CareSource®
P.O. Box 723308
Atlanta, Georgia 31139-0308
CareSource.com

CÓMO CONTACTARNOS

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**

SÍGANOS

Facebook.com/**CareSource**
Twitter.com/**CareSource**
Instagram.com/**CareSource**
Pinterest.com/**CareSource**

Non-Profit
US Postage
PAID
CareSource

¡MANTENGA LOS GÉRMENES LEJOS DE USTED!

Los antibióticos se usan para tratar y prevenir algunos tipos de infección causados por bacterias. Los antibióticos no funcionan en infecciones virales como el resfrío común o la gripe. Su proveedor de atención médica puede ayudarle a decidir si necesita antibióticos.

¡Lavarse las manos ayuda con la prevención!

Lavarse las manos es una de las formas más importantes para evitar un resfrío o una gripe. Al lavarse las manos, siga estos cinco pasos sencillos recomendados por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention):

1. **Mójese** las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y aplique jabón.
2. **Haga espuma** frotándose las manos con el jabón. Asegúrese de enjabonar la parte posterior de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. **Frótese** las manos durante 20 segundos, como mínimo. ¿Necesita un cronómetro? Tararee la canción “Feliz cumpleaños” de principio a fin dos veces.
4. **Enjuáguese** bien las manos dejando que corra el agua limpia.
5. **Séquese** las manos usando una toalla limpia o déjelas secar al aire.

GA-MMED-2285 | DCH File & Use 6/8/2018
©2018 CareSource. Todos los derechos reservados.

VERANO DE 2018

MEMBERSource

Un boletín informativo para afiliados a CareSource

EN ESTE NÚMERO:

2 Obtenga recompensas
4 CareSource Life Services
5 ¿A dónde voy para que me atiendan?
7 Atención oftalmológica para diabéticos

Si tiene preguntas acerca de los beneficios o cómo usarlos, llame a Servicios para afiliados al **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 o 711). Atendemos de lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 7:00 p. m.

CareSource®

¡GRACIAS POR SER NUESTRO AFILIADO!

Gracias por afiliarse a CareSource. Estamos felices de servirle. Nos preocupamos por su salud y bienestar. Sin embargo, somos conscientes de que su salud y bienestar van más allá de solo una excelente atención médica. Es por esa razón que le ofrecemos una atención adicional y los siguientes beneficios:

Beneficios de odontología y oftalmología – Los adultos y niños reciben atención odontológica y oftalmológica adicional.

Fácil acceso a la atención médica – Visite las clínicas de salud que se encuentran en los establecimientos minoristas de su vecindario. Hable con un médico disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana, por teléfono o video en red a través de MYIdealDOCTOR™. Llame a CareSource24®, nuestra línea de asesoría en enfermería disponible las 24 horas.

Programa de recompensas – Complete las actividades para una vida saludable y gane recompensas. Tenemos programas de recompensas para todas las edades que incluyen Babies First, Kids First y MyHealth.

Ayuda para encontrar trabajo – Se le brinda orientación personal y ayuda para encontrar trabajo. Y se le ofrece apoyo después de que haya comenzado un trabajo nuevo. El programa JobConnect de CareSource también le ofrece el examen de GED sin costo y ayuda para estudiar.

Programa Help4U – Los administradores de servicios de atención pueden ayudarle con sus necesidades más urgentes como vivienda y servicios públicos.

Salud y acondicionamiento físico para niños – En colaboración con las organizaciones locales, sus niños pueden participar en actividades para estar saludables y en buena forma, sin costo alguno.

Express Banking® – Puede abrir una cuenta bancaria a través de Fifth Third Bank sin cargo mensual por el servicio, sin requisitos de saldo, sin comisiones por sobregiro y pedir una tarjeta de débito para compras.

Aplicación móvil de CareSource – Puede tener acceso a la información de su plan de salud sobre la marcha.

CONTINÚE SU ATENCIÓN CON CARESOURCE

En mayo, recibirá una aviso de Georgia Families® sobre las opciones de planes de Medicaid. Si desea continuar con CareSource, no necesita hacer nada. Mantendrá su plan con CareSource en forma automática. Esperamos que nos permita seguir prestándole servicios y brindándole atención médica con el corazón.

