



VERANO DE 2020

MEMBER *Source*

Un boletín informativo para afiliados a CareSource®

¡Gracias

por ser nuestro afiliado!

Nos complace atenderle. Nos preocupamos por su salud y bienestar. Pero la salud y el bienestar implican más que solo una excelente atención médica. Con CareSource, obtiene ayuda y beneficios adicionales como:

- ✓ **Programas de recompensas** con valores de \$60, \$105 y \$225 por tomar decisiones saludables.
- ✓ **Atención odontológica y oftalmológica**, como controles, \$75 para anteojos o lentes de contacto y correctores dentales hasta los 20 años.
- ✓ **Asistencia laboral** con el Programa JobConnect™ de CareSource, traslados gratuitos a capacitaciones laborales y entrevistas de trabajo, además de exámenes de nivel GED y apoyo educativo.
- ✓ **Salud y acondicionamiento físico para niños**, con afiliación gratuita a Boys and Girls Clubs*, YMCA* y Girl Scouts*.
- ✓ **Ayuda para madres y bebés**, como extractor de leche GRATUITO, pruebas de embarazo GRATUITAS, artículos de salud GRATUITOS como un regalo de bienvenida para nuevos bebés, cepillo de dientes eléctrico para niños y un monitor de presión arterial.
- ✓ **¡Afiliación GRATUITA a Amazon Prime** para aquellos que completen sus controles de bienestar!

*Solo los clubes participantes



PERMANEZCA EN CARESOURCE

En mayo, debería recibir un aviso de Georgia Families® sobre las opciones de planes de Medicaid. Si desea permanecer en CareSource, no es necesario hacer nada. Mantendrá su plan con CareSource en forma automática. Gracias por permitirnos atenderle y mostrarle el valor del cuidado de la salud desde el corazón.

 **CareSource®**

¿Qué tienen en común la **EPOC** y la **presión arterial alta**?

EPOC



La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) dificulta la respiración. Es muy importante saber qué es la EPOC, recibir tratamiento y manejarla con cambios en el estilo de vida.

Presión arterial alta



Millones de estadounidenses tienen presión arterial alta. Para mantenerse saludable, sepa qué es la presión arterial alta y las medidas que puede tomar para manejarla.



Su dieta y actividad

Consuma alimentos sanos para mantener su peso corporal controlado. Para la presión arterial alta, enfóquese en alimentos sanos para el corazón. Intente mantenerse activo al menos 30 minutos por día, cinco días a la semana.



Medicamentos

Tome los medicamentos para la presión arterial alta y la EPOC según la receta. Solo funcionan cuando los toma regularmente. Haga que tomar sus medicamentos sea parte de su rutina. Intente colocar un portapastillas en un lugar en el que hace algo todos los días. Por ejemplo, colóquelo al lado de su cepillo de dientes por la mañana.

Conozca sus medicamentos y sus efectos. Si tiene preguntas, hágaselas a su proveedor de atención médica (PCP, primary care provider).

Servicios de intérprete

Si necesita ayuda con su plan de CareSource, estamos aquí para hacerlo. CareSource ofrece intérpretes de lenguaje de señas e idiomas gratuitos para consultas médicas cubiertas por CareSource. Nuestros intérpretes también pueden ayudar por teléfono. Llame 5 días hábiles antes de su visita para pedir un intérprete de lenguaje de señas. O bien, llame 4 días hábiles antes de su visita en el caso de otros idiomas. Para obtener más información, llame al **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 o 711).

¿Está embarazada? ¡myStrengthSM tiene herramientas en línea justo para usted!

Con frecuencia, el embarazo y los primeros años de vida pueden ser mucho para los padres. Nos complace ofrecer myStrength, una herramienta en línea GRATUITA que ayuda con el bienestar mental durante estos tiempos.

Con myStrength, puede comenzar su viaje hacia la paternidad de inmediato. Aprenda sobre el mito de los padres perfectos, cómo manejar la depresión posparto y cómo jugar con su bebé lo ayuda con su crecimiento. También recibirá apoyo cuando las cosas no salen según los planes. Puede usar myStrength a través de su cuenta de MyCareSource.com.



Prevenir el parto prematuro

Los embarazos saludables duran alrededor de 40 semanas. Los bebés que nacen antes de las 37 semanas (llamados “prematuros”) pueden tener problemas graves. Puede ayudar a reducir la probabilidad de que su bebé nazca demasiado pronto.



- Si fuma, deje de hacerlo.
- Manténgase alejada de drogas y alcohol.
- Visite a su médico al comienzo y luego, regularmente, durante el embarazo.
- Conozca su riesgo de parto prematuro
- Hable con su médico acerca de la progesterona si tiene el cuello uterino corto, ha tenido abortos espontáneos entre las 16 y las 36 semanas o ha tenido un parto prematuro.

