OTOÑO DE 2020

MEMBER*Source*

Un boletín informativo para los afiliados a CareSource®

La nueva normalidad

Mascarillas. Negocios cerrados. Distanciamiento social. Niños conectados a Zoom para hacer las tareas escolares. El año 2020 ha traído muchos cambios a nuestras vidas, algunos temporales y otros más permanentes.

En el caso de la atención médica, las cosas también han cambiado. La telemedicina se está convirtiendo en un servicio de rutina. También se prevén normas de distanciamiento social en las citas médicas. En CareSource, trabajamos arduamente para brindarle la información actualizada sobre cuidar de usted mismo y de su familia. Queremos decirle que, independientemente de cómo se presente esta nueva normalidad, estaremos a su servicio y le ayudaremos a encontrar lo que necesite. Visite nuestra página web sobre la COVID-19 en **CareSource.com/Covid19**. Si tiene alguna duda o inquietud, comuníquese con el equipo de Servicios para Afiliados. Con gusto le ayudaremos.

Estamos comprometidos a continuar proporcionándole un ***Cuidado de la salud desde el corazón.***

CareSource®

Recordatorio: Los servicios de telemedicina están disponibles en todo momento

Debido al distanciamiento social y las medidas de seguridad impuestas, muchos proveedores de atención primaria (Primary, Medical Provider, PMP) ofrecen servicios de telemedicina. La telemedicina es una consulta que se realiza vía telefónica o en línea con su PMP. Puede recibir atención sin necesidad de que su PMP esté presente físicamente. Ahora bien, ¿cómo funciona? Siga los consejos que incluimos a continuación para su próxima consulta de telemedicina.

Cómo programar su consulta de telemedicina

Al programar la consulta, haga preguntas para saber qué debe esperar:

- ¿Necesitará descargar una aplicación?
- ¿Su proveedor le llamará?
- ¿Usted llamará a su proveedor?
- ¿La consulta será por teléfono o en línea?

Si tiene alguna inquietud sobre las consultas a través de telemedicina, asegúrese de tratarlas en el consultorio de su PMP y recibir las recomendaciones al respecto.

Antes de la consulta

- Anote las preguntas que quiera formular durante la consulta.
- Encuentre un lugar tranquilo en el que pueda hablar abiertamente sobre cualquier problema que tenga. También puede responder las preguntas que le haga su proveedor sobre su salud.

Durante la consulta

- Sea abierto y honesto ante el proveedor sobre su salud y cualquier síntoma que tenga.
- Si tiene inquietudes sobre la modalidad de la consulta y el tipo de atención que se ofrece, asegúrese de hacer las preguntas correspondientes. La telemedicina es una opción nueva para muchos y es normal tener dudas.
- Tome notas para que le ayude a recordar la información que reciba.

Al final de la consulta

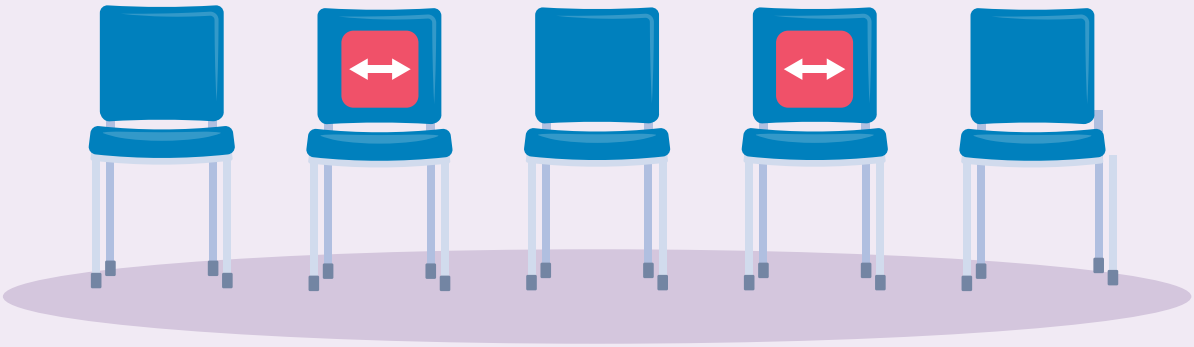
Confirme los pasos o medidas que deberá tomar más adelante.