Gane recompensas con el programa Babies First

Para tener un bebé saludable debe comenzar antes de quedar embarazada. Vea a su proveedor de atención médica antes y durante el embarazo. ¡Es lo mejor que puede hacer por su nuevo bebé!

Asegúrese de registrarse en el programa Babies First. Usted puede ganar hasta **$225** en recompensas. A continuación le explicamos cómo funciona:

1. Recibirá por correo una tarjeta de recompensas My CareSource® Rewards. La tarjeta tendrá una carga inicial de $15 solo por registrarse.
2. Vaya a sus citas médicas mientras esté embarazada y después de que haya nacido el bebé. Usted ganará hasta $210 más en recompensas
3. Puede usar las recompensas en muchas de las tiendas de su localidad.

CareSource también apoya el programa de atención prenatal CenteringPregnancy®, así como CenteringParenting. Estos proporcionan evaluaciones médicas, capacitación y apoyo.

RECIBA RECOMPENSAS

Como afiliado a CareSource, puede ganar recompensas por realizar actividades para estar saludable.

EL PROGRAMA DE RECOMPENSAS INCLUYE:

Programa Babies First – Las mujeres embarazadas y los bebés hasta los 15 meses pueden ganar hasta $225. Gane recompensas por mantener sus citas prenatales, las de niño sano y mucho más. (Necesitará inscribirse en este programa).

Kids First – Este programa es para niños de 16 meses a 18 años. Gane hasta $60 por cada niño por sus exámenes regulares y atención odontológica, vacunas y más. (Necesitará inscribirse en este programa).

MyHealth – Los adultos de 18 años y más pueden ganar hasta $105 (o más). Hay recompensas por exámenes anuales, pruebas de detección, dejar de fumar y más.

¡Averigüe cómo puede comenzar hoy! Visite **CareSource.com/GA/Medicaid** o póngase en contacto con Servicios para afiliados.

¿NO PUEDE CONSEGUIR UNA CITA CON SU MÉDICO ?

Tenemos opciones para usted. Visite una clínica de atención conveniente que se encuentre cerca de una farmacia o supermercado. Los pacientes que llegan sin cita previa son bienvenidos. Muchas de estas clínicas están abiertas por las noches y los fines de semana.

Las clínicas pueden ofrecer:

- Un diagnóstico de enfermedades y lesiones comunes
- Vacunas
- Exámenes físicos para la escuela
- Y mucho más

Para encontrar una clínica cerca de usted:

1. Ingrese a **CareSource.com**.
2. Haga clic en “Find a Doctor/Provider” (Encontrar un médico/proveedor).
3. Busque “clinics" (clínicas)

También puede llamar a Servicios para afiliados para obtener ayuda. El número se encuentra en su tarjeta de identificación.

¿NECESITA TRANSPORTE PARA IR AL MÉDICO?

Podemos ayudarle. Solo tiene que llamar a Servicios para afiliados. El número se encuentra en su tarjeta de identificación de afiliado.

REVISE LA DECLARACIÓN DE SU EOB

CareSource envía la declaración Explicación de beneficios (EOB) a los hogares de algunos afiliados. Esto nos ayudará a monitorear el fraude, la malversación y el abuso potenciales. **Esta declaración no es una factura.** Si recibe una factura, ayúdenos. Puede verificar lo siguiente:

- ¿Hay algún servicio, insumo o equipo descrito que usted no haya recibido?
- ¿Hay servicios que se facturaron más de una vez?
- ¿Hay fechas del servicio que no le son familiares?

Si sospecha errores o fraude, háganoslo saber. Usted puede:

- Llamar al **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 o 711). Elija la opción de menú para denunciar un fraude.
- Escríbanos una carta o complete nuestro formulario de informe confidencial que puede encontrarlo en **CareSource.com**. Envíelo por correo a:
  CareSource
  Attn: Special Investigations Unit
  P.O. Box 1940
  Dayton, OH 45401-1940

No es necesario que se identifique cuando escriba o nos llame. Si no le molesta darnos su nombre, puede:

- Enviar un correo electrónico a fraud@caresource.com
- Enviar un fax al 1-800-418-0248

Si no nos proporciona su nombre, no podremos devolverle el llamado para pedirle más información. Proporcione la mayor cantidad de detalles como sea posible. Su denuncia se mantendrá confidencial en la medida en que lo permita la ley.

