CountyCare HEALTH PLAN

OTOÑO 2020

Uno de los planes mejor evaluados

para la salud de las mujeres y los niños, según el Reporte de Calificaciones de Planes de HealthChoice Illinois 2019

LLEGÓ EL MOMENTO DE LA INSCRIPCIÓN ABIERTA

¡Quédese con CountyCare en 2021!

Probablemente ya recibió o va a recibir una carta del programa HealthChoice Illinois. Esta carta le pide a usted y a los miembros de su familia elegibles que escojan un plan de seguro médico de Medicad para el año 2021. ¡Apreciamos mucho que usted sea miembro de CountyCare!

Si desea quedarse en CountyCare, no tiene que hacer nada.

Disfrute todo lo que le ofrece CountyCare:

- **No hay copagos.** No hay ningún copago por visitas al doctor, visitas a la sala de emergencia o medicamentos recetados.
- **Recompensas.** CountyCare le enviará una Tarjeta de Recompensas cuando vaya al doctor por ciertos servicios. El dinero en efectivo acreditado a su Tarjeta de Recompensas puede ser utilizado en tiendas como Walmart y Walgreens. Vea todas las recompensas disponibles para usted en www.countycare.com/rewardsprogram.
  - **Recompensa de $25** por ir con su Proveedor de Cuidado Médico Primario asignado a que le realicen un chequeo médico anual
  - **Recompensa de $15** por hacer su evaluación de riesgos de salud anual y muchas más recompensas por otros servicios
- **Beneficios adicionales.** CountyCare tiene valiosos beneficios adicionales. Nuestro programa Brighter Beginnings para bebés y quienes esperan un bebé incluye pañales gratis, monitores para medir la presión arterial que son enviados a su domicilio, y asientos infantiles de auto gratuitos. También ofrecemos cupones gratis para reuniones de Weight Watchers y cirugía de los ojos LASIK gratis para los miembros que califican, entre muchos otros.
- **Cuidado médico que gira en torno a usted.** Tendrá un Proveedor de Cuidado Médico Primario asignado y un Coordinador de Cuidado Médico para asegurar que reciba los servicios que necesita.

Contenido

¡Quédese con CountyCare en 2021! 1
Influenza, VRS y COVID-19 2
Fraude, abuso y negligencia 2
Las mamografías son importantes 2
Cuidado dental y embarazo 3
Estamos en el mismo equipo 3

Influenza, VRS y COVID-19

Durante esta temporada del año, seguramente usted ha escuchado bastante acerca de estas tres enfermedades; a veces la información puede ser confusa. CountyCare está aquí para brindarle información confiable que le ayude a mantenerse saludable.

Póngase la vacuna contra la influenza

Los niños y jóvenes menores de 18 años deben ponerse la vacuna contra la influenza en el consultorio de su doctor. Recomendamos una vacuna contra la influenza para todas las personas a partir de los 6 meses de edad. Todavía puede ponerse su vacuna contra la influenza. Este año, es más importante que nunca.

Virus respiratorio sincicial (VRS)

Los síntomas de VRS son similares a los de la influenza y el COVID-19 (goteo nasal, disminución del apetito, tos, estornudos, fiebre, dificultad para respirar). Si usted o sus hijos tienen estos síntomas, llame a su Proveedor de Cuidado Médico (PCP) asignado, quien se asegurará de que reciban el tratamiento adecuado.

COVID-19

Los casos de COVID-19 están aumentando de nuevo en el Condado de Cook. Es importante que se proteja a usted y a sus seres queridos, especialmente durante los meses del invierno. No olvide:

- Usar tapabocas y practicar el distanciamiento social
- Lavarse bien las manos con agua y jabón, frecuentemente
- Limitar el contacto con personas o superficies que podrían tener microbios
- Cubrir su tos y sus estornudos para disminuir la dispersión de microbios

Fraude, abuso y negligencia

Queremos que usted tenga una experiencia positiva cada vez que reciba servicios de salud a través de CountyCare. Tenemos una línea telefónica para miembros en la que puede reportar incidentes de fraude, abuso y negligencia. Si cree que se han aprovechado de usted o que le han hecho algún daño (por ejemplo, si alguien más utiliza su Tarjeta de Identificación de Miembro, o si un proveedor le cobra por servicios que usted no recibió), queremos estar enterados. Por favor comuníquese con la Línea Telefónica de Fraude y Abuso de CountyCare al 844-509-4669 para reportar estos incidentes. Todas las preguntas sobre beneficios o el plan de seguro médico pueden ser atendidas en Servicios para Miembros llamando al 312-864-8200.