- ¿Tiene que surtir una receta nueva?
- ¿Necesita realizarse análisis de laboratorio para dar seguimiento a la consulta?
- ¿Necesita programar otra consulta?

Comuníquese con el consultorio de su PMP para averiguar cómo y cuándo puede tener una consulta de telemedicina. Si su PMP no ofrece estos servicios o tiene un horario limitado, puede llamar a MYidealDOCTOR®.

MyidealDOCTOR está a su disposición para atender su llamada las 24 horas del día, los 365 días del año. En la aplicación móvil de CareSource, encontrará un enlace y tendrá el mismo costo que una consulta con su PMP.

Qué puede esperar en su próxima visita odontológica durante la COVID-19



En CareSource, nuestra máxima prioridad es protegerlo a usted, a nuestros proveedores y a la comunidad. Seguimos de cerca al coronavirus (COVID-19) y su impacto, tanto a nivel local como global. En el trabajo con nuestras redes de proveedores, nuestro objetivo es ayudar a la implementación y cumplimiento de los pasos para reducir el contagio.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) cuentan con un plan que usted puede seguir para evitar enfermarse. Este plan comienza antes de que usted se presente en el consultorio. El objetivo es impedir que la enfermedad se propague.

- Antes de ir al consultorio, hágale saber a su proveedor de atención odontológica si ha tenido algún síntoma, como fiebre, tos, dificultad para respirar u otros síntomas similares a los de la gripe.
- Dígale si usted o un integrante del hogar ha viajado a países con grandes brotes epidémicos.
- También se le puede pedir que responda algunas preguntas o complete formularios especiales.
- Debido al distanciamiento social (la distancia que se mantiene entre usted y los demás), los consultorios pueden solicitarle a los familiares que no tomen asiento en la sala de espera.

También le pueden pedir que use un tapabocas o una mascarilla.Visite cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/dental-settings.html para ver las normas de los CDC para un consultorio odontológico.
Tenga presente que estas recomendaciones pueden cambiar con el transcurso del tiempo. Visite **CareSource.com/Covid19** para obtener más información detallada por parte de CareSource.

Actualizaciones a la lista de medicamentos

En CareSource contamos, en nuestro sitio web, con una lista de medicamentos en la que se pueden realizar búsquedas y que se actualiza mensualmente. Para saber cuáles medicamentos están cubiertos por su plan, diríjase al enlace ***Encontrar mis medicamentos con receta*** que se encuentra debajo de Herramientas y recursos para afiliados. Aquí encontrará los últimos cambios que se implementen. Si no tiene acceso a Internet, podemos ayudarle. Llame a Servicios para Afiliados para saber si un medicamento está cubierto y si tiene algún costo para usted.

CareSource24® Línea de asesoría en enfermería

Nuestro personal de enfermería de experimentados y cuidadosos profesionales registrados están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana para conversar con usted sobre lo que necesite. Estamos preparados para brindarle recomendaciones que le ayuden a atender lesiones, enfermedades o para responder cualquier pregunta relacionada con la salud. Podemos ayudarle a determinar si necesita tomar medidas para que usted mismo se trate, asistir a una consulta médica, recibir atención de urgencia o acudir a la sala de emergencias.

Llame al **1-844-206-5947** (TTY: 1-800-743-3333 o 711).

¿De regreso a la ESCUELA?

Si sus hijos regresaron a la escuela en el otoño, es posible que estén frente a la nueva norma de un lavado frecuente de manos junto con una limpieza y desinfección adecuadas. Si su familia usa el método de educación en el hogar o ha optado por la escuela en línea, sería recomendable que elabore un plan.

Consejos para un **regreso seguro** a la escuela:

Enséñeles buenos hábitos para el lavado de manos.

Mantenga a sus hijos en casa si están enfermos.

Envíe toallitas húmedas, jabón y desinfectante para manos para guardar en los escritorios y casilleros.

Hable con ellos previamente sobre el uso de mascarillas. Practiquen usarlas antes de que comience la escuela. ¡Consiga mascarillas que a ellos les gusten!

Fuente: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/children/learning.htm

Consejos para llevar una **clase virtual:**

Definan el mismo horario de inicio y finalización de las tareas escolares para todos los días.