PREPÁRESE

Tres cosas muy importantes que debe llevar a su próxima cita médica.

1. **Su tarjeta de afiliado**
2. **Una lista de preguntas que desee hacerle a su médico**
3. **Una lista de todos los medicamentos que usted está tomando**

Actualizaciones de la lista de medicamentos

Averigüe si sus medicamentos están cubiertos por el plan. Para acceder, solo visite este enlace:

CareSource.com/find-my-prescriptions

Cambios trimestrales y actualizaciones en **CareSource.com**, en la página "Farmacia" de su plan. Si no tiene acceso a Internet, llame a Servicios para afiliados. Podemos ayudarle.

LOGRE SUS SUEÑOS CON LIFE SERVICES DE CARESOURCE

El 88 % de los afiliados a Life Services de CareSource han encontrado trabajo y han conservado sus empleos.

Nuestro programa Life Services (Servicios para la vida) puede ayudarle a conseguir y mantener el empleo que usted necesita para salir adelante. Su propio consejero de vida de CareSource puede ayudarle a:

- Encontrar trabajo
- Desarrollar técnicas para usar en una entrevista
- Crear presupuestos
- Termine su GED
- ¡Y mucho más!

Los servicios de Life Services se ofrecen sin ningún costo. Este servicio también está disponible para los padres o tutores de los afiliados a CareSource. Déjenos que le ayudemos a desarrollar un plan personal para el éxito.

¿Le gustaría recibir más detalles?

Solo contáctenos:

- Correo electrónico: **LifeServicesGeorgia@caresource.com**
- Teléfono: **1-844-607-2828**
- En línea: **https://secureforms.caresource.com/en/LSRInfo/ga**

AYUDA PARA MADRES LACTANTES

¿Usted amamanta a su bebé o planea hacerlo cuando nazca el bebé? Queremos que cuente con las herramientas necesarias para que lo haga satisfactoriamente. Puede conseguir un extractor de leche materna para que le ayude cuando esté lejos de su bebé. Puede conseguir los extractores de leche en Ameda Direct sin costo alguno.

Puede ordenarlo de dos maneras:

1. **En línea:**
   Ingrese a https://insured.amedadirect.com. Llene el formulario en línea.
2. **Por teléfono:**
   Llame al 1-855-791-0064.

Ameda Direct se pondrá en contacto con su proveedor de atención médica para verificar la orden. Luego, le enviará el extractor de leche directamente a usted. Ameda también le brinda acceso a información en línea sobre la lactancia y cuenta con un centro de llamadas para comunicarse con un especialista en lactancia.

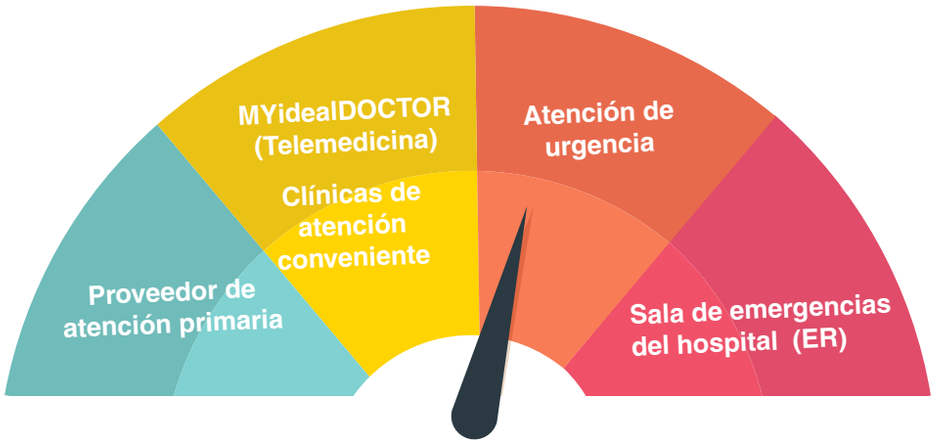
¿Está embarazada? No fume

El tabaco es malo para usted y su bebé. Puede provocar que su bebé nazca antes de tiempo o que sea demasiado pequeño. También aumenta el riesgo de presentar ciertos defectos de nacimiento e, incluso, de muerte.