En alrededor de la mitad de los partos prematuros, las madres no tuvieron signos de advertencia. Debe aprender los síntomas del parto prematuro:

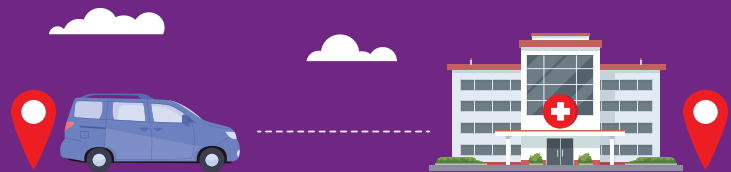


- Secreción acuosa
- Presión entre las piernas y la parte baja del vientre
- Dolor sordo en la parte baja de la espalda
- Calambres como si su período estuviera por comenzar
- Sentir que algo no está bien
- Pérdida de líquido o sangrado vaginal
- Dolores agudos, contracciones, endurecimiento o apelotonamiento del abdomen

Su médico puede darle progesterona para ayudar a reducir el riesgo de nacimiento prematuro en mujeres a quienes ya les ha ocurrido. La progesterona ayuda a que las mujeres tengan a sus bebés más cerca de la fecha prevista de parto.



Transporte: ¿necesita ayuda?



Los servicios de Planificación familiar (Family Planning) de los programas PeachCare for Kids® y Planning for Healthy Babies® de CareSource ofrecen viajes hasta para seis visitas médicas. Los afiliados a P4HB reciben transporte gratuito a clases para padres con LogistiCare. Llame al **1-855-483-6533** para programar un viaje.

Los afiliados a Medicaid de Georgia pueden programar viajes desde DCH para:

- Atención y evaluaciones médicas
- Recoger recetas
- Recoger equipos de atención médica

Para programar un viaje, llame al representante de NEMT en su región*:

- LogistiCare: **1-888-224-7981** (Centro), **1-888-224-7985** (Suroeste), **1-888-224-7988** (Este)
- Southeastrans: **1-866-388-9844** (Norte) y **1-404-209-4000** (Atlanta)

*Para afiliados sin medios de transporte.

Revise su Declaración de EOB

Siempre estamos atentos a situaciones de fraude, malversación y abuso y robo de identidad médica. CareSource envía una Explicación de beneficios (EOB) a algunos hogares. **Esto no es una factura.** Si recibe una EOB, busque las tres cosas que se indican a continuación para ayudarnos:

- 1 ¿Aparecen visitas, suministros o equipos en la lista, pero que usted no recibió?
- 2 ¿Aparecen visitas que se facturaron más de una vez?
- 3 ¿Existe alguna fecha de una visita que no le sea familiar?

Revise su EOB. Nos ayuda a asegurarnos de que nuestros proveedores no nos facturen atención que no recibió. Si cree que hay errores o fraude, háganoslo saber. Puede comunicarse con Integridad e Investigaciones del Programa si:



Llama al 1-855-202-0729 (TTY: 711); o



Nos escribe una carta o completa el formulario de denuncia de fraude, malversación o abuso. Puede encontrar el formulario en **CareSource.com**.

Envíe la carta o el formulario a:
CareSource
Attn: Program Integrity and
Investigations
P.O. Box 1940
Dayton, OH 45401-1940

Usted no tiene que dar su nombre cuando escriba o llame, pero no podremos devolverle la llamada para solicitar más información. Si elige dar su nombre, también puede comunicarse con nosotros si:



Envía un correo electrónico a
fraud@caresource.com; o
envía un fax al 1-800-418-0248

Proporcione toda la información que pueda. Su denuncia se mantendrá bajo confidencialidad, según lo permita la ley.

Conozca su estado. Hágase un examen.



Más de 1 millón



de personas tienen **VIH** (virus de inmunodeficiencia humana), el virus que causa el SIDA.



Más de 3.5 millones



de personas tienen **hepatitis C**.

Muchas personas **no saben** que tienen alguno de esos problemas de salud.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) sugieren que las personas:

- Entre las edades de 13 y 64 años se hagan el examen de VIH, al menos una vez como parte de su atención de rutina.
- Que nacieron entre 1945 y 1965 se hagan el examen de hepatitis C, al menos una vez en su vida.



Si está en riesgo de contraer alguno de esos problemas de salud, hágase el examen más a menudo. Saber si tiene alguno de esos problemas de salud es el primer paso para que usted y otras personas se mantengan saludables. Hable con su proveedor de atención primaria (PCP) acerca de hacerse el examen.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades



La prueba de detección de cáncer colorectal salva vidas

El **cáncer colorrectal** es la segunda causa de muerte por cáncer en Estados Unidos. Las pruebas de detección de cáncer de colon pueden encontrar pólipos precancerosos (crecimientos que no son normales) que se pueden extirpar antes de que se conviertan en cáncer. Si tiene 50 años o más, hable con su proveedor de atención primaria (PCP) sobre las pruebas.

