

¿Consumo tabaco?

CareSource puede ayudarle a dejar de hacerlo.

El consumo de tabaco incluye fumar cigarrillos, vapear, usar narguile y más. También puede incluir masticar tabaco o aspirar rapé. El consumo del tabaco puede dañar su salud en cualquiera de sus formas; incluso, puede causar enfermedades que pueden conducir a la muerte. Estos beneficios de CareSource pueden ayudarle a dejar de consumir tabaco:

- Asesoría médica y de salud conductual por parte de proveedores de la red
- Medicamentos recetados para ayudarle a dejar de consumir tabaco
- Herramienta en línea MyHealth y programa de recompensas

MyHealth

Regístrate o inicie sesión en su cuenta personal en [MyCareSource.com](#). A través de MyHealth, puede:

- Obtener más información sobre los peligros del consumo de tabaco.
- Obtener consejos sobre cómo dejar de consumir tabaco.
- ¡Ganar hasta \$200 en recompensas por tomar medidas para dejar el tabaco!

Complete su Evaluación de necesidades de salud (Health Needs Screening, HNS). Esto puede ayudarle a saber cómo mejorar su salud en general. ¡Puede ganar una tarjeta de regalo por \$30 de Walmart®*!

* La HNS se debe completar dentro de los primeros 90 días luego de afiliarse a CareSource.



¿Está listo para dejarlo?

Paso 1

Programe una visita con su proveedor médico principal (PMP). Pida ayuda para dejar de consumir tabaco.

Paso 2

Acceda a las herramientas en línea de MyHealth a través de [MyCareSource.com](#). Seleccione el ícono de MyHealth bajo Mi plan para comenzar.

Paso 3

Llame a Quit Now Indiana al **1-800-QUIT-NOW** (1-800-784-8669) y trabaje hoy con un asesor para dejar el tabaco. Esta es la mejor manera de dejar de consumir productos derivados del tabaco. Quit Now Indiana ofrece:

- Asesoramiento gratuito
- Plan para dejar el tabaco
- Materiales informativos



Escanea el código QR a continuación para obtener más información sobre Quit Now Indiana.

¿Tiene preguntas? Llame a Servicios para Afiliados al **1-844-607-2829** (TTY: 1-800-743-3333 o 711).



Más información sobre las recompensas de MyHealth

¡Puede ganar hasta \$200 en recompensas por tomar medidas saludables para dejar de consumir tabaco! Revise el siguiente cuadro para saber cómo puede obtener recompensas. Las recompensas se basan en un reclamo médico o de farmacia, actividades de MyHealth u otros registros de CareSource.

Actividad	Monto de la recompensa*
1.ª llamada con el asesor de la línea para dejar el tabaco	\$50 1 vez por año calendario
1.ª llamada con el asesor de la línea para dejar de fumar durante el embarazo	\$80 1 vez por año calendario
Completar el programa de la línea de ayuda para dejar de fumar (Tobacco Quitline)	\$50 1 vez por año calendario
Primera sesión de asesoramiento para ayudarle a dejar el tabaco	\$30 1 vez por año calendario
Comenzar a tomar medicamentos que le ayudarán a dejar el tabaco (hable con su médico para obtener una receta).	\$30 1 vez por año calendario
Continuar tomando los medicamentos recetados que le ayudarán a dejar el tabaco durante 12 semanas**	\$40 1 vez por año calendario
Sesión de tratamiento intensivo para pacientes ambulatorios para trastorno por consumo de sustancias	\$100 \$10/10 veces por año calendario

¡Todos los afiliados a HIP y HHW entre los 18 y 64 años pueden obtener estas recompensas!

*Recompensas sujetas a cambios. Las recompensas basadas en los reclamos se registran una vez que los proveedores envían estos reclamos y CareSource los procesa. Pueden pasar algunas semanas hasta que se muestren las recompensas por estas actividades en su cuenta de MyHealth.

**Hable con el proveedor médico principal (primary medical provider, PMP) sobre cómo dejar el tabaco. Su proveedor puede explicarle qué medicamentos o asesoramiento son los más adecuados para usted. Debe completar 3 meses/12 semanas de haber consumido el medicamento para ser elegible y poder recibir la recompensa.

Haga un seguimiento y vea sus recompensas en su cuenta de MyHealth Rewards. Puede canjear sus recompensas por tarjetas de regalo en iTunes®, Google Play®, Old Navy®, TJMaxx®, Marshalls®, Panera Bread® o Domino's Pizza®.

¿Quiere obtener más información sobre nuestros programas de recompensas?

Llame a Servicios para Afiliados al **1-844-607-2829** (TTY: 711)
o escanee el código QR de abajo:

