

OTOÑO DE 2021

Boletín Informativo de Salud y Bienestar



Mantenga sus Ojos y Dientes Sanos

Tiene una sola dentadura y un solo par de ojos. Asegúrese de que usted y los miembros de su familia reciban el cuidado dental y de la visión que necesitan para mantener la mejor salud posible de ojos y dientes. Estos beneficios forman parte de los beneficios en salud de Molina y son **GRATUITOS** para usted.

Reciba Cuidado Dental

Como miembro de Molina, usted tiene derecho a una visita de rutina con el dentista dentro de los 90 días de haber solicitado la cita.



Molina cubre servicios dentales en estos condados:

- Milwaukee
- Racine
- Washington
- Kenosha
- Waukesha
- Ozaukee

Si desea recibir ayuda para programar una cita con el dentista, comuníquese con Servicios a los Miembros de Molina llamando al 1 (888) 999-2404; TTY: 711.

SI VIVE FUERA DE ESTOS CONDADOS

En el caso de los miembros de Molina que viven fuera de estos condados, el Estado les cubre servicios dentales. Los miembros recibirán la cobertura de servicios dentales de un proveedor registrado de Medicaid que acepte la tarjeta de identificación de ForwardHealth. Para buscar un proveedor dental registrado de Medicaid, comuníquese con Servicios a los Miembros de ForwardHealth, llamando al 1 (800) 362-3002.

En esta publicación

Mantenga sus Ojos y Dientes Sanos ..	1-2
El Cuidado que No Debe Dejar de Recibir.....	3
Cómo Prepararse para su Cita y Qué Esperar.....	4
¡Programe una Cita Hoy!.....	4
Obsequio GRATUITO para Madres Embarazadas.....	5
Vacuna contra el COVID-19: ¡Una elección que le permitirá vivir! ...	6-7
Necesita Ayuda con Algún Problema de Salud.....	8
Declaración de No Discriminación y Sección 1557	9-11

Todos los boletines informativos también se encuentran disponibles en [MolinaHealthcare.com](https://www.molinahealthcare.com).

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



Mantenga sus Ojos y Dientes Sanos (cont'd)

Reciba Cuidado para la Visión

Molina brinda cobertura de servicios para la visión, esto incluye anteojos. Sin embargo, se aplican algunas restricciones. Molina se ha asociado a Herslof Optical Company Inc. para brindar cobertura en servicios para la visión.



Molina cubre los siguientes servicios para la visión:

- Exámenes de los ojos de rutina a cargo de un médico u optometrista.
- Anteojos cuando sea indicado por un profesional.

Cómo Recibirán Atención los Miembros

Para el cuidado de la visión, los miembros de Molina deben llamar:

Condado de Milwaukee

1 (414) 760-7400

Todos los demás condados

1 (800) 822-7228



Para obtener más información

Lea el Manual para los Miembros de Molina Medicaid ingresando a [MolinaHealthcare.com](https://www.molinahealthcare.com) o comuníquese con Servicios a los Miembros de Molina, llamando al 1 (888) 999-2404, TTY: 711, y solicite que le envíen una copia.

El Cuidado que No Debe Dejar de Recibir

Molina le recuerda que permanezca al día con sus exámenes y servicios de salud. Agende una cita si usted o alguno de los miembros de su familia necesita realizarse los exámenes que se mencionan a continuación.

Asegúrese también de programar una cita anual para visitar a su médico. Esta visita recibe el nombre de preventiva y es importante para obtener ayuda temprana o saber qué necesidades médicas puede tener.

Su Guía para Realizar su Examen de Salud

Atención para Todos los Adultos

- **Visita Preventiva para Adultos:** Veinte (20) años de edad o más (una vez al año).
- **Colonoscopia:** De 50-75 años de edad (debe realizarse cada 1-10 años).
- **Pruebas para Diagnosticar Diabetes:** Prueba de A1c, prueba de la función renal y examen de ojos.
- **Visita por Salud Conductual:** De 1-7 días después de recibir el alta de la hospitalización por salud mental, o alcohol u otro consumo de drogas ilegales.
- **Vacuna para la Influenza (Gripe):** Una vez al año. Mejor época para vacunarse: Septiembre u octubre.

Atención de la Mujer

- **Visitas Prenatales:** Una vez que sepa que está embarazada y, luego, periódicamente, durante el embarazo.
- **Visita Posparto:** De 7-84 días después del parto.
- **Mamografía:** Mujeres de 50-74 años de edad (debe realizarse cada dos años).
- **Examen de Papanicolaou:** Mujeres de 21-64 años de edad (debe realizarse cada 3-5 años).

