



PRIMERA EDICIÓN DE 2026

MEMBERSource

Boletín informativo para afiliados a CareSource

¡Bienvenido a CareSource!

Nos complace poder atender las necesidades de los residentes de Nevada. Sabemos que la salud y el bienestar implican más que solo una excelente atención médica. En CareSource, nos preocupamos por USTED.

Por ser afiliado a CareSource, recibirá este boletín informativo gratuito MemberSource cada trimestre. Este boletín informativo cuenta con excelentes consejos de salud y bienestar. Úselo para obtener más información acerca de sus beneficios y descubrir las novedades de su plan CareSource.

¿Tiene alguna pregunta sobre su plan?

Obtenga respuestas de forma rápida a través de CareSource MyLifeSM.

Visite **MyLife.CareSource.com** o descargue la aplicación móvil desde App Store[®] o Google Play[®].



NV-MED-M-5573154-SPA



Reciba la primavera con una buena salud mental

¿Está listo para aprovechar al máximo la primavera y sentirse rejuvenecido? Pruebe estas actividades:



Ensúciese las manos.

¡Cultive una o dos plantas en su propio jardín! Si cultiva verduras o hierbas aromáticas, puede agregarlas a comidas saludables. Muchas plantas crecen bien en macetas y pueden desarrollarse con la luz que entra por una ventana. Los frijoles verdes, los tomates, la albahaca y el romero son fáciles de cultivar. Además, muchas bibliotecas públicas ofrecen semillas u organizan intercambios de plantas para ayudarle a comenzar.

Priorice el sueño.

Es posible que, con más horas de sol en esta época, quiera quedarse despierto hasta más tarde, ¡pero no caiga en la trampa! Dormir lo suficiente le dará la energía para todo lo que quiere y necesita hacer.

Haga actividades al aire libre.

Ya sea que salga a caminar o lea al aire libre, disfrutar un poco de luz solar puede hacer maravillas por su salud mental. ¡No olvide usar protección solar!

Renueve el espacio que hábitos.

Organice los artículos del hogar. Esto lo hará sentir renovado para la nueva temporada. Además, le resultará más fácil encontrar las cosas cuando las necesite.

¿Quiere más ideas?

Visite CareSource MyLifeSM para acceder a herramientas que pueden ayudarle a mejorar su estado de ánimo y su actitud. Visite **MyLife.CareSource.com** o descargue la aplicación móvil desde [App Store®](#) o [Google Play®](#).

Fuentes: Psychology Today. 5 Ways to Boost Your Mental Health for Spring, Brown University Health. Cuídese esta primavera



Cuatro consejos para dejar de usar bolsitas de nicotina

Las bolsitas de nicotina pueden parecer una forma segura de dejar los productos de tabaco. ¿Sabía que aun así pueden ser perjudiciales y generar adicción?

Dejar de fumar puede ser difícil, ¡pero es posible! Lea estos consejos:

- Utilice una dosis más baja de terapia de reemplazo de nicotina (nicotine replacement therapy, NRT) que la que aportan las bolsitas de nicotina.
- Practique sesiones de “abandono gradual”. No use una bolsita de nicotina cuando normalmente lo haría. Esto le ayudará a adquirir experiencia para manejar los antojos y ganar confianza.
- Deje pasar más tiempo entre cada uso de las bolsitas de nicotina. Cada minuto adicional puede ayudarle a aprender a manejar los antojos.
- Cambie sus rutinas. Por ejemplo, si normalmente consume nicotina después de comer, salga a caminar. Si compra nicotina en una tienda específica, cambie de ruta para no pasar por el lugar habitual.

Si le está resultando difícil dejar el tabaco, la Línea para dejar de fumar (Tobacco Quit Line) puede ayudarle.

Ofrecen asesoramiento gratuito para dejar de fumar y mucho más.

Llame al **1-800-QUIT-NOW (800-784-8669)** para registrarse o hacer alguna pregunta.