Definan una zona especial para estudiar o hacer tareas.

¡Tomen descansos al aire libre!

Encuentren maneras para hacer tareas de matemática, lectura y escritura:

Cocinen juntos.

Lean recetas juntos.

Escriban cartas a personas que los niños no puedan visitar personalmente.

Deshágase de manera segura de los medicamentos recetados durante todo el año

Los medicamentos con receta pueden ser una parte importante de su recuperación, pueden ayudarlo con alguna enfermedad o estabilizarlo durante una emergencia médica. Son herramientas de utilidad cuando se usan correctamente. Sin embargo, el uso indebido de fármacos o su uso en las manos equivocadas puede causar daños o la muerte. Por este motivo, CareSource le recuerda deshacerse en una forma adecuada de los medicamentos vencidos o en desuso.

En el transcurso del año, puede deshacerse debidamente de los medicamentos recetados a través de un recolector autorizado. Si desea obtener más información, visite takebackday.dea.gov.

El tiempo frente a la pantalla y **SU SALUD**

Debido a las últimas disposiciones de permanecer en casa, muchos nos hemos dedicado a mirar "como locos" nuestros programas de televisión favoritos, hemos usado videoconferencias para hablar con nuestras familias y amigos y hemos dedicado más tiempo del habitual a pasar tiempo frente a las pantallas.

Cuidado: pasar demasiado tiempo frente a la pantalla es dañino para la salud.

¿Cuánto tiempo pasamos ante una pantalla?

Adultos
Pasan un promedio de
11 horas al día
delante de algún tipo de pantalla.

Además, los adultos atienden sus teléfonos
¡58 veces al día!

Adolescentes
Un promedio de casi **ocho horas diarias,** sin incluir el tiempo dedicado a las tareas escolares.

Niños Entre los 8 y 10 años se pasan unas **6 horas al día** y entre los 11 y 14 años, aproximadamente **nueve horas diarias**.

¿Cómo afecta nuestra salud?

- Afecta el cerebro.
- Daña la vista.
- Reduce la capacidad de atención.
- Puede perjudicar sus relaciones.
- Puede causar obesidad.
- Puede perturbar el sueño.

¿Cómo reducir el tiempo frente a la pantalla?

Existen muchas formas de hacerlo.

Dígale NO a todas las pantallas:

- Durante las comidas
- Una hora antes de dormir
- En el baño

Dígale SÍ a:

- Leer un libro
- Comenzar o renovar un pasatiempo
- Hacer mucho ejercicio
- Pasar tiempo con amigos

Cómo **prevenir** la enfermedad renal diabética

Si tiene diabetes, los niveles de azúcar en la sangre son, con frecuencia, bastante altos. Un alto nivel de azúcar en la sangre puede dañar los riñones con el tiempo. Los riñones limpian la sangre y si se dañan, los desechos se acumulan en el torrente sanguíneo en lugar de abandonar el cuerpo.

El daño renal causado por la diabetes se llama nefropatía diabética. Esta enfermedad se manifiesta lentamente, con el correr de muchos años. La mayoría de las personas no presenta ninguna señal ni tiene síntomas.

Al realizarse exámenes de rutina, puede detener o retrasar el daño renal. Esta es la única manera de saber si padece la enfermedad renal diabética. El primer examen sirve para detectar la presencia de proteínas en la orina. El otro es un análisis de sangre para saber el nivel de funcionamiento de los riñones.

Si tiene diabetes tipo 2, debería realizarse la evaluación de nefropatía todos los años. También debería realizarse esta evaluación si tuvo diabetes tipo 1 por más de 5 años. Hable con su proveedor de atención primaria (PMP) para obtener más información.

Cómo lidiar con problemas de suministro de medicamentos

La crisis originada por la COVID-19 nos ha cambiado la vida y enfrentar a lo desconocido es difícil. En el caso de los medicamentos, la COVID-19 ha demostrado que nuestro suministro puede cambiar rápidamente. Puede darse problemas con el suministro de medicamentos incluso en momentos menos difíciles. CareSource entiende la importancia que significa para usted tener sus medicamentos a la mano. Asegúrese de no quedarse sin medicamentos por un problema con el suministro poniendo en práctica los siguientes consejos:

Llame a su farmacia con anticipación.