Si consume tabaco, hable con su médico acerca de la mejor estrategia para dejar de fumar. También puede llamar a Servicios para afiliados. Podemos decirle las opciones que tiene para dejar de fumar y otros beneficios prenatales que ofrecemos. Nunca es demasiado tarde para dejar de fumar. Es lo mejor que puede hacer por usted y su bebé.

¿A DÓNDE VOY PARA QUE ME ATIENDAN?

A veces, cuando necesitamos atención médica, no estamos seguros de adónde ir o a quién llamar. La guía siguiente le ayudará a decidir qué tipo de proveedor de atención médica debe elegir para su situación de salud.



Proveedor de atención primaria (PCP)

Los PCP atienden citas médicas durante el horario normal de oficina. Su PCP lo conoce a usted y conoce su salud, y es el mejor lugar donde puede ir para la atención de rutina, detección de enfermedades comunes y asesoría.

MYidealDOCTOR (Telemedicina)

Una manera rápida y fácil de conseguir atención cuando su médico está fuera o su problema es urgente, pero no es una emergencia. Puede usar MYidealDOCTOR™ llamando al 1-855-879-4332, visitando el sitio web www.myidealdoctor.com o descargando la aplicación MYidealDOCTOR en su teléfono celular.

Clínicas de atención conveniente (dentro de Walmart, CVS y supermercados Kroger)

Las clínicas de atención conveniente se usan más cuando usted no puede ver a su PCP y necesita que le traten la tos, la sinusitis, un resfrío, dolor de garganta o recibir inmunizaciones. Por lo general, están abiertas los 7 días de la semana con horarios nocturnos y de fin de semana.

Atención de urgencia

La mayoría de los proveedores de atención de urgencia atiende los 7 días de la semana con horarios nocturnos y de fin de semana. Úsela cuando su médico no esté disponible y su afección o lesión no pueda esperar. Los afiliados usan la atención de urgencia para radiografías, cortes profundos o infecciones menores.

Sala de emergencias del hospital (ER)

Está abierta las 24 horas del día, los 365 días del año. Vaya a la ER cuando se sienta muy enfermo, necesite ayuda inmediata o se encuentre en una situación de riesgo de vida, como un dolor de pecho, una lesión en la cabeza o un traumatismo.

CareSource24

Si no está seguro de necesitar un médico o si debe ir a una sala de emergencias, puede llamar primero a CareSource24® al 1-844-206-5944 (TTY: 1-800-255-0056 o 711). La Línea de asesoría en enfermería de CareSource24 puede ayudarle a decidir sobre el mejor curso de acción para sus síntomas. Incluso le pueden transferir a MYidealDOCTOR. No necesita hacer otra llamada.

LA ATENCIÓN MÉDICA SE BRINDA CON SOLO UNA LLAMADA

¡Ahora puede hablar con un proveedor de atención médica usando su teléfono o computadora las 24 horas del día, los 7 días de la semana! Con MYidealDOCTOR™, los afiliados pueden consultar a un médico certificado por la junta sobre enfermedades y lesiones menores cuando no puedan esperar para ver a su médico de atención principal y no necesitan ir a la sala de emergencias.

Algunas de las excelentes razones por las que debe usar MYidealDOCTOR:	Algunas razones por las que desearía hablar con MYidealDOCTOR:
1. Llame desde la comodidad de su hogar de día o de noche. 2. Llame desde su teléfono o use su tableta o la computadora. 3. Hable con un médico en minutos. 4. Si fuera necesario, se enviará su receta médica a una farmacia de su localidad.	1. Síntomas de resfrío o gripe. 2. Sinusitis/Alergias. 3. Infección de vejiga. 4. Lesiones menores. 5. Y más.

¡Es fácil y rápido!

Llame a MYidealDOCTOR al 1-855-879-4332 o visite www.MYidealDOCTOR.com. Si no está seguro de si necesita ver a un médico o ir a la sala de emergencias o recibir atención de urgencia, puede llamar a nuestra Línea de enfermería de atención las 24 horas del día al número 1-844-206-5944 (TTY: 800-255-0056 o 711).