¡Obtenga recompensas!

Obtenga recompensas cuando tome medidas para dejar de fumar y mantenerse sin consumir tabaco. Obtenga más información en **CareSource.com/NVrewards**.

Fuentes: Asociación Estadounidense del Pulmón (American Lung Association) Zyn 101: What to Know About Big Tobacco's Latest Addiction, Ex Program. How to Quit Zyn and Other Nicotine Pouches

Cumplimiento de medicamentos simplificado

En ocasiones, el control de sus medicamentos puede parecer una tarea más de la lista de cosas para hacer. Tomarlos correctamente es clave. Esto significa tomar la dosis correcta en el momento adecuado. También significa recogerlos de la farmacia a tiempo. Muchas farmacias ofrecen formas de obtener sus medicamentos de manera más fácil:



Pregunte cómo surtir todos sus medicamentos el mismo día.



Descubra cómo hacer que le entreguen sus medicamentos directamente en su hogar con el servicio de pedidos por correo.

Recursos importantes

CareSource MyLife:

MyLife.CareSource.com

Encontrar un médico:

FindADoctor.CareSource.com

Documentos del plan:

CareSource.com/MCDplandocs

Denunciar fraude, malversación y abuso:

CareSource.com/ReportFWA

Encontrar mis medicamentos con receta:

CareSource.com/NVfindRX

Recompensas:

CareSource.com/NVrewards



¿Tiene preguntas acerca de sus medicamentos con receta?

Averigüe si un medicamento está cubierto en **CareSource.com/NVfindRX**.

Utilizamos la Lista única de medicamentos preferidos (Single Preferred Drug List, SPD) de Nevada. Todos los planes de Medicaid de Nevada usan la misma lista. Esta lista indica qué medicamentos son preferidos o más fáciles de obtener y los que no lo son.

¡También puede hablar con un farmacéutico de CareSource! No necesita cita previa. Llame al **1-888-882-3615** (TTY: 711) para hablar con un farmacéutico.

¡Evite la gripe!

Vacúnese contra la gripe hoy.



Elabore un plan y reciba su vacuna contra la gripe antes de que se enferme. Reciba todas sus vacunas a tiempo para que usted y sus seres queridos puedan mantenerse protegidos. Vacunarse le ayuda a permanecer saludable. También ayuda a detener la propagación de enfermedades. Para obtener más información sobre la vacuna contra la gripe, visite **CareSource.com/flushot**.

Usted y su familia pueden ser elegibles para ganar una **recompensa de \$25** por recibir la vacuna contra la gripe. Obtenga más información en **CareSource.com/NVrewards**.

Qué hacer si recibe una factura



Usted recibe todos los servicios médicamente necesarios cubiertos por Medicaid sin costo alguno. El término “médicamente necesario” significa que usted necesita estos servicios para la prevención, el diagnóstico o el tratamiento de una afección médica. No debería recibir facturas por estos servicios. Llame a Servicios para Afiliados si recibe una factura. Puede encontrar los servicios cubiertos en su Manual del Afiliado.

Puede encontrar el manual en **CareSource.com/MCDplandocs**. También puede pedir que se le envíe una copia impresa cuando llame a Servicios para Afiliados.





Uso de la Línea de asesoría en enfermería las 24 horas

Recuerde, si tiene preguntas sobre atención médica o se siente mal, comuníquese con la Línea de asesoría en enfermería las 24 horas. Está disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Llame al **1-833-687-7365** (TTY: 711) para hablar con un profesional de enfermería hoy.



Obtenga más información sobre su plan



Los documentos del plan son el mejor lugar para encontrar información actualizada sobre su plan de salud. Puede encontrar los documentos de su plan en **CareSource.com/MCDplandocs**. Los temas que allí se tratan son muchos. Esto puede incluir beneficios, los servicios y los beneficios adicionales del plan. Además, puede encontrar información sobre dónde acudir para recibir atención médica, farmacia y medicamentos recetados, ¡y mucho más!

Los documentos del plan le ayudarán a aprovechar al máximo su plan. Llame a Servicios para Afiliados para solicitar copias impresas.

Mitos o realidad: las vacunas

Las vacunas nos ayudan a mantenernos saludables. Algunos aspectos de las vacunas pueden ser confusos. Es bueno saber cómo las vacunas nos ayudan a mantenernos saludables. Aquí se mencionan algunos mitos comunes y la realidad sobre las vacunas:

1

Mito: *contraer enfermedades que pueden prevenirse con vacunas es simplemente parte de la vida.*

Realidad: **las vacunas pueden prevenir enfermedades que pueden tener consecuencias duraderas para la salud.**

Las vacunas ayudan al organismo a aprender cómo combatir estas enfermedades. Esto lo protege si se expone a ellas.

2

Mito: *no necesito vacunarme porque otras personas ya están protegidas.*

Realidad: **cuando muchas personas se vacunan, ayudan a proteger a toda la comunidad.**

Esto ayuda a aquellas personas que no pueden vacunarse, como los bebés o las mujeres embarazadas. No obstante, si demasiadas personas no se vacunan, la enfermedad puede volver a propagarse.

3

Mito: *un niño puede enfermarse como consecuencia de una vacuna.*

Realidad: **es poco probable que una vacuna provoque una enfermedad.**

La mayoría de las vacunas se elaboran a partir de gérmenes inactivados o debilitados, por lo que no pueden provocarle la enfermedad. Algunas personas pueden tener efectos secundarios leves o temporales, como dolor en el brazo o fiebre baja. Los efectos secundarios graves son poco frecuentes.



Recuerde que las vacunas son una forma segura de ayudar a mantener a todos saludables.

Hable con su proveedor si tiene preguntas o inquietudes.

Fuente: Academia Estadounidense de Alergias, Asma e Inmunología
(The American Academy of Allergy, Asthma, and Immunology)





Historias verdaderas de triunfo en CareSource Life Services®

CareSource Life Services está aquí para ayudarle con todos los aspectos de su salud, ¡incluso su salud financiera!



Miguel optó por el programa CareSource WorkConnect, organizado por el equipo de CareSource Life Services. Un consejero de vida de CareSource le ayudó a conseguir un buen trabajo, pero ahora necesitaba planificar sus finanzas. Su asesora le ayudó a determinar un presupuesto familiar y a solicitar su primera tarjeta de crédito. Ella ayudó a Miguel a entender cómo funcionan las puntuaciones crediticias y qué hacer para llevar su puntuación al máximo. Miguel siguió todos los consejos de su asesora, y eso dio frutos. Con el tiempo, su puntuación crediticia alcanzó el mínimo necesario para comprar una casa para su familia en crecimiento. “Nunca imaginé que me aprobarían”, dijo Miguel. Su sueño de ser propietario de una vivienda ahora está a su alcance.

¡También podemos brindarle ayuda a usted!

CareSource Life Services puede allanarle el camino desde donde está hasta donde quiera estar. Todo esto se ofrece sin costo para usted. Comience hoy mismo:



Llame al: 1-833-230-2033 (TTY: 711)



Envíe un correo electrónico a: NVLifeServices@CareSource.com

La alimentación y las posibilidades económicas



Con el aumento de los precios de los alimentos, comprar de manera económica es más importante que nunca. Estos consejos sencillos pueden ayudarle a alimentarse bien, mantenerse saludable y ahorrar dinero.



Elabore un plan:

Antes de ir a la tienda, haga una lista de lo que ya tiene. Esto le ayudará a evitar comprar lo que no necesita.



Grupos de alimentos importantes:

Compre muchos granos enteros que puedan durar, como avena y arroz integral. Son fáciles de congelar y almacenar. Al comprar frutas y verduras, elija productos de estación. Es cuando tienen un precio más bajo.



Proteína:

La carne puede ser cara, así que compre lo que está en oferta. Busque carnes magras que sean adecuadas para hacer grilladas o al horno. Si le es posible, compre paquetes de mayor tamaño, ya que a largo plazo es más económico. Los frijoles son una excelente manera de agregar proteínas a su dieta. Son económicos y se pueden agregar a muchas comidas.



Compre a granel:

Si puede, compre a granel. Es más económico a largo plazo. Incluso le ayudaremos a comenzar: ¡obtenga una membresía Sam's Club® Plus gratis! La membresía incluye envío gratuito en pedidos superiores a \$50 y entrega gratuita de comestibles en pedidos superiores a \$50 dentro de un radio de 15 millas de la tienda. Solicite su cupón a través de CareSource MyLife en [MyLife.CareSource.com](https://www.mylife.caresource.com).

Si necesita ayuda para comprar alimentos saludables, podría reunir los requisitos para participar en el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP). Obtenga más información y presente su solicitud en fns.usda.gov/snap.

Fuente: [Mayo Clinic Health System](https://www.mayoclinic.org)



¿Necesita programar un viaje?



Si vive en una zona rural*, puede obtener transporte para sus citas médicas y más sin costo alguno para usted:



Visitas a sus proveedores, incluidos dentistas y especialistas.



Farmacias para recoger sus medicamentos con receta.

También ofrecemos 10 viajes de ida (distancia de 30 millas o menos) para:



Renovar su cobertura de Medicaid con la División de Servicios Sociales (Division of Social Services, DSS).



Citas en la oficina local del Programa Mujeres, bebés y niños (Women, Infants and Children, WIC).



Transporte de ida y vuelta a supermercados para recoger pedidos mediante el servicio de retiro en la acera o alimentos distribuidos a través de despensas de alimentos, bancos de alimentos u otras organizaciones comunitarias.



Entrevistas de trabajo, clases de equivalencia a escuela secundaria y otras actividades aprobadas (debe ser parte de CareSource WorkConnect).



Actividades comunitarias y religiosas.



Eventos patrocinados por CareSource.

* Si vive en los condados de Urban Clark o Urban Washoe, puede obtener transporte a través del estado con MTM.

Los viajes a las citas de rutina requieren un aviso de 3 días hábiles con SafeRide para viajes de menos de 100 millas de ida. Los viajes que superen las 100 millas requieren aprobación. Las citas urgentes no requieren notificación. Los beneficios para viajes médicos son ilimitados.



Gracias

por estar afiliado a CareSource

Nos preocupamos por usted. Queremos que conozca los beneficios, servicios y programas que podemos ofrecerle. Puede encontrar más información en su Manual del Afiliado, disponible en [CareSource.com](https://www.caresource.com).



Obtenga información acerca de su plan.

Encuentre los beneficios y servicios que cubre su plan en [CareSource.com](https://www.caresource.com). Obtenga información sobre:

- El número gratuito al que debe llamar si tiene preguntas. Cómo comunicarse con nosotros si necesita servicios de TTY.
- Cómo conseguir intérpretes de lenguaje de señas o del idioma que habla. Los intérpretes pueden ayudarle a hablar con nosotros o con sus proveedores. También puede obtener materiales en otros formatos, como letra grande o braille. Todo esto se ofrece sin costo para usted.
- Nuestro programa de coordinación de la atención y cómo usted o su cuidador pueden autoderivarse o pedirle a su cuidador o proveedor de atención médica que lo derive.
- Sus beneficios de farmacia, lo que incluye:
 - Una lista de medicamentos cubiertos, también conocida como Lista de medicamentos preferidos (Preferred Drug List, PDL).
 - Si se aplican límites a algún medicamento. También puede informarse sobre la sustitución por genéricos, el intercambio terapéutico y la terapia escalonada.
 - Cómo obtener medicamentos no incluidos en la PDL. Conozca cómo pueden los proveedores ayudarle a obtener una excepción.
- Su responsabilidad financiera. Encontrará el formulario para presentar un reclamo y recibir un reembolso si pagó por servicios cubiertos.
- Sus derechos y responsabilidades como afiliado.
- Cómo administramos la atención y los servicios,

los beneficios, y el acceso a los servicios y otras cuestiones.

- Cómo informarnos si no está satisfecho con nosotros. También encontrará cómo apelar a una decisión que afecta su cobertura, beneficios y servicios.



Complete su Evaluación de necesidades de salud (HNS)

Al responder algunas preguntas sobre su estado de salud actual y sus hábitos, podremos brindarle consejos y herramientas, así como ponerlo en contacto con programas y servicios que pueden ayudarle a mejorar su salud y bienestar.

Complete la HNS de una de estas maneras:

- **En línea:** visite [MyLife.CareSource.com/Assess](https://www.mylife.caresource.com/Assess).
- **Por teléfono:** llame al **1-833-230-2011** (TTY: 711) de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del Pacífico (PT).



Encontrar un proveedor

Visite [FindADoctor.CareSource.com](https://www.findadoctor.caresource.com) para obtener una lista de nuestros proveedores. Encuentre proveedores, como proveedores de atención primaria (Primary Care Providers, PCP), especialistas, hospitales, clínicas y más. Elija un proveedor que cubra sus necesidades. Filtre la búsqueda por ubicación, género, especialidad, certificación de la junta y más. También puede obtener información sobre:

- Cómo elegir a su PCP y programar una visita.
- Cómo ver a un especialista, proveedor de salud mental y recibir atención de emergencia.
- Dónde recibir atención si su PCP no está disponible o es fuera de su horario de atención.
- Cómo obtener atención de emergencia, ya sea visitando una sala de emergencias (ER) o llamando al 911.



- Cómo obtener atención si viaja fuera del área del plan.
- Obtenga más información sobre las reglas que debe seguir si necesita ver a un proveedor fuera del área del plan.



Conozca cómo administramos su plan.

Queremos que reciba la mejor atención posible. Lo logramos:

- A través de nuestro Programa de calidad. Está diseñado para ayudarle a recibir una atención y un servicio de calidad.
- Mediante nuestro compromiso de proteger su privacidad. Nuestras prácticas de privacidad y la normativa HIPAA/Consentimiento del afiliado abordan el consentimiento de rutina y la manera en que se nos permite usar y compartir su información médica, que incluye, entre otra, su raza y origen étnico, los idiomas que habla, la orientación sexual y si tiene una discapacidad. También se explica cómo utilizamos las autorizaciones. Usted puede decidir si desea que compartamos información médica personal que no cubre el consentimiento de rutina. Solicítenos una lista de los lugares donde se compartió su información.
- Haciéndole saber cómo y cuándo agregamos nueva tecnología como beneficio.
- A través de nuestra política que prohíbe que quienes toman decisiones de cobertura se beneficien financieramente de ellas.
- Contando con un proceso de apelación externo independiente para las decisiones de gestión de uso.

proveedores para cubrir sus necesidades de salud. Además, le ayuda a navegar el sistema de atención médica. También puede ayudar a coordinar su atención.

- **CareSource Life Services: Coordinación de la atención:** conéctese con un consejero de vida que puede ayudar a afiliados mayores de 14 años a encontrar un trabajo, recibir capacitación, educación, encontrar vivienda o ponerlo en contacto con apoyo disponible en su comunidad.
- **Programa MyHealth:** obtenga herramientas interactivas y guías de pequeños pasos para ayudarle a establecer y hacer un seguimiento de sus metas de salud.
- **Programa myStrength:** obtenga apoyo personalizado para mejorar su estado de ánimo, mente y espíritu.
- **Gestión de terapia de medicamentos:** obtenga información sobre sus medicamentos y la manera correcta de usarlos.

¿Tiene preguntas? Llame a Servicios para Afiliados El número figura al dorso de este boletín informativo. Estamos aquí para ayudarle.



Obtenga información sobre programas de salud y de bienestar GRATUITOS.

Tenemos programas GRATUITOS que pueden ayudarle a alcanzar una salud óptima. Puede recibir materiales sobre el tema por correo. También es posible que lo llamemos para conversar sobre eso. Podemos inscribirle si nos lo pide su proveedor, farmacia u otra fuente de atención médica. Llame a Servicios para Afiliados para inscribirse o darse de baja. Algunos de estos programas son:

- **Coordinación de la atención:** contamos con un equipo de profesionales de enfermería y clínicos calificados que trabaja con usted y sus



¡Ayúdenos a ayudarle!

Comparta sus comentarios

Encuestas que puede recibir en 2026

Se le puede pedir que responda algunas encuestas. Cuéntenos sobre su experiencia con CareSource. ¡Queremos saber de usted!

Estos son algunos ejemplos:

La Encuesta de evaluación de la salud

le hace preguntas sobre su salud y sus necesidades. Es posible que nos comuniquemos con usted para informarle sobre programas o servicios de apoyo. Estos pueden ayudarle con sus necesidades de atención médica. Visite MyLife.CareSource.com/Assess.

Evaluación del consumidor sobre proveedores y sistemas de atención médica

Para hacer esta encuesta, usamos Press Ganey, que es un proveedor aprobado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services, HHS) de EE. UU.

Las encuestas de satisfacción del afiliado

nos ayudan a medir nuestros avances para brindarle un mejor servicio.

Sus comentarios siempre importan.
¡Esperamos tener noticias tuyas!

Gracias por responder
nuestras encuestas.

Get free help in your language, including interpreters for American Sign Language and other written materials. Get free aids and support if you have a disability. Call **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.



Obtenga ayuda gratuita en su idioma, lo que incluye intérpretes de lenguaje de señas estadounidense y la traducción de otros materiales escritos. Obtenga ayudas y apoyo gratuitos si tiene una discapacidad. Llame al **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

احصل على مساعدة مجانية بلغتك، بما في ذلك مترجمين فوريين للغة الإشارة الأمريكية وغيرها من المواد المكتوبة. احصل على أدوات مساعدة ودعم مجانيًا إذا كنت من ذوي الاحتياجات الخاصة. اتصل بالرقم **1-833-230-2058 (هاتف نصي: 711)**.

获得美国手语和其他书面材料的免费翻译帮助。如果您有残疾，可以获得免费的援助和支持。致电 **1-833-230-2058 (TTY 专线: 711)**。

Erhalten Sie kostenlose Unterstützung in Ihrer Sprache, einschließlich Dolmetschern für die amerikanische Gebärdensprache und anderen schriftlichen Materialien. Erhalten Sie kostenlose Hilfsmittel und Unterstützung, wenn Sie eine Behinderung haben. Anrufen unter **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

Bénéficiez d'une aide gratuite dans votre langue, y compris des interprètes en langue des signes américaine et d'autres documents écrits. Obtenez des aides et un soutien gratuits si vous êtes en situation de handicap. Appelez le **1-833-230-2058 (TTY : 711)**.

Nhận hỗ trợ miễn phí bằng ngôn ngữ của quý vị, bao gồm thông dịch viên cho Ngôn Ngữ Ký Hiệu Mỹ và các tài liệu dạng văn bản khác. Nhận dụng cụ và dịch vụ hỗ trợ miễn phí nếu quý vị là người khuyết tật. Vui lòng gọi số **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

Grick Helf in dei Schprooch mitaus Koscht, aa fer Iwwersetzer fer American Sign Language un annere schriftliche Materials. Grick Aids un Hefte wann du en Disability hoscht mitaus Koscht. Ruf **1-833-230-2058 (TTY: 711)** uff.

आपकी भाषा के लिए मुफ्त सहायता प्राप्त करें, जिसमें अमेरिकी सांकेतिक भाषा लिए इंटरप्रेटर, तथा अन्य लिखित सामग्री शामिल हैं। यदि आपको कोई डिसएबिलिटी है, तो मुफ्त सहायता सेवाएँ और सपोर्ट प्राप्त करें। **1-833-230-2058 (TTY: 711)** पर कॉल करें।

미국 수화 통역사 및 기타 서면 자료를 통해 귀하의 언어로 무료 언어 지원 서비스를 받을 수 있습니다. 장애가 있는 경우에는 무료 보조 도구와 지원도 제공됩니다. 전화: **1-833-230-2058(TTY: 711)**.

PAmerican Pምልክት ቋንቋ ተርጓሚዎች እና ሌሎች የተጻፉ ቁሳቁሶችን ጨምሮ፣ በቋንቋዎ ነጻ እርዳታ ያግኙ። አካል ጉዳተኛነት ካለብዎት ነፃ እርዳታ እና ድጋፍ ያግኙ። ወደ **1-833-230-2058 (TTY: 711)** ይደውሉ።

Gba ìrànṣọwọ ọfẹ ní èdè rẹ àti àwọn atúmọ èdè fún Àmì Èdè Amẹ́rika ati àwọn ohun èlò ikòwé mǐíràn. Gba àwọn ìrànṣọwọ àti àtiléyìn ọfẹ bí o bá ní àìlera kan. Pe **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

Makakuha ng libreng tulong sa iyong wika kabilang ang mga interpreter para sa American Sign Language at iba pang mga nakasulat na materyal. Makakuha ng libreng tulong at suporta kung ikaw ay may kapansanan. Tumawag sa **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

په خپلې ژبې کې وړيا مرسته ترلاسه کړئ، پشمول د امريکايي اشارو ژبې ژباړونکي او نور ليکل شويو موادو. که تاسو معلومات لري نو وړيا مرستې او ملاتړ ترلاسه کړئ. **1-833-230-2058 (TTY: 711)** ته زنگ ووهئ.

ಅಮೆರಿಕನ್ ಸಂಕೇತ (ಸೈನ್) ಭಾಷೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಪ್ರಾತಃಪೂರ್ವಕ ಸಾಮಗ್ರಿ(ಮೆಟಿರಿಯಲ್‌ಕೆ) ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಲತೆ (ಇಂಟರ್‌ಪ್ರಿಟರ್‌ಲತೆ) ಸಹ, ಮಿ ಭಾಷೆಲೆ ಂವಿತ ಸಹಾಯನ್ನಿ ಪೊಂದಂಡಿ. ಮಿ ಕು ವಲಕಲ್ಯಂ ಂಟೆ ಂವಿತ ಸಹಾಯಾಲನು ಮತ್ತು ಮದ್ಧತುನು ಪೊಂದಂಡಿ. **1-833-230-2058 (TTY: 711)** ಕು ಕಾಲ್ ಂಯಂಡಿ.

अमेरिकी साङ्केतिक भाषाका लागि दोभाषे र लिखित सामग्रीहरू सहित आफ्नै भाषामा निःशुल्क सहायता प्राप्त गर्नुहोस्। तपाईंलाई कुनै अपाङ्गता छ भने निःशुल्क सहायता र समर्थन प्राप्त गर्नुहोस्। **1-833-230-2058 (TTY: 711)** मा कल गर्नुहोस्।

အမေရိကန် လက်ဟန်ပြဘာသာစကား (American Sign Language) အတွက် စကားပြန်များနှင့် အခြားစာဖြင့်ရေးသားထားသော အထောက်အကူပစ္စည်းများအပါအဝင် သင့်ဘာသာစကားဖြင့်အကူအညီများကို အခမဲ့ ရယူပါ။ သင့်တွင် မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုခု ရှိပါက အခမဲ့ အကူအညီများနှင့် အထောက်အပံ့များ ရယူပါ။ **1-833-230-2058 (TTY: 711)** သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

Jwenn èd gratis nan lang ou, ki gen ladann entèprèt pou Lang Siy Ameriken ak lòt dokiman ekri. Jwenn èd ak sipò gratis si ou gen yon andikap. Rele **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

Bōk jipañ ilo an ejjelok wōnāān ilo kajin eo am ekoba rukok ro ñan Kajin Jain ñan Jaroñroñ ro (American Sign Language) im wāween ko jet ilo jeje. Bōk madmōd ko im jipañ ko ilo an ejjelok wōnāān ñe ewōr am nañinmej in utamwe. Kall e **1-833-230-2058 (TTY: 711)**.

NV-MED-M-4264616a

Regulatory Approved: 9/4/2025

Aviso de no discriminación

Cumplimos con todas las leyes de derechos civiles federales y estatales. No discriminamos, excluimos ni tratamos a las personas de manera diferente por motivos de raza, color, nacionalidad, discapacidad, edad, religión, sexo (lo que incluye embarazo, género, identidad de género, preferencia sexual y orientación sexual), ni por motivos de estado civil, salud o asistencia pública. Queremos que todas las personas tengan una oportunidad justa y equitativa de estar lo más saludables posible.

Ofrecemos ayuda gratuita, servicios y modificaciones razonables si tiene alguna discapacidad. Podemos conseguir un intérprete de lengua de señas. Esta persona le ayudará a comunicarse con nosotros o con sus proveedores. Obtenga sus materiales impresos en letra grande, en formato de audio o en braille, sin costo alguno. También podemos ayudarle si habla un idioma diferente al inglés. Podemos conseguirle un intérprete que hable su idioma. O bien, puede obtener materiales impresos en su idioma. Puede obtener todo esto sin costo para usted.

Llame al **1-833-230-2058 (TTY: 1-800-326-6868 o 711)** si necesita alguna de esta ayuda. Nuestro horario de atención es de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico (PT). Estamos aquí para ayudarle.

Puede presentar una queja si no le proporcionamos estos servicios o si cree que ha sido discriminado de alguna otra manera.

Por correo postal:	CareSource Attn: Civil Rights Coordinator P.O. Box 1947 Dayton, OH 45401	Teléfono: 1-844-539-1732 (TTY: 711) Fax: 1-844-417-6254
Correo electrónico:	CivilRightsCoordinator@CareSource.com	

También puede presentar una reclamación ante 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).

Por correo postal:	U.S. Department of Health and Human Services 200 Independence Ave., S.W. Room 509F, HHH Building Washington, D.C. 20201
	Envíe por correo el formulario de reclamación que se encuentra en www.hhs.gov/sites/default/files/ocr-cr-complaint-form-package.pdf .
Teléfono:	1-800-368-1019 (TTY: 1-800-537-7697)
En línea:	ocrportal.hhs.gov

Puede encontrar este aviso en **CareSource.com/NV/Members/Medicaid**



P.O. Box 8738
Dayton, OH 45401-8738

CONTÁCTENOS

Servicios para Afiliados:

1-833-230-2058 (TTY: 711)

De lunes a viernes, de 8 a. m. a
6 p. m., hora del Pacífico (PT)

Línea de asesoría en enfermería las 24 horas:

1-833-687-7365 (TTY: 711)

SÍGANOS



facebook.com/**CareSourceNV**



X.com/**CareSource**



Instagram.com/**CareSource**



Un mundo de salud y bienestar solo para usted

¡Es un mundo de salud y bienestar creado solo para usted! CareSource MyLifeSM tiene todas las características que necesita para administrar su plan. Inicie sesión en su cuenta segura, consulte sus beneficios, acceda a su tarjeta de identificación (ID) digital, ¡y mucho más! Además, CareSource MyLife es fácil de usar. Incluso verá consejos y recursos personalizados para usted.

¡Configure su cuenta hoy mismo!

Visite **MyLife.CareSource.com** o descargue la aplicación móvil desde App Store[®] o Google Play[®].