Atención de los Niños

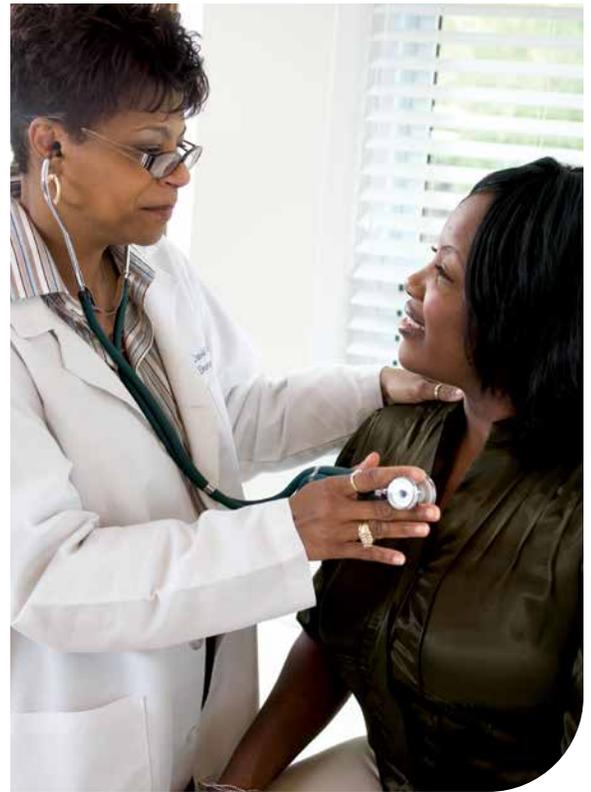
- **Visitas para un Bebé Sano:** Seis (6) visitas o más antes de los 15 meses.
- **Vacunas para el Bebé:** Serie de vacunas antes de cumplir los 2 años.
- **Visitas Anuales:** De 3-19 años de edad.

Cuidado Dental

- **Visita Dental Preventiva:** Niños dos veces al año, adultos una vez al año.

Cuidado de la Visión

- **Visita Preventiva para la Visión:** Una vez al año.



Necesidad de Transporte

¿Necesita transporte para asistir a una cita médica o para realizarse algún examen? Para recibir transporte GRATUITO, llame al 1 (866) 907-1493, TTY: 711.

¡Contar con un plan y saber qué esperar puede ayudar a sacar el mayor provecho de su cita con el médico! ¡Estos consejos pueden ser de ayuda!

1. Prepare un listado de las preguntas y sus preocupaciones.
2. Traiga el listado de sus medicamentos a la cita.
3. Asista acompañado por un amigo o familiar, si estuviera permitido.
4. Sea abierto y honesto con su proveedor y el personal del consultorio.
5. Hágale saber a Molina o al consultorio de su proveedor sobre cualquier imposibilidad que pudiera tener, como transporte o problemas con el idioma.
6. Prepárese para compartir sus antecedentes médicos y familiares si visita a un médico nuevo por primera vez.
7. Llegue a horario a la cita o llame antes si necesita reprogramarla.
8. Tenga a mano sus pruebas de laboratorio u otros exámenes antes de la cita con el médico
9. Traiga su Tarjeta de ID de Identificación de ForwardHealth.
10. Planifique con tiempo: Las visitas para el cuidado preventivo pueden agendarse con hasta 30 días calendario de anticipación. Las visitas para el cuidado dental preventivo pueden agendarse con hasta 90 días calendario de anticipación. No obstante, usted puede programarla con más tiempo para asegurarse de obtener la cita que mejor se adapte a sus necesidades.



¡Programe una Cita Hoy!

Todavía tiene tiempo para completar sus exámenes preventivos de salud y agendar una visita anual preventiva con su médico en 2021. Llame a su proveedor para que le ayude a agendar las citas para usted y para su familia.

Molina también puede ayudarle a programar su visita. Comuníquese con Servicios a los Miembros de Molina llamando al 1 (888) 999-2404; TTY: 711, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. Para obtener transporte gratuito para su cita, llame al 1 (866) 907-1493; TTY: 711.

Cómo Obtener Información sobre la Cobertura de Beneficios de Molina

Si tiene preguntas sobre qué beneficios y servicios están cubiertos, comuníquese con Servicios a los Miembros de Molina llamando al 1 (888) 999-2404, TTY: 711. Solicite una copia del Manual para los Miembros de Molina.