Las mamografías son importantes

No tiene que ser el Mes de la Concientización sobre el Cáncer de Seno para que considere la salud de los senos. Una mamografía es una radiografía de sus senos. Ayuda a detectar el cáncer de seno, algunas veces antes de que usted pueda sentir un bulto. Aquí hay una lista de lugares a donde pueden hacerle una mamografía: http://www.countycare.com/Media/Default/pdf/CCR_0135_Mammography_Locations-030519.pdf

Las mujeres de 50 a 74 años de edad obtendrán $25 en su Tarjeta de Recompensas de CountyCare una vez que se hayan hecho una mamografía.

Cuidado dental y embarazo

Mantener sus dientes y encías saludables es muy importante, especialmente cuando está embarazada. Los cambios hormonales que ocurren durante el embarazo pueden incrementar su riesgo de enfermedad de las encías. Las siguientes son algunas medidas para tener en cuenta antes, durante y después del embarazo.

ANTES

No olvide sus exámenes orales de rutina. CountyCare cubre un examen dental cada seis meses.

DURANTE

No deje de ir al dentista cuando esté embarazada. Los dentistas tomarán medidas preventivas adicionales para mantenerla a usted y a su bebé sanos. Recuerde llevar una lista de todos los medicamentos que toma.

¿Tiene náusea? Intente usar una pasta de dientes sin sabor y enjuague su boca con agua cada vez que se haya sentido mal.

Alimentación saludable. Los primeros dientes de su bebé empiezan a desarrollarse en el primer trimestre. Es importante agregar alimentos con buenas fuentes de minerales a su dieta, como leche, queso y yogur, para ayudar al desarrollo de los dientes, encías y huesos de su bebé.

DESPUÉS

Si tiene cualquier problema de encías durante su embarazo, vaya con su dentista lo más pronto posible después del parto para que le realicen una revisión dental integral.

Para buscar un proveedor dental afiliado a la red, use el enlace "Encuentra un proveedor" en **www.countycare.com/find-a-provider** y haga clic en la sección "Dental".

Estamos en el mismo equipo

Al ser miembro de CountyCare, ahora usted tiene acceso a un equipo completo de cuidado médico, el cual incluye un Coordinador de Cuidado Médico. La meta de este servicio es mejorar la calidad del cuidado médico y brindarle apoyo para ayudarle a mejorar su salud. Puede saber quién es su Coordinador de Cuidado Médico llamando a Servicios para Miembros al 312-864-8200, 711 (TDD/TTY).

Los Coordinadores de Cuidado Médico pueden:

- Responder preguntas sobre su tratamiento
- Ayudarle a obtener servicios una vez que salga del hospital
- Ayudarlo a controlar una afección médica, como asma o diabetes
- Coordinar su transporte a citas médicas
- Ayudarle a manejar sus beneficios de CountyCare

En CountyCare queremos asegurarnos de que nuestros miembros participantes se mantengan informados sobre sus derechos y responsabilidades como miembros de un plan de salud. El Aviso Anual para Miembros de 2019 brinda información importante para satisfacer sus necesidades de servicios del cuidado de la salud e información acerca de los Programas de Mejora de Calidad y de Aptitudes Culturales de CountyCare, entre otros. Puede encontrar una copia de este aviso en nuestro sitio web, en http://www.countycare.com/members/resources. También puede comunicarse con Servicios para Miembros durante el horario de oficina al 312-864-8200/855-444-1661/711 TTD/TTY para recibir esta información en otros idiomas o para solicitar que le envíen una copia por correo.

ATTENTION: *If you speak ENGLISH, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 312-864-8200 / 855-444-1661 (toll-free) / 711 (TTY).*

ATENCIÓN: *Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711 (TTY).*

UWAGA: *Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711 (TTY).*

注意：如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 *312-864-8200 / 855-444-1661 / 711.*

Este documento está disponible en otros idiomas. Por favor comuníquese con nosotros al 312-864-8200 para pedir este documento en otro idioma.
CountyCare cumple con todas las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina en base a raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

Prsrt Std
U.S. Postage
PAID
Burlington, VT
Permit No. 601

Gracias por elegir CountyCare

SÍGANOS EN LAS REDES SOCIALES

Síganos en Facebook y en Instagram, en **@Countycare_healthplan**, para obtener información actualizada acerca de nuestras iniciativas de respuesta ante el COVID-19, beneficios del plan y nuevos servicios. No olvide darnos "like" y compartir la información con sus seres queridos.

Envíe un mensaje de texto con la palabra COUNTYCARE al 37331 para recibir mensajes de texto con información sobre el programa de recompensas y actualizaciones de CountyCare.