



QI Department  
P.O. Box 349020  
Columbus, OH 43234-9020



## ¿Tiene preguntas acerca de su salud?

¡Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermeras las 24 horas al día!

Inglés: (888) 275-8750  
Español: (866) 648-3537

**¡ABIERTA LAS 24 HORAS!**

¡Su salud es nuestra prioridad!

Los usuarios de TTY deben marcar al 711.

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



Estás en familia.

3859968DM0416

# Primavera 2016 Boletín de salud y bienestar



## Conozca lo que Molina le ofrece en línea

¿Ha ingresado recientemente a la página web de Molina? Tiene muchos recursos disponibles para ayudarle a conocer cómo funciona Molina. Uno de estos excelentes recursos es la *Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad*.

Puede encontrar la *Guía* en la página web, bajo la sección del Programa de Mejoramiento de Calidad. Ingrese a:

<http://tinyurl.com/MHOQualityGuide>.

Esta *Guía* le ayudará a conocer los programas y servicios que les ofrecemos a nuestros miembros. Puede leer información sobre nuestro:

- **Programa de Mejoramiento de Calidad.** Siempre buscamos nuevas maneras de mejorar el cuidado que usted recibe. Puede leer sobre el progreso que realizamos cada año.
- **Programa de Administración de Casos.** Estamos disponibles para ofrecerle ayuda adicional si padece una condición médica continua y complicada.
- **Programa de Administración de la Salud.** Ofrecemos consejos sobre cómo mantenerse saludable si padece una condición crónica.

### En esta edición

Conozca lo que Molina le ofrece en línea ..... 1-3

Las cinco cosas que los recién casados deberían de saber sobre la cobertura ..... 4

Chequeo médico anual ..... 5

¿Está tomando algún medicamento? ..... 5

Todos los boletines están disponibles en, [www.MolinaHealthcare.com](http://www.MolinaHealthcare.com).

Para obtener esta información en su idioma preferido o en formatos accesibles, por favor comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros. El número de teléfono se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación del miembro.

Este boletín informativo también está disponible en inglés. Por favor, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir una copia en inglés.

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



Estás en familia.

Esta *Guía* incluye información sobre cómo nosotros:

- protegemos su privacidad;
- colaboramos con nuestros proveedores para asegurar que usted recibe atención médica adecuada;
- tomamos decisiones acerca de su atención médica;
- evaluamos nuevos servicios para proporcionarlos como parte de los beneficios que cubrimos;
- le ayudamos durante una emergencia para que obtenga atención médica después de las horas de consulta;
- le ayudamos a obtener respuestas a las preguntas que tiene sobre el beneficio de medicamentos;
- le damos información acerca de los servicios que ofrecemos para problemas de salud conductual;
- le informamos sobre sus derechos y responsabilidades cuando se inscribe en uno de nuestros planes de salud;
- le ofrecemos consejos sobre cómo obtener una segunda opinión acerca de su atención médica con otro proveedor;
- le enseñamos cómo obtener cuidado fuera de la red;
- le permitimos presentar una queja si tiene problemas con su atención médica o los servicios de Molina;
- le permitimos apelar un servicio o reclamo denegado cuando no se ha pagado;
- le informamos cómo encontrar información en el directorio de proveedores acerca de nuestros proveedores;
- le ayudamos a aprender cómo llenar una directiva anticipada para ayudarle a tomar decisiones sobre su propio cuidado;
- evaluamos nuevas investigaciones para determinar si los nuevos servicios han demostrado ser seguros;
- ofrecemos servicios TTY / TDD para nuestros miembros que necesitan ayuda con audición o habla;
- ofrecemos servicios de interpretación para miembros que los necesiten;
- le informamos cómo acceder a herramientas en línea, como:
  - valoración de salud;
  - autogestión;
  - solicitar tarjetas de identificación;
  - comunicarse por correo electrónico con el Departamento de Servicios para Miembros y la Línea de Consejos de Enfermeras.