Recuerde: Usted puede solicitar esta y otra información en español o en cualquier otro idioma o formato. Solo comuníquese con Servicios a los Miembros de Molina llamando al 1 (888) 999-2404; TTY: 711.

Obsequio GRATUITO para Madres Embarazadas

¿Es miembro de Medicaid Molina, está embarazada y necesita un asiento de bebé GRATUITO para el automóvil?

Considere inscribirse en el nuevo programa de Molina Healthy Starts para obtener un asiento para el automóvil.

El programa brinda ayuda a las mujeres embarazadas para que asistan a las visitas periódicas con su médico. El programa también incluye información habitual sobre la salud durante el embarazo.

Las madres que completan el programa recibirán un Asiento de bebé para automóvil convertible GRATUITO Cosco Scenera NEXT. Este asiento para automóvil se utiliza en bebés/niños en las primeras etapas de la infancia que pesen de 5-40 libras.

Requisitos del Programa

1. Ser miembro de Medicaid Molina.
2. Registrarse en el Programa de Molina Healthy Starts para obtener un asiento para el automóvil mientras está embarazada y antes de que nazca su bebé.
3. Asistir a, al menos, 6 visitas prenatales.
4. Seleccionar un médico para su bebé **antes de su nacimiento**.

*El obsequio de un asiento para automóvil GRATUITO puede variar al de la imagen que se muestra más arriba.



Cómo Inscribirse

Para registrarse, llame a Participación Comunitaria de Molina (Molina Community Engagement) al **1 (414) 436-8385**.



Importancia de las Visitas Prenatales

Cuidado prenatal significa controles periódicos con su médico durante su embarazo. El médico realiza un seguimiento de su salud y de la salud de su bebé. Este cuidado es fundamental para asegurar un nacimiento sin problemas.

Qué esperar:

- Controles de rutina y pruebas de prevención para monitorear su salud y la salud del niño en desarrollo.
- Su médico le brindará asesoramiento sobre cómo comer de manera sana, realizar actividad física segura, las pruebas que es posible que necesite, las vacunas o inyecciones recomendadas y sobre qué esperar durante el trabajo de parto y el nacimiento.

Vacuna contra el COVID-19: ¡Una elección que le permitirá vivir!

Durante los últimos meses, Molina ha encuestado a miembros sobre la vacuna contra el COVID.

Los miembros de Molina han expresado:

“Tuve COVID. Sé de primera mano lo terrible que es. No me quiero contagiar nuevamente. **No se lo desearía ni a mi peor enemigo.** Así que, es por eso que tuve que colocarme la vacuna. No quiero que exista ninguna posibilidad de que me contagie nuevamente.”

“Aunque realmente no se enferme con el virus, **vacunarse puede ayudar a tener una consciencia clara** de que no se contagiará y que no contagiará a otros o provocará la muerte de alguien.”

“Quería volver al mundo y tocar en eventos de micrófono abierto. Quería ver nuevamente a las personas **sin temor a enfermarse o a morir por COVID.**”

“Me vacuné porque **tuve COVID y no es broma.** Si te contagias COVID, la pasarás mal. Deberás permanecer en tu casa y en cuarentena o estarás en el hospital luchando por tu vida.”

Tome una Decisión Informada

Obtenga toda la información posible sobre la vacuna contra el COVID-19 de fuentes confiables.



Un buen recurso es: [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

Preguntas de los Miembros de Molina

Q: ¿Qué sucede si no cuento con transporte para recibir la vacuna contra el COVID 19?

A: Para acceder a transporte **GRATUITO** para administrarse la vacuna contra el COVID, llame al 1 (866) 907-1493. Para programar la vacunación **GRATUITA** contra el COVID-19 cerca de donde se encuentra, llame el 1 (844) 684-1064.

Q: ¿Me enfermaré o sufriré los efectos secundarios de la vacuna?

A: Después de las inyecciones, le puede doler el brazo, tener fiebre leve o dolor corporal. Si se presentaran estos síntomas, generalmente solo duran un día o dos. Indican una respuesta natural ya que el sistema inmunológico de su cuerpo aprende a reconocer y a combatir el COVID. Estos efectos secundarios podrían ser: enrojecimiento e inflamación en el brazo donde se aplicó la inyección, cansancio, dolor de cabeza, dolor muscular, escalofríos, fiebre y náuseas.

Q: Toda nuestra familia tuvo el virus y se recuperó. ¿Debemos vacunarnos de todas formas?