Tenga un plan de acción contra el asma

20 MILLONES DE personas en EE. UU. sufren de asma

El asma es una enfermedad que afecta a sus pulmones. Durante un ataque de asma, las vías respiratorias se contraen y de los pulmones entra y sale menos aire. La mucosa obstruye las vías respiratorias cada vez más. Esto hace difícil la respiración.

El asma se puede controlar tomando medicamentos y evitando los desencadenantes que causan el ataque. Los desencadenantes comunes incluyen humo de tabaco, ácaros del polvo, hongos, contaminación del aire y mascotas. Debe deshacerse de los desencadenantes que hacen que empeore su asma.

Si tiene asma, debe tener un plan de acción contra el asma. Un plan de acción contra el asma es un plan por escrito que usted desarrolla con su proveedor de atención médica. Le ayuda a manejar su asma Este incluye:

- **Un plan de tratamiento diario,** que incluye el tipo de medicamentos a tomar y la frecuencia con la que se deben tomar.
- **Cómo manejar el asma a largo plazo.**
- **Cómo manejar el asma cuando empeora o se presentan los ataques.**
- **Qué hacer en una emergencia.**

ATENCIÓN OFTALMOLÓGICA PARA DIABÉTICOS

¿Tiene diabetes? La diabetes puede afectar los vasos sanguíneos de los ojos. Cuándo los problemas en los ojos se detectan a tiempo, existen muy buenos tratamientos. Incluso si está viendo bien, necesita hacerse exámenes regulares de ojo dilatado para proteger la vista.

Pregúntele a su proveedor de atención médica si le puede ayudar a encontrar un oftalmólogo que atienda a pacientes con diabetes. Debe dejar que dilaten y examinen sus ojos una vez por año.

Estamos aquí para ayudarle

CareSource tiene programas para el control de enfermedades. Le pueden ayudar a usted o a su hijo con el asma, la diabetes o la hipertensión.

Podemos enviarle información por correo para ayudarle a manejar mejor su afección. Le recomendamos que hable con su proveedor de atención médica. Si tiene preguntas, llámenos al **1-844-438-9498**.

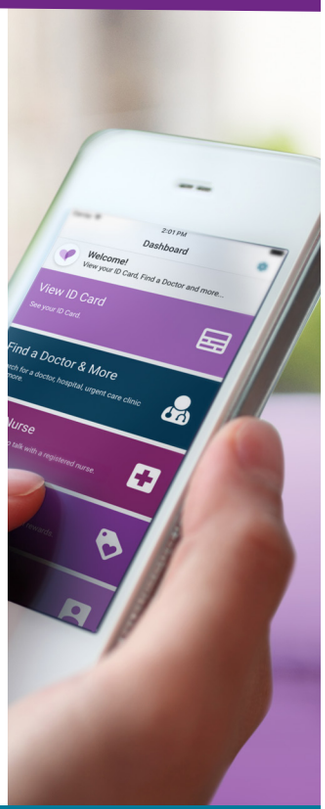
¿Es posible que esté embarazada?

Averíguelo con una prueba de embarazo gratuita disponible para las afiliados a CareSource en todas las farmacias de los supermercados Kroger. Solo muestre su tarjeta de CareSource y pídale al farmacéutico una prueba de embarazo. Recibirá una folleto con los pasos a seguir para saber si está o no embarazada.

¡MANEJE SU PLAN DE SALUD SOBRE LA MARCHA CON LA APLICACIÓN DE CARESOURCE!

- Acceda a su cuenta segura de My CareSource®.
- Vea su tarjeta de identificación de afiliado digital.
- Encuentre un médico, hospital, clínica, atención de urgencia o farmacia.
- Llame para hablar con un médico o enfermero/a.
- Llame a Servicios para afiliados a CareSource y a JobConnect.
- ¡Y mucho más!

Descargue la aplicación móvil de CareSource sin costo alguno.



LLÁMENOS

¿NO TIENE ACCESO A INTERNET? NO HAY PROBLEMA.
SOLO LLAME A SERVICIOS PARA AFILIADOS AL **1-855-202-0729** (TTY: 1-800-255-0056 O 711). ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDARLE.