

¡Manténgase sano y feliz!



CareSource desea asegurarse de que usted se mantenga saludable y sea feliz. Hay varias actividades de salud que puede hacer para garantizar que se mantenga saludable. La siguiente tabla le permite saber qué atención o prueba puede necesitar a su edad.

Sin embargo, su médico le dirá exactamente qué actividades de salud preventiva necesita y son apropiadas para usted con base en su historial médico.

HIP Basic o HIP State Plan Basic

Si le queda dinero en su cuenta de bienestar y responsabilidad personal (Personal Wellness and Responsibility, POWER) al final de su período de beneficios y recibe los servicios preventivos recomendados, tendrá la opción de recibir los beneficios de HIP Plus en el futuro a un costo mensual reducido. Si NO recibe atención preventiva, pero tiene dinero

sobranante que usted contribuyó a la cuenta, estos fondos se aplicarán como un crédito y tendrá la opción de recibir HIP Plus. Sin embargo, su crédito estará sujeto a una multa del 25 % ya que usted no mantuvo su inscripción a HIP Plus. Este proceso ocurrirá 120 días después de que finalice su período de beneficios.

HIP Plus o HIP State Plan Plus

Si le queda dinero en su cuenta POWER al final de su período de beneficios y recibe los servicios preventivos recomendados, usted será elegible para que sus fondos sobrantes se dupliquen. Esto puede dar lugar a que reciba sus beneficios de HIP Plus a un costo mucho menor o de manera gratuita en el período de beneficios actual. Si usted NO recibe la atención preventiva que necesita, parte del dinero acumulado en su cuenta POWER se traspasará, pero no se duplicará.

| Actividades recomendadas | 20 años | 30 años | 40 años | 50 años | 60 años o más |
|---|---------|---------|---------|---------|---------------|
| Examen físico anual | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Examen odontológico (solo HIP Plus) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Examen oftalmológico (solo HIP Plus) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Vacuna antigripal | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Vacuna de refuerzo contra el tétanos y la difteria (Td) | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Monitoreo del colesterol | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Evaluación de detección de diabetes | | | ✓ | ✓ | ✓ |
| Evaluación de detección de cáncer colorrectal | | | | ✓ | ✓ |
| Vacuna contra el herpes zóster | | | | | ✓ |
| Vacuna antineumocócica | | | | | ✓ |

Examen físico anual: es importante que su médico la examine al menos una vez al año. Esto es así aunque usted se sienta saludable.

Examen odontológico: debe realizarse una limpieza dental al menos una vez por año.

Examen oftalmológico: haga que revisen sus ojos al menos una vez cada dos años. Pregúntele a su médico si necesita un control con más frecuencia.

Vacuna antigripal: se recomienda que la mayoría de los adultos reciba la vacuna contra la gripe una vez por año.

Vacuna de refuerzo contra el tétanos y la difteria (Td): debe recibir una vacuna de refuerzo contra el tétanos y la difteria (Td) cada 10 años.

Monitoreo del colesterol: después de los 35 años, hágase un control de colesterol cada 5 años. Si tiene factores de riesgo para desarrollar una enfermedad cardíaca, como diabetes, presión arterial alta o un historial familiar importante de enfermedad cardíaca, es posible que su médico controle su colesterol con más frecuencia.

Evaluación de detección de diabetes: independientemente de su edad, si tiene sobrepeso o presión arterial alta, es posible que su médico le haga una prueba de detección de diabetes. Las personas de 45 años o más que estén sanas deben realizarse una evaluación de detección cada tres años. Todos los asiáticos estadounidenses deben realizarse controles si su índice de masa corporal (IMC) está por encima de 23.

Fuentes: USPSTF, MedLinePlus y CDC

CareSource cumple con las leyes vigentes de derechos civiles estatales y federales y no discrimina basándose en la edad, el sexo, la identidad de género, el color de piel, la raza, una discapacidad, la nacionalidad, el estado civil, la preferencia sexual, la creencia religiosa, el estado de salud o el estado de asistencia pública.

Si usted o alguien a quien ayuda tiene preguntas sobre CareSource, tiene derecho a recibir esta información y ayuda en su propio idioma sin costo. Para hablar con un intérprete, llame al número de Servicios para Afiliados que figura en su tarjeta de identificación.

如果您或者您在帮助的人对 CareSource 存有疑问, 您有权 免费获得以您的语言提供的帮助和信息。如果您需要与一位翻译交谈, 请拨打您的会员 ID 卡上的会员服务电话号码。

Evaluación de detección de cáncer colorrectal: entre los 50 y 75 años, haga que le realicen una evaluación de detección de cáncer colorrectal. Hable con su médico acerca de la mejor prueba de detección para usted. Si es menor de 50 años, su médico puede recomendarle que se realice la prueba si tiene un historial familiar importante de cáncer colorrectal u otros factores de riesgo.

Vacuna contra el herpes zóster: si tiene más de 60 años, hable con su médico acerca de recibir la vacuna contra el herpes zóster. Las personas con un sistema inmune débil no deben recibir la vacuna.

Vacuna antineumocócica: si tiene 65 años o más, debe recibir la vacuna contra la neumonía. Si es menor de 65 años y padece otras afecciones médicas, su médico podría recomendarla.