Datos importantes:

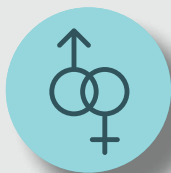
Uno en **tres** adultos (23 millones) de 50 a 75 años no se hace pruebas de detección.



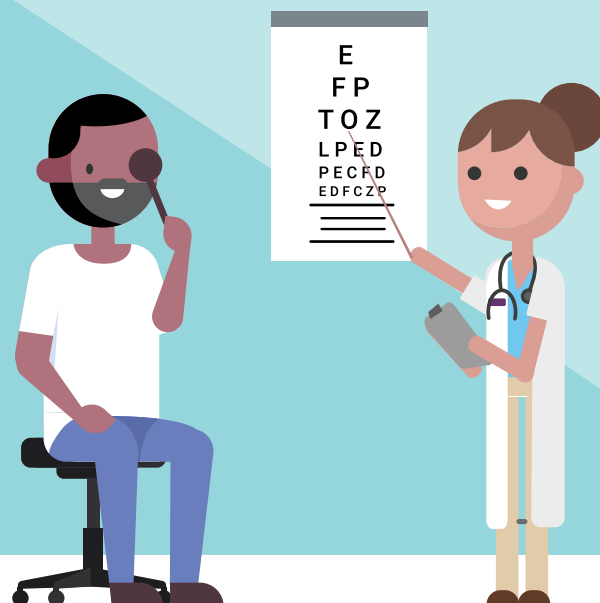
Los pólipos colorrectales y el cáncer colorrectal **no siempre causan síntomas.**



El cáncer colorrectal afecta a **mujeres y hombres de todos los grupos raciales y étnicos.**



Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades



Mantenga su visión aguda si tiene diabetes

Con el tiempo, el nivel alto de azúcar en sangre puede lastimar los pequeños vasos sanguíneos en sus ojos. Esto puede llevar a un problema de salud llamado enfermedad del ojo diabético. Las personas con diabetes tipo 1, tipo 2 y diabetes gestacional (diabetes que aparece durante el embarazo) pueden padecer enfermedad del ojo diabético. Existen pasos de atención para prevenir la enfermedad del ojo diabético:

- 1 Hágase exámenes oftalmológicos al menos una vez por año con un optometrista u oftalmólogo.
- 2 Controle su nivel de azúcar en sangre.
- 3 Mantenga una presión arterial y niveles de colesterol saludables.
- 4 Deje de fumar.
- 5 Haga ejercicio.

Detectar y tratar una enfermedad de los ojos a tiempo puede reducir el riesgo de ceguera en un 95 por ciento, antes de que ocurra pérdida de la visión importante. Hable con su proveedor de atención primaria (PCP) si tiene alguno de estos síntomas:

- Visión borrosa
- Manchas negras
- Destellos de luz
- Pérdida de la visión en uno o ambos ojos



CONOZCA SUS OPCIONES PARA ATENCIÓN

Cómo tomar la
decisión correcta
en tiempos inciertos



Llame a CareSource24®

Un/a enfermero/a puede ayudarle
a decidir dónde recibir atención

Nuestros/as enfermeros/as están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana para hablar con usted. Ofrecemos ayudar para su lesión, enfermedad o para responder preguntas de salud. Podemos ayudarle a determinar si necesita curarse usted mismo, ir a una consulta con su médico, recibir atención de urgencia o ir a la sala de emergencias.

Llame al 1-844-206-5944 (TTY: 711)



Telesalud:

Conectándolo con atención

Hable con un proveedor de salud
cuándo y dónde lo desee

CareSource ofrece atención de telesalud para que los afiliados puedan recibir atención médica en todo momento. Debido al virus COVID-19, reducir el riesgo de infección y propagación de la enfermedad es más importante que nunca. La telesalud le proporciona atención a través del teléfono, una aplicación web o una computadora. Puede recibir atención para problemas comunes de salud sin consultar a un médico en persona.

Es posible que su proveedor de atención primaria (PCP) o proveedor de salud mental ofrezcan atención de telesalud. Si su PCP no está disponible para una consulta virtual, también puede usar MYidealDOCTOR®. MYidealDOCTOR cuenta con médicos disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana que pueden revisar sus síntomas o riesgo de infección y repasar los pasos siguientes. Visite **CareSource.com** para obtener más información.

Llame a su PCP para averiguar la mejor manera de programar una consulta de telesalud. Si necesita ayuda o tiene preguntas, un administrador de la atención puede ayudarle.

**MYidealDOCTOR es para afiliados de dos años de edad y mayores y no ofrece servicios de salud mental.*





Antes de ir, sepa a dónde ir y cuándo hacerlo

Cómo elegir entre...

