta de PHI. Usted puede cancelar una autorización por escrito que usted nos haya dado. Su cancelación no aplicará a las acciones que ya hayamos tomado como resultado de la autorización que nos dio.

¿Cuáles son sus derechos de información médica?
Usted tiene derecho a lo siguiente:

- **Solicitar restricciones sobre el uso y la divulgación de su PHI (compartir su PHI)**
  Puede pedirnos que no compartamos su PHI para efectuar tratamientos, pagos o funciones de atención médica. Asimismo, puede pedir que no compartamos su PHI con familiares, amigos u otras personas designadas por usted que participen de su atención médica. No obstante, no estamos obligados a aceptar su solicitud. Deberá presentar una solicitud por escrito. Usted puede utilizar el formulario de Molina para presentar su solicitud.

- **Solicitar comunicaciones confidenciales de PHI**
  Puede pedirle a Molina que brinde su PHI de una determinada forma y en un determinado lugar para mantener su PHI en privado. Cumpliremos con solicitudes razonables, si usted nos informa de qué manera la divulgación de la totalidad o parte de su PHI podría poner en riesgo su vida. Deberá presentar una solicitud por escrito. Usted puede utilizar el formulario de Molina para presentar su solicitud.

- **Revisar y copiar su PHI**
  Usted tiene derecho a revisar y obtener una copia de su PHI que esté en nuestro poder. Esta puede incluir registros utilizados para realizar cobertura, quejas y otras decisiones como miembro de Molina. Deberá presentar una solicitud por escrito. Usted puede utilizar el formulario de Molina para presentar su solicitud. Podemos cobrarle un precio razonable para copiar y enviarle estos registros por correo. En ciertos casos, podemos denegar su solicitud. *Nota importante: No tenemos copias completas de su historia clínica. Si usted desea revisar, obtener una copia o modificar su historia clínica, comuníquese con su médico o clínica.*

- **Enmendar su PHI**
  Usted puede solicitar enmiendas (modificaciones) a su PHI. Esto incluye solamente aquellos registros que nosotros conservamos sobre usted como miembro. Deberá presentar una solicitud por escrito. Usted puede utilizar el formulario de Molina para presentar su solicitud. Puede presentar una carta de desacuerdo si rechazamos su solicitud.

- **Recibir un informe sobre la divulgación de su PHI (Compartir su PHI)**
  Usted puede pedirnos que le demos una lista de ciertos terceros con los que compartimos su PHI durante los seis años anteriores a la fecha de su solicitud. La lista no incluirá la PHI compartida de la siguiente manera:
  - para tratamientos, pagos o funciones de atención médica;
  - a personas sobre su propia PHI;
  - la información compartida con su autorización;
  - la información relacionada con un tipo de divulgación o uso que, de otra manera, lo permita o lo requiera la ley aplicable;
  - PHI divulgada en interés de la seguridad nacional o para el propósito de inteligencia; o
  - como parte de un conjunto de datos limitados, conforme a las leyes aplicables.

Le cobraremos una tarifa razonable por cada lista si usted la solicita más de una vez en un periodo de 12 meses. Deberá presentar una solicitud por escrito. Usted puede utilizar el formulario de Molina para presentar su solicitud.

Usted puede realizar cualquiera de las solicitudes antes mencionadas u obtener una copia impresa de esta notificación. Llame a nuestro Departamento de Servicios para Miembros al 1-888-898-7969.

¿Qué puede hacer si no se han protegido sus derechos?
Si cree que se han violado sus derechos de privacidad, usted puede presentar una queja ante Molina y el Departamento de Salud y Servicios Humanos. No tomaremos ninguna medida en su contra por presentar una queja. Esto no afectará su atención médica ni sus beneficios en ninguna medida.