**MolinaHealthcare.com**

Esta *guía* contiene una lista de control con las herramientas que puede encontrar en la página web. Estas herramientas incluyen:

- Una lista de los proveedores y hospitales contratados con Molina. Los datos incluyen:
  - los nombres, direcciones y números de teléfono de proveedores;
  - el estado de certificación de un proveedor con el Consejo Médico;
  - las horas de consulta de todos los centros;
  - los proveedores que están aceptando nuevos pacientes;
  - los idiomas que habla el proveedor o su personal;
  - la información de hospitales incluyendo el nombre, dirección y estado de acreditación.
- Detalles acerca de los beneficios y servicios que se incluyen y excluyen en su cobertura.
- Los copagos y otros cobros que debe pagar (cuando es pertinente).
- Qué hacer si usted recibe una factura por un reclamo.
- FAQs (las preguntas más frecuentes y sus respuestas).
- Otros procedimientos de farmacia, como:
  - los medicamentos no cubiertos;
  - los límites y cuotas de medicamentos;
  - el procedimiento para solicitar una excepción para los medicamentos no incluidos en el formulario;
  - el procedimiento para: sustituir un medicamento genérico, hacer un intercambio terapéutico (el uso de medicamentos diferentes que tienen los mismos efectos) y los protocolos para la terapia escalonada (el uso de determinados medicamentos primero antes de cubrir otro medicamento para la misma condición).
- Cómo comunicarse con el personal del Departamento de Administración de Utilización (UM, por sus siglas en inglés) para problemas o preguntas relacionadas a utilización.
- Afirmación de UM acerca de incentivos.
- Guías preventivas de salud y calendarios de vacunación.
- Sus derechos y responsabilidades, y la privacidad de su información.

Puede imprimir la *Guía* y cualquier otra información que necesite de nuestra página web. Asimismo, puede comunicarse con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir que se le envíe por correo una copia impresa de la información. El número de teléfono se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación del miembro.

**MolinaHealthcare.com**

# Las cinco cosas que los recién casados deberían de saber sobre la cobertura

El casarse es un cambio significativo de la vida. ¿Sabía usted que también podría afectar su cobertura médica? Las siguientes son cinco cosas que debería recordar cuando se aproxima su boda.

1. Cuando se case, usted y su cónyuge se pueden inscribir o cambiar su cobertura en el Mercado de Seguros Médicos. Esto se conoce como el Periodo Especial de Inscripción y dura 60 días a partir de la fecha de su boda.
2. Si usted o su cónyuge están inscritos en un plan de salud del Mercado de Seguros Médicos cuando se casen, deben de reportar su matrimonio inmediatamente. Después de hacerlo, usted se enterará si reúne los requisitos para tener costos más bajos.
3. Puede reportar su matrimonio en tres formas: en línea, por teléfono o en persona. No lo puede reportar por correo.
4. Es posible que cuando se case esté añadiendo a su hogar. De ser así, es posible que reduzca su prima mensual (pagos) o que califique para la cobertura de Medicaid.
5. Si usted recibe un pago del crédito fiscal anticipado para la prima, debe reportar su matrimonio para evitar un reembolso más bajo de lo que esperaba o evitar deber dinero que no anticipaba.

Visite [HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov) para obtener más información acerca de los cambios en cobertura después de su boda u otro evento vital, como el nacimiento de su bebé o cambios en ingresos.



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

# Chequeo médico anual

**Consulte a su proveedor para recibir un chequeo médico anual.** Es importante hablar sobre las pruebas de detección que necesita y cuándo las debería recibir. Visite a su proveedor aun cuando se sienta bien.

**¿Por qué las pruebas de detección son importantes?** Las pruebas de detección pueden ayudar a prevenir ciertas enfermedades. También pueden ayudar a encontrar problemas de salud a tiempo, cuando son más fáciles de tratar. Si tiene un problema de salud, su proveedor puede ayudarle a controlarlo.

La edad, salud, antecedentes familiares y otros factores influyen en qué tan seguido necesita visitar a su proveedor. Las consultas preventivas periódicas con su proveedor pueden ayudarle a mantenerse sano.



## ¿Está tomando algún medicamento?

Asegúrese de mantener una lista de todos sus medicamentos recetados y los medicamentos de venta libre. Repase su lista con su proveedor por lo menos una vez al año. Lleve sus medicamentos actuales a todas las citas con sus proveedores. Esto le ayudará a garantizar que usted:

- tome todos los medicamentos que necesita;
- deje de tomar los medicamentos que ya no necesita;
- tome medicamentos que sean seguros de tomar al mismo tiempo.

**MolinaHealthcare.com**