Atención primaria	Telesalud y MYidealDOCTOR	Clínicas de atención conveniente	Atención de urgencia	Departamento de emergencias
Abierto principalmente durante el horario de atención regular. Se requiere una cita. Para atención de rutina, enfermedades comunes y consejos. ¡Visite a su médico con frecuencia!	Fácil acceso a un médico por teléfono o computadora. Pregúntele a su PCP cómo comunicarse con su servicio de telesalud o llame a MYidealDOCTOR® al 1-855-879-4332 o visite myidealdactor.com de día o de noche, las 24 horas del día, los siete días de la semana.	Con frecuencia abierto los siete días de la semana con horarios nocturnos. Cuando no puede ver a su médico. Úselo para problemas de salud comunes o urticaria. Consulte la disponibilidad en su farmacia local.	Abierto principalmente los siete días de la semana con horarios nocturnos. Cuando su médico no está disponible. Su problema de salud no puede esperar. Si necesita radiografías o puntos para cortes profundos.	Abierto las 24 horas del día, los 365 días del año. Si está muy enfermo o necesita ayuda urgente. Problemas que ponen en riesgo la vida, como dolor en el pecho y lesiones en la cabeza.

Llame a la Línea de asesoría en enfermería

CareSource24® para obtener consejos y saber a dónde puede ir para recibir atención. 1-844-206-5944 (TTY: 711)



¡Tome sus medicamentos!

Su proveedor de atención primaria (PCP) le da un medicamento para que se sienta mejor y evitar problemas más graves. Consulte a su médico o farmacia para asegurarse de tomar el medicamento correctamente.

Algunas preguntas que puede hacer:

- ✓ ¿Con qué frecuencia debo tomarlo?
- ✓ ¿Debo tomarlo cada día a una hora u horas determinadas?
- ✓ ¿Durante cuánto tiempo debo tomar este medicamento?
- ✓ ¿Cuáles son los efectos secundarios?
- ✓ ¿Qué debo hacer si tengo efectos secundarios?
- ✓ ¿Qué debo hacer si me olvido una dosis?
- ✓ ¿Debo tomar esto con o sin alimentos?
- ✓ ¿Con qué frecuencia necesito pruebas para verificar si debo tomar este medicamento?



Podría recibir resurtidos anticipados, surtidos para 90 días o entrega a domicilio. Algunas farmacias pueden entregar o enviar recetas por correo. Llame a su farmacia local para ver si ofrecen alguno de estos servicios.



Cuide sus huesos: Entender la osteoporosis

La osteoporosis es una enfermedad de los huesos que aparece cuando los huesos se debilitan y se fracturan fácilmente. Por lo general, esto ocurre en la cadera, las muñecas o la columna vertebral.



10 millones de estadounidenses tienen osteoporosis.



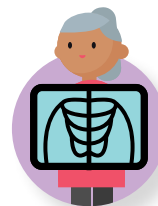
El 80 % de los pacientes con osteoporosis son mujeres.



44 millones de estadounidenses tienen densidad ósea baja.



1 en 2 mujeres mayores de 50 años se fracturará un hueso a causa de la osteoporosis.



65 es la edad en que las mujeres deberían hacerse una prueba de evaluación de la densidad ósea.

Si tiene 65 años o más, debe hacerse una prueba de densidad ósea, llamada DEXA Scan o densitometría ósea. CareSource cubre esta prueba. Se ofrece cada dos años o más si es necesario. Para prevenir la osteoporosis tome calcio y vitamina D. También debe dejar de fumar y mantenerse activo. Hable con su PCP para saber si necesita una prueba de densidad ósea.

LA ENCUESTA DICE...

La Evaluación de necesidades de salud es una parte esencial de un programa de bienestar exitoso.

Queremos que se mantenga lo más saludable que pueda. Una forma de hacerlo es hacerle preguntas sobre su salud. A estas preguntas las llamamos Evaluación de necesidades de salud, o HNA (Health Needs Assessment). ¡Si completa la HNA cada año, puede ganar \$15 en recompensas! La recompensa anual se emite a través del programa MyHealth. Visite MyCareSource.com para llegar al programa MyHealth.

Completar la HNA es sencillo. Complétela mediante una de estas dos formas:



En línea.

Inicie sesión en su cuenta segura del portal para afiliados **MyCareSource.com**. Haga clic en la pestaña **Salud**. ¿No tiene una cuenta? ¡Es fácil registrarse y crear una hoy!



Correo.

Complétela y envíenos la copia de regreso usando el sobre en su kit para nuevos afiliados.

Como afiliado a CareSource es importante que complete la HNA. Los nuevos afiliados deben completarla cuando se registran. Todos los afiliados deben completarla cada año.



Su salud, sus recompensas

¡Puede recibir recompensas por llevar un estilo de vida saludable! CareSource los recompensa a usted y a su familia por desempeñar un papel activo en estar saludables. A continuación, puede ver los programas que le pueden otorgar recompensas:



Babies First®

Las mujeres embarazadas y los niños recién nacidos pueden ganar recompensas por asistir a las consultas prenatales, posparto y del bebé sano. Obtenga más información y regístrese hoy en el programa **Babies First GA**.