A: Usted debe vacunarse incluso si tuvo COVID-19. Esto es porque los expertos todavía no conocen por cuánto tiempo está protegido de enfermarse nuevamente, una vez que se recuperó del COVID-19. Los estudios muestran que la vacunación brinda un fuerte refuerzo de protección en las personas que se recuperaron de COVID-19.

Q: No me siento a gusto con una vacuna cuyo lanzamiento al mercado fue tan repentino. ¿Cómo sé que es segura?

A: Los científicos comenzaron a trabajar en la vacuna contra el COVID-19 en enero de 2020. El desarrollo de las vacunas contra el COVID-19 no escatimó en pruebas de seguridad y eficacia. La asignación de fondos exclusivos para la vacuna ayudó a que más candidatos participaran en evaluaciones preclínicas/clínicas y ensayos de manera rápida y cuidadosa. Esto ha permitido a los investigadores avanzar a los ensayos clínicos de Fase 3 (prueba de la vacuna en grandes grupos de personas para evaluar la seguridad y la efectividad) en seis meses, en lugar de los típicos dos años.

Q: ¿Mis alergias pueden ser un problema al recibir la vacuna?

A: El Centro para el Control de las Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) indica que las personas con alergias a ciertos alimentos, insectos y otros alérgenos comunes pueden recibir la vacuna contra el COVID-19. Si alguna vez ha tenido una reacción alérgica grave a una vacuna, asegúrese de comentárselo a su médico. Su médico puede evaluarlo y determinar cuál es el riesgo. Sin embargo, si es extremadamente alérgico a cualquiera de los principios activos de las vacunas contra la coronavirus, no debe vacunarse.

¿Qué se sabe de la Variante Delta?

“Estamos tratando con un virus y la variante Delta es muy eficiente y se contagia fácilmente de persona a persona. De modo que, resulta claro que si está vacunado, su riesgo es muy bajo. Si no está vacunado, corre un gran riesgo de contagiarse esta desagradable variante, la variante Delta.”

-Dr. Anthony Fauci, Asesor Médico en Jefe del Presidente Biden

La Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE.UU. (FDA, por sus siglas en inglés) aprobó la vacuna contra el COVID-19 conocida como la Vacuna Pfizer-BioNTech contra el COVID-19. Esta aprobación de la FDA brinda confianza adicional a las personas para que se vacunen contra el COVID.

Necesita Ayuda con Algún Problema de Salud

¿Necesita ayuda con un problema médico o enfermedad crónica, como la diabetes? Acuda a su Coordinador de la Atención de Molina. Un Coordinador de la Atención es un enfermero que puede ayudarle a recibir atención médica y programar otros servicios que pueda necesitar. **Este servicio es GRATUITO.**

Un Coordinador de la Atención: de Molina puede ayudarle a completar su Evaluación de Riesgo de Salud (HRA). Puede también ayudarle a programar exámenes presenciales u otras citas médicas.

Los Coordinadores de la Atención de Molina Pueden Ayudarle a:

- Obtener respuestas a sus preguntas sobre su condición médica
- Realizar citas con el médico
- Obtener transporte para sus citas médicas (si lo necesitara)
- Programar servicios de un intérprete para sus citas médicas (si lo necesitara)
- Recibir los suministros y el equipamiento médico que necesite
- Explicarle los medicamentos que está tomando
- Organizar su traslado desde un establecimiento a otro, por ejemplo desde un hospital de regreso a su casa
- Encontrar los recursos en la comunidad para los servicios que necesita, como “Meals on Wheels (Comidas sobre Ruedas)”
- Trabajar con su cuidador para asegurar que cuenta con lo que necesita para su cuidado

Su Coordinador de la Atención de Molina también puede trabajar con su familia o amigos que le ayudan con las necesidades de atención de su salud.

Si necesita más información sobre los Coordinadores de la Atención de Molina, llame al 1 (888) 999-2404.





Your Extended Family.

Non-Discrimination Tag Line– Section 1557 Molina Healthcare of Wisconsin, Inc. Medicaid

- English ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-888-999-2404 (TTY: 711).
- Spanish ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-999-2404 (TTY: 711).
- Hmong LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-888-999-2404 (TTY: 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 1-888-999-2404 (TTY: 711)。
- Laotian ໂປດຊາບ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ 1-800-665-3086 (TTY: 711).
- Burmese ကျေးဇူးပြု၍ နားဆင်ပါ - သင်သည် မြန်မာစကားပြောသူ ဖြစ်ပါက သင့်အတွက် အခမဲ့ဖြင့် ဘာသာစကားကူညီရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်သည်။ 1-888-999-2404 (TTY: 711) တွင် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။
- Russian ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-888-999-2404 (телетайп: 711).
- Somali Somali FIIRO GAAR AH: Hadii aad ku hadasho Ingiriisiga, adeega kaalmada luuqada, oo bilaa lacag ah, ayaa kuu diyaar ah. Lahadal 1-888-999-2404 (TTY: 711).
- German ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-888-999-2404 (TTY: 711).
- Arabic ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-888-999-2404 (رقم مات فالصم والنبك: 711).