Usted puede presentar una queja ante nosotros en:

Molina Healthcare of Michigan
Attention: Compliance Director
880 West Long Lake Road, Suite 600
Troy, MI 48098-4504
Teléfono: (888) 898-7969

Puede presentar una queja ante la Secretaría del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos a la siguiente dirección:

Office for Civil Rights
U.S. Department of Health & Human Services
233 N. Michigan Ave., Suite 240
Chicago, IL 60601
(800) 368-1019; (800) 537-7697 (TDD);
(312) 886-1807 (FAX)

¿Cuáles son las obligaciones de Molina?
Molina debe hacer lo siguiente:

- mantener en privado su PHI;
- proporcionarle información por escrito, tal como la presente notificación sobre nuestras obligaciones y normas de privacidad en relación con su PHI;
- proporcionarle un aviso en caso de que se produzca una infracción de su PHI no protegida;
- abstenerse de utilizar o divulgar su información genética para propósitos de suscripciones de seguros.
- Cumplir con los términos de esta Notificación.

Este aviso está sujeto a modificaciones.

Molina se reserva el derecho a cambiar en cualquier momento sus normas de información y las condiciones de esta notificación. Si lo hacemos, las nuevas condiciones y normas se aplicarán a toda la PHI que esté en nuestro poder. Si realizamos cualquier modificación importante, Molina publicará el aviso revisado en nuestra página web y enviará el aviso revisado, o bien enviará información acerca del cambio importante y de cómo obtener la Notificación revisada en la siguiente correspondencia anual dirigida a nuestros miembros cubiertos en ese momento por Molina.

Información de contacto

Si tiene alguna pregunta, póngase en contacto con la siguiente oficina:

Molina Healthcare of Michigan
Attention: Compliance Director
880 West Long Lake Road, Suite 600
Troy, MI 48098-4504
Teléfono: (888) 898-7969

MOLINA HEALTHCARE
Your Extended Family.

Aviso de no discriminación de Molina Healthcare of Michigan Medicaid

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

- Asistencia y servicios a personas con discapacidades
  - intérpretes capacitados en lenguaje de señas;
  - 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
  - intérpretes capacitados;
  - material escrito traducido a su idioma;
  - 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, le 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 los derechos civiles a la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. 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.

English	ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-888-898-7969 (TTY: 711).
Spanish	ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-898-7969 (TTY: 711).
Arabic	ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-888-898-7969 (رقم هاتف الصم والبكم: 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 1-888-898-7969（TTY：711）。
Syriac	ܙܘܗܪܐ: ܐܢ ܐܢܬܘܢ ܟܐ ܡܗܡܙܡܝܬܘܢ ܠܫܢܐ ܐܬܘܪܝܐ، ܟܐ ܡܨܝܬܘܢ ܕܡܦܠܚܝܬܘܢ ܒܚܝܠܬܐ ܕܗܝܪܬܐ ܒܠܫܢܐ ܡܓܢܢܐܝܬ. ܩܪܘܢ ܥܠ ܡܢܝܢܐ 1-888-898-7969 (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 1-888-898-7969 (TTY: 711).
Albanian	KUJDES: Nëse flitni shqip, për ju ka në dispozicion shërbime të asistencës gjuhësore, pa pagesë. Telefononi në 1-888-898-7969 (TTY: 711).
Korean	주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-888-898-7969 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
Bengali	লক্ষ্য করুনঃ যদি আপনি বাংলা, কথা বলতে পারেন, তাহলে নিঃখরচায় ভাষা সহায়তা পরিষেবা উপলব্ধ আছে। ফোন করুন 1-888-898-7969 (TTY: 711)।
Polish	UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 1-888-898-7969 (TTY: 711).
German	ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-888-898-7969 (TTY: 711).
Italian	ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero 1-888-898-7969 (TTY: 711).
Japanese	注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-888-898-7969（TTY: 711）まで、お電話にてご連絡ください。
Russian	ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-888-898-7969 (телетайп: 711).
Serbo-Croatian	OBAVJEŠTENJE: Ako govorite srpsko-hrvatski, usluge jezičke pomoći dostupne su vam besplatno. Nazovite 1-888-898-7969 (TTY- Telefon za osobe sa oštećenim govorom ili sluhom: 711).
Tagalog	PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-888-898-7969 (TTY: 711).

MOLINA HEALTHCARE

PO Box 298
Monroe, WI 53566-0298

¿Tiene preguntas sobre su salud?

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

MOLINA HEALTHCARE

ME154 APROBADO EN 9/2020
23356LTRMDMIES