Kids First

Los niños que tengan entre 16 meses y 18 años pueden ganar recompensas por asistir a sus consultas del niño sano, por recibir sus vacunas y por realizarse sus controles odontológicos de rutina. Obtenga más información y regístrese hoy en el programa **Babies First GA**.



Recompensas de MyHealth

Los adultos pueden ganar recompensas con el programa **MyHealth Rewards**. ¡Como afiliado a CareSource ya podría estar ganando recompensas! Para comenzar, simplemente inicie sesión en su cuenta **MyCareSource®**.

Para obtener más información acerca de los programas de Recompensas de CareSource, llame a Servicios para Afiliados al **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 o 711).

Cáncer de próstata.

El cáncer de póstata es el cáncer más común entre hombres en EE. UU. aparte del cáncer de piel. Los hombres con familiares que han tenido cáncer de próstata, los hombres mayores y los hombres afroamericanos están en mayor riesgo de padecer cáncer de próstata. El objetivo de las pruebas de detección de cáncer de próstata es encontrar cánceres que pueden tener alto riesgo de propagarse si no se tratan.



Averigüe los beneficios e inconvenientes de las pruebas además de diagnóstico y atención.



La mayoría de los cánceres de próstata crece lentamente y no causa problemas de salud en hombres que tienen cáncer.



Hable con su proveedor de atención primaria (PCP) sobre las pruebas.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades



MIRE...

Actualización de beneficios de productos para el cuidado de la vista

CareSource se complace en anunciar una alianza con Superior Vision®. Superior Vision ofrece atención oftalmológica de rutina para nuestros afiliados. Los servicios son:

- Examen oftalmológico de rutina
- Lentes correctivos, monturas y lentes de contacto

Superior Health, una compañía de Versant Health, cuenta con una extensa red en Georgia. Esto hace que ver un médico sea sencillo.

Asegúrese de que su médico de los ojos esté en la red de Superior. Debe verificar esto antes de planificar una visita. Visite findadoctor.caresource.com para usar la herramienta en línea Encontrar un médico. También puede llamar a Servicios para Afiliados al **1-855-202-0729** (TTY: 711). Estamos aquí para ayudarle.

¿Qué son las experiencias adversas de la infancia (ACE)?

Las experiencias adversas de la infancia (adverse childhood experiences, ACE) son eventos o entornos traumáticos que dañan el sentido de seguridad y apoyo de un niño. Las ACE ocurren durante la juventud (0 a 17 años).



Eventos traumáticos

- enfrentar peleas o sufrir abuso
- ver peleas en el hogar o la ciudad
- que un miembro de la familia intente suicidarse o se suicide

Entornos

- abuso de alcohol o drogas
- problemas de salud mental
- divorcio o tener un familiar en la cárcel/prisión

¿Cuán grande es el problema?

- **Las ACE son comunes.** El 61 % de los adultos encuestados en 25 estados dijo haber enfrentado al menos un tipo de ACE. 1 de 6 dijo que tuvo cuatro o más tipos de ACE.
- **Detener las ACE podría ayudar a reducir muchas afecciones de salud.**
- Las ACE están vinculadas a problemas de salud de por vida, salud mental deficiente y abuso de drogas y alcohol. Al detener las ACE se podrían haber evitado hasta 1.9 millones de casos de enfermedad cardíaca y 21 millones de casos de depresión.
- **Algunos niños están en mayor riesgo que otros.** Las mujeres y muchos grupos raciales/étnicos están en mayor riesgo. Ellos podrían enfrentar hasta cuatro o más tipos de ACE.
- **Las ACE son costosas.** Los costos para los hogares y ciudades suman cientos de miles de millones de dólares por año.

¿Cuáles son las inquietudes?

Las ACE están fuertemente vinculadas con un mayor riesgo de enfermedades y menor bienestar.



La adversidad en las primeras etapas de la vida tiene efectos duraderos.



¿Cómo podemos prevenir las ACE?

Ayuda a generar relaciones seguras y enriquecedoras y entornos saludables para niños. Los CDC diseñaron seis tácticas para detener las ACE. Vaya a www.cdc.gov/violenceprevention/childabuseandneglect/aces/fastfact.html para obtener más información.

Si un ser querido ha sufrido ACE, hable con su proveedor de atención primaria (PCP). Puede ayudarlo con los siguientes casos.

Deje su currículum como nuevo con estos sencillos consejos

Este es un excelente momento para actualizar su currículum. Aquí hay algunos consejos para ayudarlo a comenzar.

Nombre Apellido

email@domain.com
123.456.7890



EDUCACIÓN

MES, AÑO
TÍTULO (si corresponde)
ESCUELA
MES, AÑO
TÍTULO (si corresponde)

PERFIL

Detalles sus antecedentes laborales

Su nombre debe estar en negrita y en un tamaño de fuente más grande que el resto del texto. Ponga su correo electrónico y número de teléfono debajo de su nombre en un tamaño de fuente más pequeño.

