



## ¿Consumes tabaco? CareSource puede ayudarte a dejarlo.

El consumo del tabaco en cualquier forma puede dañar su salud. Puede, incluso, causar enfermedades que lleven a la muerte. CareSource ayuda a sus afiliados a dejar de consumir tabaco mediante la provisión de:

- Asesoría médica y de salud conductual por parte de proveedores de la red
- Medicamentos recetados para ayudarte a dejar de consumir tabaco
- Gestión de terapia de medicamentos por parte de un farmacéutico
- MyHealth, una herramienta para la salud en línea a la que los afiliados a HIP pueden acceder creando o ingresando a su cuenta personal en **MyCareSource.com**. A través de MyHealth, los afiliados a HIP pueden:
  - Completar la Evaluación de necesidades de salud (HNS) para ver cómo pueden mejorar su salud, ¡y ganar una tarjeta de regalo\* de \$20 para Walmart®!
  - Obtener más información acerca de los peligros del uso del tabaco y cómo pueden dejar de consumirlo
  - Obtener una orientación personalizada para dejar de consumir tabaco.
  - ¡Obtener recompensas! ¡Los afiliados a HIP pueden ganar hasta \$200 en premios por tomar medidas saludables para dejar de consumir tabaco!

\*La HNS debe ser completada dentro de los primeros 90 días luego de afiliarse a CareSource.

## ¿LISTO PARA DEJAR DE FUMAR?

- Programe una cita y hable con su proveedor de atención médica. Pida ayuda para dejar de consumir tabaco.
- Acceda a las herramientas en línea de MyHealth a través de **MyCareSource.com**. Seleccione el ícono de MyHealth bajo My Plan (Mi plan) para comenzar.
- Llame a CareSource para hablar con un experto en dejar de fumar.

## EL CONSUMO DE TABACO INCLUYE:

- Fumar cigarrillos, cigarros, pipas o narguile
- Masticar tabaco
- Cigarrillos electrónicos y vaporizadores
- Rapé

¡Todos los tipos de tabaco son nocivos!

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

Revise el siguiente cuadro para saber cómo puede obtener recompensas. Las recompensas se basan en un reclamo médico o de farmacia, MyHealth u otros registros de CareSource.\*

ACTIVIDAD	FRECUENCIA
Clases en línea a través de MyHealth	Hasta 3 clases por año
Asesoramiento para afiliadas embarazadas a través de Indiana Tobacco Quit Line	Recompensas por su 1. <sup>a</sup> , 3. <sup>a</sup> y 5. <sup>a</sup> llamada
Asesoramiento para dejar el tabaco de MyHealth dirigido a afiliados/as no embarazados/as.	Recompensas por su 1. <sup>a</sup> , 3. <sup>a</sup> y 5. <sup>a</sup> llamada
Asesoría conductual	Recompensa por su 1. <sup>a</sup> visita y por su 2. <sup>a</sup> visita dentro de las 6 semanas
Terapia farmacológica (medicamentos recetados para que dejen de usar tabaco)	Recompensas por llenar su 1. <sup>a</sup> receta y a las 4, 8 y 12 semanas

*\*Las recompensas correspondientes a los reclamos se registran una vez que los proveedores envían los reclamos y CareSource los procese. Puede tomar algunas semanas para que se muestren las recompensas por estas actividades en su cuenta de MyHealth.*

**Haga un seguimiento y vea sus recompensas en su cuenta de MyHealth Rewards.**

**Use sus recompensas para obtener tarjetas de regalo para usar en lugares como: CVS®, iTunes®, Google Play®, Old Navy®, TJMaxx®, Marshalls®, Panera Bread® o Domino's Pizza®.**

**¡COMIENCE A ACUMULAR RECOMPENSAS HOY!**



Este contenido es únicamente para fines informativos, no constituye recomendación médica alguna y tampoco pretende sustituir para la recomendación médica profesional, el diagnóstico o el tratamiento. Siempre consulte con un médico u otro proveedor de salud calificado cualquier duda que pueda tener.

Este contenido es únicamente para fines informativos, no constituye recomendación médica alguna y tampoco pretende sustituir la recomendación médica profesional, el diagnóstico o el tratamiento. Siempre consulte con un médico u otro proveedor de salud calificado cualquier duda que pueda tener.