Si tiene problemas para conseguir sus medicamentos, llame a su proveedor tan pronto como sea posible. Muchas farmacias se comunicarán con el médico en su nombre.

Siempre converse con su médico antes de interrumpir el uso de un medicamento. Si deja de tomar un medicamento sin hablar antes con su proveedor, su afección médica podría empeorar.

Cómo **respirar mejor** con asma

El asma dificulta la respiración y puede afectar su vida diaria, si no lo controla. Los medicamentos no curan el asma, pero pueden ayudarle a sentirse mejor. Lo principal es tomarlos según las indicaciones exactas del proveedor de atención primaria y eso significa que debe tomarlos de manera correcta, en el momento indicado.

Estos son algunos consejos para recordarle que debe tomar sus medicamentos para el asma y ayudarle a establecer una rutina:

- Colóquelos cerca de su cama para que los vea cuando despierte.
- Tómelos antes de cepillarse los dientes.
- Pídale a un familiar o a un amigo que lo llame para recordárselo todos los días.
- Coloque notas adhesivas donde las vea para que le recuerden llevar el inhalador con usted al salir de su casa.
- Use un pastillero de uso semanal.
- Programe su teléfono u otra alarma.
- Marque su calendario para surtir nuevamente sus medicamentos una semana antes de que se le acaben.

Deje que CareSource le ayude a **estar más saludable.**

CareSource se compromete a ayudarle a mejorar su salud y bienestar. Con el fin de contribuir a su atención, CareSource le solicita que llene la Evaluación de necesidades de salud (Health Needs Screening, HNS) 2020 y recibirá una tarjeta de regalo de Walmart® por un valor de $20 una vez que la termine*.

La HNS ayuda al proveedor de atención primaria y al equipo de administración de atención médica a coordinar su atención para satisfacer sus necesidades de manera personalizada.

Complete la HNS mediante una de estas cuatro maneras:

1. Por teléfono: Llame a Servicios para Afiliados al **1-833-230-2011** (TTY: 1-800-743-3333 o 711).

2. En línea: Visite **MyCareSource.com**. Abra una cuenta o ingrese a la suya. Después, diríjase a la pestaña ***Salud*** para encontrar la HNS.

3. Por correo postal: Envíe la copia que encontrará adjunta a su kit del nuevo afiliado.

4. En Walmart: Esté atento a su correspondencia para obtener más información.

*Deberá completar la HNS dentro de los primeros 90 días de elegibilidad para recibir la tarjeta de regalo.

Protéjase de

LAS ESTAFAS POR LA COVID-19

La preocupación por la COVID-19 ha ocasionado que los fraudes y las estafas aparezcan con más frecuencia. Manténgase alerta frente a cosas que parezcan sospechosas. Algunas de las estafas de las que debe tener cuidado son las siguientes:

- Personas que venden curas para la COVID-19.
- Llamadas automáticas, llamadas con fines comerciales, publicaciones en línea, correos electrónicos o personas que van puerta a puerta prometiendo desinfectantes para manos o kits de prueba sin ningún costo a cambio de su número de Medicaid o Medicare.
- Correos electrónicos en los que se pretenda hacer pasar por la Organización Mundial de la Salud (OMS) o los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).
- Sitios web o aplicaciones falsas que compartan noticias sobre la COVID-19 para acceder a su teléfono, tableta o computadora.
- Personas que pidan dinero para causas u organizaciones de beneficencia que no existen.
- Trabajadores de la salud que utilizan información de los pacientes para la prueba de la COVID-19 y luego facturan por otras pruebas.

Háganos saber si sospecha de situaciones de fraude o estafa. Llame a Servicios para Afiliados de CareSource y diga que quiere denunciar un fraude. Se le derivará a una línea directa para la denuncia de fraudes. Puede llamar las 24 horas del día.

También puede informarnos acerca de estafas o fraudes a través de estos medios:

Correo electrónico: fraud@caresource.com

Correo postal: CareSource
Attn: Special Investigations Unit
P.O. Box 1940
Dayton, OH 45401-1940

Fuentes: FDA.gov/coronavirus, cdc.gov/coronavirus

CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL CÁNCER DE SENO

El cáncer de seno es el segundo tipo de cáncer más común en las mujeres en los Estados Unidos. Se trata de una enfermedad en la que las células mamarias crecen sin control. Las mujeres de raza blanca y afroamericanas desarrollan cáncer de seno casi con la misma frecuencia. No obstante, en las mujeres afroamericanas la tasa de mortalidad por esta enfermedad es más alta. Muchos factores, como los antecedentes familiares o el envejecimiento, pueden afectar su riesgo de padecer cáncer de seno. Sin embargo, puede reducir el riesgo de desarrollar este tipo de cáncer cuidando su salud de las siguientes maneras:

Realice ejercicio regularmente.

Mantenga un peso saludable.

No consuma alcohol o limite su consumo a no más de una copa por día.

Consulte con su médico antes de iniciar una terapia de reemplazo hormonal o píldoras anticonceptivas para conocer los riesgos de presentar cáncer de seno.

Si es posible, amamante a sus hijos.

Manténgase informada y lleve una vida saludable para reducir el riesgo de sufrir cáncer de seno e incrementar las posibilidades de sobrevivencia, en caso de recibir un diagnóstico por esta enfermedad.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Consultas posparto y detección periódica temprana, diagnóstico y tratamiento (EPSDT)

Consultas posparto

Después de dar a luz a su bebé, programe una consulta posparto con su proveedor. Una consulta posparto es importante tanto para usted como para el bebé. Esto le confirmará si usted se está recuperando satisfactoriamente y le dará la oportunidad de formular preguntas sobre algunos temas, como los anticonceptivos. También le permite a su proveedor de atención primaria evaluar su estado emocional. Los proveedores saben que los cambios físicos y emocionales después del parto pueden ser estresantes. Debería programar su primera consulta en un plazo de tres semanas posteriores al parto además de un examen completo en un plazo de 12 semanas. Es posible que necesite acudir a consulta con su médico pronto si tuvo una cesárea o si el médico así lo indica. Para asegurarse la cita con su médico, puede programar la consulta posparto antes de abandonar el hospital. Siga las indicaciones del proveedor, en caso de que deba acudir a consulta en un corto plazo. CareSource también puede ayudarle a gestionar el servicio de traslado.

EPSDT

¿Sus hijos están listos para comenzar la escuela? Mientras prepara a sus hijos para ir a la escuela, es necesario que a ellos también se les realicen los exámenes del niño sano. Siga el programa de detección periódica temprana, diagnóstico y tratamiento (Early and Periodic Screening, Diagnosis and Treatment, EPSDT) de CareSource. El programa EPSDT cubre el costo de las evaluaciones, exámenes de la vista, consultas odontológicas, vacunas para su hijo y mucho más. CareSource también puede ayudarle a gestionar el servicio de traslado para acceder a los controles del niño sano. No olvide comunicarse con el pediatra de su hijo, antes de que comience el año escolar, para programar una cita.

¡Nuestra aplicación móvil es **fácil de usar!**

Tarjeta digital de identificación Vea y comparta su tarjeta digital de identificación de afiliado de CareSource.

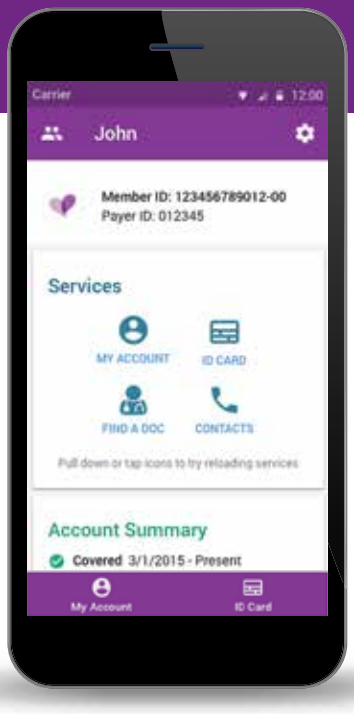
Encuentre un médico Encuentre un médico, un hospital, una clínica o una farmacia cerca a usted.

Llame a un enfermero Llame a CareSource24®, nuestra Línea de asesoría en enfermería y hable con un enfermero las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año.

My CareSource® Acceso a su cuenta segura My CareSource.

Conéctese con MYidealDOCTOR® Servicios de telesalud A solo una tecla de acceso a un proveedor de atención primaria, ya sea de día o noche, los 365 días del año.

***¡NUEVO!* Centro de mensajes** Reciba novedades y recordatorios de CareSource.



Y mucho más...

** Algunas funciones no se activarán hasta la fecha de entrada en vigencia de su plan.*

Descargue la aplicación y visítela ahora.

GET IT ON Google Play

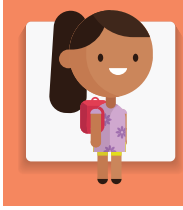
Download on the App Store

Reciba recompensas por su **salud y bienestar**

CareSource los recompensa a usted y a su familia por desempeñar un papel activo en la práctica de una vida saludable. Contamos con programas orientados a mejorar la calidad de vida que le ayudarán a acceder a consultas de bienestar y evaluaciones preventivas anuales. A continuación, puede ver los programas que le pueden otorgar recompensas:

Programa Babies First®

Las mujeres embarazadas y los recién nacidos pueden recibir recompensas por asistir a las consultas prenatales, posparto y del bebé sano.



Programa Kids First

Los niños que tengan entre 18 meses y 18 años pueden acceder a recompensas por asistir a sus consultas del niño sano, recibir sus vacunas y realizarse sus controles odontológicos de rutina.

Para comenzar, inicie sesión en su cuenta **MyCareSource.com**, haga clic en la pestaña ***MyHealth*** y, después, en el enlace del programa MyHealth-Wellness.

Si desea más información sobre los programas de recompensas que le ofrece CareSource, llame a Servicios para Afiliados.

Próximas modificaciones a la lista de autorización previa a partir del 1 de enero de 2021

Hay momentos en los que CareSource debe aprobar previamente algunos servicios o medicamentos antes de que usted los reciba. A esto se le denomina autorización previa (Prior Authorization, PA) y esto significa que su proveedor de atención médica deberá obtener nuestra aprobación. Esto debe hacerse antes de brindarle determinados servicios. Ellos sabrán cómo hacerlo. Deben hablar con nosotros antes de que usted pueda acceder a sus servicios.

Es posible que deba pagar por los servicios si su proveedor no consigue una autorización previa. Algunas situaciones que requieren este tipo de autorización incluyen:

- Consultar a un proveedor fuera de la red (excepto en casos de emergencia).
- Recibir servicios no cubiertos por CareSource.
- Algunas recetas (como las de medicamentos de especialidad).

La lista de servicios que necesita una PA para su plan se modificará el 1 de enero de 2021. Visite **CareSource.com** para obtener más información sobre aquellos servicios que necesitan una PA. O bien, puede llamar al número de teléfono gratuito que aparece en su tarjeta de identificación ID y hablar con un representante de Servicios para Afiliados. Estamos aquí para ayudarle a obtener la atención que necesite y en el momento que la requiera.

Menos estrés con CareSource y myStrength℠

A veces, la vida puede ser agobiante. CareSource y myStrength pueden ayudarle a superar estos momentos difíciles a través de herramientas de autoayuda para fortalecer su mente, cuerpo y espíritu. MyStrength le ofrece:

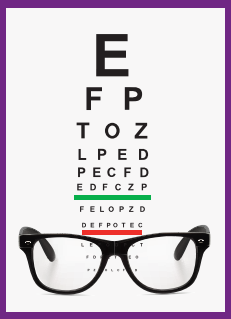
- Actividades de empoderamiento, como llevar un registro de su estado de ánimo y su acondicionamiento físico.
- Artículos y videos para informarse sobre temas, como la ansiedad, el trastorno de estrés postraumático (PTSD) y la depresión.
- Citas inspiradoras a diario.
- Ayuda para dejar de fumar.
- Ejercicios para practicar la atención plena.
- Consejos para padres y ayuda para manejar el estrés.
- ¡Y mucho más!

La salud emocional es importante. Por ese motivo, CareSource ofrece myStrength en línea o a través de una aplicación móvil de forma gratuita.

1. Visite **bh.mystrength.com/CareSource** y haga clic en *Registrarse (Sign-Up)*.
2. Complete el proceso de registro y su perfil personal.
3. Descargue la aplicación en su teléfono desde mystrength.com/mobile.

Tome el control sobre su bienestar y comience a vivir su vida plenamente.

¡Usted se lo merece!



MIRE...

Actualización sobre los beneficios de la atención oftalmológica

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

- Examen oftalmológico de rutina.
- Anteojos con corrección (lentes/ monturas/lentes de contacto).

Superior Health, una compañía de Versant Health, tiene una amplia red de proveedores en Indiana. Esto significa que es fácil pedir una cita.

Asegúrese de que su proveedor de atención oftalmológica se encuentre en la red de proveedores de Superior. Debe verificarlo antes de solicitar una cita. Visite **FindADoctor.CareSource.com** para usar la herramienta en línea Encontrar un médico. También puede llamar a Servicios para Afiliados al número que aparece en la contraportada de este boletín informativo para obtener más información.

Controle su presión arterial en su hogar y con su **PMP**

Llevar un control de la presión arterial es muy bueno para su salud. La falta de control aumenta el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. Por eso, es importante que acuda a su proveedor de atención primaria (PMP) con frecuencia. Haga que le controlen la presión arterial en cada consulta.

Hable con su PMP sobre el control de la presión arterial en el hogar. Es posible que CareSource asuma el costo de un dispositivo para medir su presión arterial. Los controles de la presión arterial en el hogar pueden ayudarle a llevar un registro. También pueden garantizar el funcionamiento de cualquier cambio en el estilo de vida que haya hecho (como el consumo de alimentos saludables y la práctica de actividades físicas durante 30 minutos todos los días). Los controles en el hogar pueden alertarlo a usted y a su PMP sobre posibles problemas de salud.

Asimismo, CareSource dispone de un programa gratuito para el manejo de enfermedades que puede ayudarle a obtener información sobre su salud y cómo lograr un mejor manejo de su afección médica en particular. Si desea obtener más información sobre la presión arterial y, además, suscribirse al programa de manejo de enfermedades, llame al **1-844-438-9498**.

¿LO SABÍA?

¡Es importante **vacunarse contra la gripe** todos los años!

Los virus gripales que vimos durante la última temporada de gripe serán distintos a los de esta temporada porque el virus cambia todos los años. Por ese motivo, necesitará una vacuna nueva todos los años para protegerse.

JobConnect™
Experiencias del afiliado al programa de **CareSource**

Verdaderas historias de triunfo en Life Services® de CareSource

Marcus

¿Le despidieron o fue parte de un "recorte de personal" a causa de la COVID-19? Marcus tenía un buen empleo y nunca pensó que esto le sucedería. Se puso muy contento cuando se enteró de que el programa JobConnect de CareSource podría ayudarlo a encontrar un empleo en estos tiempos tan difíciles.

¡Marcus estaba sometido a demasiado estrés! Este programa gratuito era precisamente lo que necesitaba. Un orientador de JobConnect asesoró a Marcus sobre algunas posibilidades de carrera y lo inscribió en myStrength℠. Esta es una herramienta en línea sin ningún costo para los afiliados a CareSource y brinda apoyo con el manejo de la salud emocional.

Ahora Marcus ha tomado un nuevo rumbo y está tomando clases en línea relacionadas con tecnología de la información. "El mercado laboral que se abre para tecnología de la información es dinámico y rentable", afirma Cord Hale, representante de los afiliados a CareSource. "Es una estrategia hábil, pero la más hábil de todas fue que ¡Marcus se inscribiese en JobConnect!"**¡Estamos aquí para ayudarlo!**

Life Services y JobConnect están incluidos en su plan de CareSource. Para obtener más información:

- Correo electrónico: LifeServicesIndiana@caresource.com
- Teléfono: **1-844-607-2832** (TTY: 1-800-743-3333 o 711)

Servicio de traslado médico **que no se considera de emergencia**

¿Necesita ayuda con el traslado?

CareSource ofrece beneficios con el traslado para afiliados a los planes HIP y HHW. Puede solicitar un viaje de traslado para una cita médica con una anticipación de hasta 30 días. Llame al **1-844-607-2829** para programar un viaje con, al menos, dos días hábiles de anticipación a su cita.

Solicitar un traslado

En el momento en que solicite un viaje, debe indicarle a quien le esté atendiendo lo siguiente:

1. El lugar donde se le recogerá.
2. Su nombre y el lugar de su cita.
3. Cualquier necesidad especial que tenga, como el uso de oxígeno, una silla de ruedas, el tamaño y peso de una silla de ruedas o ayuda para ingresar o salir del consultorio médico.

¿Desea que un amigo o familiar le lleve?

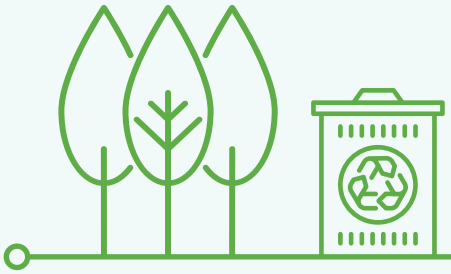
A los amigos y familiares se les puede reembolsar por llevarlo a citas médicas que no se consideren de emergencia. Tendrán que completar y enviar un formulario para que se le reembolse por concepto de gasolina. Este formulario junto con el proceso de solicitud están disponibles en www.in.gov/medicaid/members/540.htm.

¡IMPORTANTE!

No olvide las citas de seguimiento con su PMP después de cualquier admisión hospitalaria por salud conductual

¿Por qué?

- Una atención de seguimiento adecuada equivale a menos posibilidades de volver al hospital.
- Su médico puede revisar sus medicamentos y cambiarlos, si fuese necesario.
- Recibirá más apoyo después de abandonar el hospital.
- Las visitas de seguimiento le brindarán apoyo mientras vuelve a casa, se reincorpora al centro de labores o a la escuela.
- Las visitas de seguimiento le ayudarán a fortalecer los avances logrados mientras se encontraba en el hospital.
- Las visitas de seguimiento le ayudarán a su proveedor de atención primaria (PMP) y al proveedor de salud conductual a manejar su atención.
- No buscar atención de seguimiento puede empeorar los síntomas de salud mental que presente.
- Darle seguimiento a su PMP es fundamental para la estabilidad de su salud mental.



¡Apueste por la ecología!

Las facturas se publican en su cuenta segura **MyCareSource.com**. Su factura siempre estuvo en la sección ***Documentos*** de My CareSource. Ahora podrá reducir la cantidad de correspondencia y contribuir con el medio ambiente.

Haga clic en ***Comenzar*** junto a “Go Green” (Apueste por la ecología) que se encuentra debajo de su información como afiliado, en la página principal de su cuenta o en la página ***Preferencias*** para que sus facturas ya no se envíen por correo postal. Recibirá un correo electrónico o mensaje de texto cuando se publique la siguiente factura mensual. Puede actualizar sus preferencias en cualquier momento para volver a recibir facturas impresas en el futuro.

También puede ahorrarse una estampilla y pagar su factura desde su cuenta de My CareSource. Es seguro y fácil. Comience al hacer clic en ***Pagar la factura*** en la página principal de su cuenta o visite **CareSource.com/HIPpay**.

CareSource

PO Box 8738
Dayton, OH 45401-8738
CareSource.com

CÓMO CONTACTARNOS

Departamento de Servicios para Afiliados:
1-844-607-2829
(TTY: 1-800-743-3333 o 711)

CareSource24®
Línea de asesoría en enfermería las 24 horas:
1-844-206-5947
(TTY: 1-800-743-3333 o 711)

SÍGANOS

Facebook.com/**CareSource/IN**

Twitter.com/**CareSource**

Instagram.com/**CareSource**

Pinterest.com/**CareSource**

¡Queremos saber **SU OPINIÓN!**

Nuestros afiliados nos importan.
¡Es por eso que queremos saber de usted! Utilice el enlace que se encuentra debajo para sugerirnos temas le gustaría ver en los boletines informativos trimestrales. Esta encuesta solo le tomará dos o tres minutos.

CareSource.com/NewsletterSurvey

Gracias por confiar sus necesidades de atención médica a CareSource.

IN-MED-M-210417a-SP | Primer uso: 1/4/2021 | Aprobado por OMPP: 1/4/2021 | © 2020 CareSource. Todos los derechos reservados.