EXPERIENCIA LABORAL

MES, AÑO · CARGO OCUPADO
Nombre de la compañía

RESPONSABILIDADES

- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.

MES, AÑO · CARGO OCUPADO
Nombre de la compañía

RESPONSABILIDADES

- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.

MES, AÑO · CARGO OCUPADO
Nombre de la compañía

RESPONSABILIDADES

- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.
- Utilice este espacio para describir su cargo actual.

HABILIDADES

INGRESE UNA HABILIDAD ■■■
INGRESE UNA HABILIDAD ■■■■
INGRESE UNA HABILIDAD ■■
INGRESE UNA HABILIDAD ■■■■■

LOGROS

ENUMERAR PUNTOS
ENUMERAR PUNTOS
ENUMERAR PUNTOS
ENUMERAR PUNTOS

Edite su currículum al menos una vez por año con sus habilidades laborales más actualizadas. Escriba algunas de las cosas clave que hace cada día en su trabajo.

Asegúrese de tener una lista de reconocimientos especiales, hitos y éxitos, como Empleado del mes o Vendedor del año.

Muestre impacto mediante números en la medida de lo posible. Esto podría ser destacar la cantidad de clientes que atiende, la cantidad de llamadas que recibe o la cantidad de proyectos que hace regularmente.

Asegúrese de destacar sus habilidades. Puede usar habilidades amplias, como creatividad o resolución de problemas. O bien, puede usar habilidades como ingreso de datos o líder de proyectos.



CONSEJO ÚTIL: Busque errores, como gramática y ortografía.



Atención de seguimiento para **niños y adolescentes con TDAH (ADHD, por sus siglas en inglés)**

Tratar el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) no termina con medicamentos y un plan de atención. La atención continua es muy importante para el éxito de su hijo.

1 Visitas al proveedor de atención primaria (PCP): Cuando se le recetan a su hijo medicamentos para el TDAH por primera vez, se le pedirá que se mantenga en contacto con el PCP de su hijo. Le pedirán que regrese para las visitas de seguimiento y así asegurarse de que tenga el medicamento, la dosis y el plan correctos.

- La Sociedad Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics) sugiere regresar para un control dentro del primer mes. En esta visita, el PCP puede verificar cómo está reaccionando su hijo al medicamento.
- Es posible que le indiquen que debe programar visitas cada tres meses durante el primer año.
- El PCP de su hijo le dirá con qué frecuencia debe programar las visitas después de eso.

2 Controlar el progreso: la atención para el TDAH con frecuencia involucra medicamentos, terapia y apoyo para padres y maestros. El objetivo es apoyar a su hijo a alcanzar sus metas, como interacciones familiares más tranquilas o mejores hábitos de estudio.

- Controle su progreso a través de informes diarios, hojas de calificación o cuadros.
- Manténgase en contacto con los maestros y controle las metas escolares.
- Si su hijo no progresa, hable con su PCP, terapeuta o coordinador de atención.

¡Puede recibir \$10 de recompensa cuando su hijo vaya a su visita de los 30 días después de que se le receten medicamentos para el TDAH! También recibirá recompensas cuando concurra a dos visitas más en un plazo de 10 meses. Sus recompensas pueden ser de hasta \$30.



¡Registrarse es fácil! Siga estos pasos:

- 1. En línea:** Regístrese en nuestro sitio web en Kids First en [CareSource.com/documents/ga-med-member-rewards/](https://www.caresource.com/documents/ga-med-member-rewards/).
- 2. Por teléfono:** Llame a Servicios para Afiliados al **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 o 711). El horario es de 7 a. m. a 7 p. m., de lunes a viernes.

Aplicación móvil de CareSource:

¡Tener la aplicación de CareSource en su teléfono inteligente hace que usar sus beneficios sea muy rápido!



Un **NUEVO** Centro de mensajes le ayuda a ver actualizaciones de CareSource. Use el Centro de mensajes como la bandeja de entrada de su correo electrónico. Le dirá cuando tenga un nuevo registro para ver.



MYidealDOCTOR®: nuestro proveedor de telesalud está en la aplicación de CareSource. Puede hablar con un médico en cualquier momento, las 24 horas del día, los siete días de la semana. Solo debe registrarse y responder algunas preguntas. ¡Un médico le devolverá la llamada, con frecuencia en un plazo de 15 minutos!



If you, or someone you're helping, have questions about CareSource, you have the right to get help and information in your language at no cost. Please call the member services number on your member ID card.

ARABIC

إذا كان لديك، أو لدى أي شخص تساعد، أية استفسارات بخصوص CareSource، فيحق لك الحصول على مساعدة ومعلومات مجانيًا وباللغة التي تتحدث بها. للتحدث إلى أحد المترجمين الفوريين، رجي الاتصال على رقم خدمة الأعضاء الموجود على بطاقة تعريف العضو الخاصة بك.

AMHARIC

እርስዎ፣ ወይም እርስዎ የሚያግዙት ግለሰብ፣ ስለ CareSource ጥያቄ ካላችሁ፣ ያለ ምንም ከፍቶ በቋንቋዎ እርዳታና መረጃ የማግኘት መብት አላችሁ። ከአስተርጓሚ ጋር እባክዎን በመታወቁዎ ካርዱ ላይ ባለው የአገልግሎቶች ቁጥር ይደውሉ።

BURMESE

CareSource အကြောင်း သင် သို့မဟုတ် သင်အကူအညီပေးနေသူ တစ်စုံတစ်ယောက်က မေးမြန်းလာပါက သင်ပြောဆိုသော ဘာသာစကားဖြင့် အကူအညီနှင့် အချက်အလက်များအား အခမဲ့ ရယူနိုင်ရန် အခွင့်အရေးရှိပါသည်။ ဘာသာပြန်တစ်ဦးအား ရွေးချယ်၊ ပြုပြင်ကြိုက် အသံဖြင့် ကြိုကြက်ရပေါ်ရုံ အသံဖြင့် ကြို ဝက်စ် ဝက်င်မူဝင်ပါဝင်နိုင်သည့် ဓာတ်နံ့။

CHINESE

如果您或者您在帮助的人对 CareSource 存有疑问，您有权免费获得以您的语言提供的帮助和信息。如果您需要与一位翻译交谈，请拨打您的会员 ID 卡上的会员服务电话号码。

CUSHITE – OROMO

Isin yookan namni biraa isin deeggartan CareSource irratti gaaffii yu qabaattan, kaffalliti irraa bilisa haala ta'een afaan keessaniin odeeffannoo argachuuf ni deeggarsa argachuuf mirga ni qabdu. Nama isiniif ibsu argachuuf, Maaloo lakkoofsa bilbilaa isa waraqa eenyummaa keessan irra jiruun tajaajila meenseensaatiif bilbilaa.

DUTCH

Als u, of iemand die u helpt, vragen heeft over CareSource, hebt u het recht om kosteloos hulp en informatie te ontvangen in uw taal. Als u wilt spreken met een tolk. Bel naar het nummer voor ledendiensten op uw lidkaart

FRENCH (CANADA)

Des questions au sujet de CareSource? Vous ou la personne que vous aidez avez le droit d'obtenir gratuitement du soutien et de l'information dans votre langue. Pour parler à un interprète. Veuillez communiquer avec les services aux membres au numéro indiqué sur votre carte de membre.

GERMAN

Wenn Sie, oder jemand dem Sie helfen, eine Frage zu CareSource haben, haben Sie das Recht, kostenfrei in Ihrer eigenen Sprache Hilfe und Information zu bekommen. Um mit einem Dolmetscher zu sprechen, Bitte rufen Sie die Mitglieder-Servicenummer auf Ihrer Mitglieder-ID-Karte an

GUJARATI

વિશ્વજીવનના કોઈ પણ સ્થાને જોઈ શકાય તેવા સ્વચ્છતાના સંકેતો તરીકે આ પ્રશ્નો હોરો તો તમને મદદ અને મ હાલની મેળિનીનો અવિકર છે. તે ખર્ચ વિન તમ રી ભ પ મં પ્ર પત્ત કરી શક ર છે. દ ભ વપરો તિત કરિ મ ટે, કૃપા કરીને તમારા સભ્ય આઈડી કાર્ડ પર સભ્ય સેવા માટે ના નંબર પર કોન કરો.

HINDI

यदि आपके, या आप जिसकी मदद कर रहे हैं उसके CareSource के बारे में कोई सवाल हैं तो आपके पास बगैर किसी लागत के अपनी भाषा में सहायता और जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है। एक दुभाषिण से बात करने के लिए कॉल करें, कृपया अपने सदस्य आईडी कार्ड पर दिये सदस्य सेवा नंबर पर कॉल करें।

ITALIAN

Se Lei, o qualcuno che Lei sta aiutando, ha domande su CareSource, ha il diritto di avere supporto e informazioni nella propria lingua senza alcun costo. Per parlare con un interprete. Chiamare il numero dei servizi ai soci riportato sulla tessera di iscrizione.

JAPANESE

ご本人様、または身の回りの方で、CareSource に関するご質問がございましたら、ご希望の言語でサポートを受けたり、情報を入手したりすることができます（無償）。通訳をご利用の場合は、お持ちの会員IDカードにある、会員サービスの電話番号までお問い合わせ下さい。

KOREAN

귀하 본인이나 귀하께서 돕고 계신 분이 CareSource에 대해 궁금한 점이 있으시면, 원하는 언어로 별도 비용 없이 도움을 받으실 수 있습니다. 통역사가 필요하시면 다음 번호로 전화해 귀하의 회원 ID 카드에 적힌 회원 서비스 팀 번호로 전화하십시오.

PENNSYLVANIA DUTCH

Wann du hoscht en Froog, odder ebber, wu du helpscht, hot en Froog baut CareSource, hoscht du es Recht fer Hilf un Information in deinre eegne Schprooch griege, un die Hilf koschtet nix. Wann du mit me Interpreter schwetze wilt, Bel alstublieft met het Lederservice nummer op uw lid ID -kaart.

RUSSIAN

Если у Вас или у кого-то, кому Вы помогаете, есть вопросы относительно CareSource, Вы имеете право бесплатно получить помощь и информацию на Вашем языке. Для разговора с переводчиком. Пожалуйста, позвоните по телефону отдела обслуживания клиентов, указанному на вашей идентификационной карточке клиента.

SPANISH

Si usted o alguien a quien ayuda tienen preguntas sobre CareSource, tiene derecho a recibir esta información y ayuda en su propio idioma sin costo. Para hablar con un intérprete. Por favor, llame al número de Servicios para Afiliados que figura en su tarjeta de identificación.

UKRAINIAN

Якщо у вас, чи в особи, котрій ви допомагаєте, виникнуть запитання щодо CareSource, ви маєте право безкоштовно отримати допомогу та інформацію вашою мовою. Щоб замовити перекладача, Зателефонуйте за номером обслуговування учасників, який вказано на вашому посвідченні учасника

VIETNAMESE

Nếu bạn hoặc ai đó bạn đang giúp đỡ, có thắc mắc về CareSource, bạn có quyền được nhận trợ giúp và thông tin bằng ngôn ngữ của mình miễn phí. Để nói chuyện với một thông dịch viên. Vui lòng gọi số dịch vụ thành viên trên thẻ ID thành viên của bạn.



Aviso de no discriminación



CareSource cumple con las leyes sobre derecho civil estatales y federales y no discrimina por motivos de edad, género, identidad, color, raza, incapacidad, origen nacional, estado civil, preferencia sexual, filiación religiosa, estado de salud o estado de asistencia pública. CareSource no excluye a las personas, ni las trata diferente debido a la edad, el género, la identidad de género, el color, la raza, una incapacidad, el origen nacional, el estado civil, la preferencia sexual, la filiación religiosa, el estado de salud o el estado de asistencia pública.

CareSource brinda ayuda y servicios gratis a las persona con incapacidades que deseen comunicarse de manera eficaz con nosotros, como: (1) intérpretes de lengua de señas calificados y (2) información escrita en otros formatos (impresión en tamaño grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos). Además, CareSource brinda servicios de idioma gratis a personas cuyo idioma principal no es el inglés, como: (1) intérpretes calificados y (2) información escrita en otros idiomas. Si necesita estos servicios, llame a Servicios para Afiliados al número que figura en su tarjeta de identidad (ID).

Si cree que CareSource no le ha proporcionado los servicios antes mencionados o lo ha discriminado de otra forma basándose en la edad, el sexo, la identidad de género, el color, la raza, una discapacidad, el origen nacional, el estado civil, la preferencia sexual, la filiación religiosa, el estado de salud o el estado de asistencia pública, puede presentar una queja ante:

CareSource
Attn: Civil Rights Coordinator
P.O. Box 1947, Dayton, Ohio 45401
1-844-539-1732, TTY: 711
Fax: 1-844-417-6254

CivilRightsCoordinator@CareSource.com

Puede presentar una queja por correspondencia, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, el Coordinador de derechos civiles se encuentra disponible para ayudarlo.

Puede, además, presentar un reclamo relacionado con los derechos civiles de forma electrónica en el Portal de reclamos de la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights), disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correspondencia o teléfono a:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW Room 509F
HHH Building Washington, D.C. 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Los formularios de reclamos se encuentran disponibles en
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.



PO Box 723308
Atlanta, GA 31139 0308

CareSource.com

Departamento de Servicios para Afiliados:

1-855-202-0729

(TTY: 1 800 255 0056 o 711)

CareSource24®

Línea de asesoría en enfermería las 24 horas:

1-844-206-5944

(TTY: 1 800 255 0056 o 711)

Únase a nosotros



Facebook.com/**CareSourceGA**



Twitter.com/**CareSource**



Instagram.com/**CareSource**



Pinterest.com/**CareSource**

¡Queremos saber de usted!



Nuestros afiliados nos importan. ¡Es por eso que queremos saber de usted! Vaya al enlace que aparece a continuación y háganos saber qué temas le gustaría ver en sus boletines informativos. La encuesta solo toma de 2 a 3 minutos.

CareSource.com/NewsletterSurvey



Gracias por confiarle sus necesidades de atención médica a CareSource.