Korean	주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-888-999-2404 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
Vietnamese	CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-888-999-2404 (TTY: 711).
Pennsylvanian Dutch	Wann du Deitsch (Pennsylvania German schwetzsch, kannscht du mitaus Koschte ebber gricke, ass dihr helft mit die englisch Schprooch. Ruf selli Nummer uff: Call 1-888-999-2404 (TTY: 711).
French	ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-888-999-2404 (TTY : 711).
Polish	UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 1-888-999-2404 (TTY: 711).
Hindi	ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं । 1-888-999-2404 (TTY: 711) पर कॉल करें।
Albanian*	KUJDES: Nëse flitni shqip, për ju ka në dispozicion shërbime të asistencës gjuhësore, pa pagesë. Telefononi në 1-888-999-2404 (TTY: 711).
Tagalog	PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-888-999-2404 (TTY: 711).
Serbo-Croatian	PAŽNJA: Ako govorite srpsko-hrvatski imate pravo na besplatnu jezičnu pomoć. Nazovite 1-888-999-2404 (TTY: 711).



Your Extended Family.

Notificación de no discriminación Molina Healthcare of Wisconsin Medicaid

Molina Healthcare of Wisconsin (Molina) cumple con todas las leyes federales de derechos civiles relacionadas a los servicios de atención médica. Molina ofrece servicios de atención médica a todo miembro, sin discriminar basándose en la raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o género. Molina no excluye personas ni las trata de manera diferente debido a la raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o género. Esto incluye identidad de género, embarazo y estereotipo de sexo.

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

- Ayuda y servicios para personas con discapacidades
 - intérpretes capacitados en el lenguaje de señas
 - material escrito en otros formatos (letra grande, audio, formatos accesibles electrónicamente y braille)
- Servicios lingüísticos para personas que hablan otro idioma o tienen entendimiento limitado del inglés
 - intérpretes capacitados
 - material escrito traducido a su idioma
 - material escrito de manera sencilla con lenguaje fácil de entender

Si usted necesita estos servicios, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros al (888) 999-2404, TTY / TTD al (800) 947-3529.

Si usted cree que Molina no ha cumplido en proporcionar estos servicios o lo ha tratado de forma diferente basándose en su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o género, usted puede presentar una queja. Puede presentar su queja en persona, por correo, fax o correo electrónico. Si usted necesita ayuda para escribir su queja, le podemos ayudar. Llame a nuestro Coordinador de Derechos Civiles al (866) 606-3889 o TTY al 711. Envíe su queja por correo al:

Civil Rights Coordinator
200 Ocean Gate
Long Beach, CA 90802

También puede enviar su queja por correo electrónico al civil.rights@molinahealthcare.com. O envíe su queja por fax al (414) 831-2886.

También puede entablar una queja sobre derechos civiles con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. Los formularios para 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 enviarlo usando el portal de la página web de la Oficina para Quejas sobre Derechos Civiles en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

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



Your Extended Family.

Molina Healthcare of Wisconsin
PO Box 242480
Milwaukee, WI 53224-9931

Llame a la Línea de Asesoramiento de Enfermeros de Molina que se encuentra disponible las 24 horas

Como miembro de Molina Healthcare, usted cuenta con un enfermero diplomado a su disposición con tal solo realizar una llamada, las 24 horas al día, los 7 días de la semana. La llamada es **GRATUITA**.

Reciba la Atención que Necesita:

- Ayuda solidaria en su idioma
- Consejos paso a paso de lo que debe hacer en su casa para sentirse mejor
- Respuestas a sus preguntas cuanto usted o su hijo están enfermos
- Agendarle una cita con el médico, si fuera necesario

En caso de una emergencia con riesgo de vida, llame al 911.



Línea de Asesoramiento de Enfermeros Disponible las 24 horas

¡Agregue este número a sus contactos telefónicos!

Inglés y otros idiomas:

**1 (888) 275-8750,
TTY: 711**

Español:

**1 (866) 648-3537,
TTY: 711**