



## Novidades

# Manténgase informado: Se acercan cambios en Medicaid

¡No se pierda información importante sobre Medicaid! El Departamento de Atención Médica y Servicios para Familias de Illinois (Illinois Department of Healthcare and Family Services, HFS) se comunicará con usted si necesita hacer algo para mantener su cobertura de Medicaid.

## Lo mejor que puede hacer en este momento es mantenerse informado.

- Visite [getmedicaidfacts.com](https://getmedicaidfacts.com) para obtener información sobre cambios importantes.
- Asegúrese de que HFS tenga su dirección postal correcta para que pueda recibir información importante sobre su cobertura a tiempo.
- Obtenga ayuda en persona en un evento de redeterminación de CountyCare.

## Cómo actualizar su información de contacto:

- **Solicitud de Elegibilidad para Beneficios (Application for Benefits Eligibility, ABE):**  
Visite [abe.illinois.gov](https://abe.illinois.gov) y haga clic en "Manage My Case" (Administrar mi caso)
- **HFS:** Complete el **Formulario de cambio de dirección de HFS**
- **Línea directa HFS/All Kids:**  
Llame al 877-805-5312 (TTY: 877-204-1012)

## Tabla de contenido

Manténgase informado: Se acercan cambios en Medicaid .....	1
Consejos de seguridad para prepararse para el calor del verano .....	2
Ayuda para miembros con condiciones de largo plazo .....	2
Comparta sus experiencias con la coordinación de atención médica .....	2
Apoyo de manejo de atención médica .....	3
Mes Nacional de Concientización sobre el Asma y las Alergias .....	3
Mes de Concientización sobre la Salud Mental .....	3
Sea parte del Consejo de Liderazgo Familiar de CountyCare (FLC) .....	3

# Consejos de seguridad para prepararse para el calor del verano



El calor del verano en Illinois puede ser peligroso si usted no está preparado. El clima caluroso puede causar calambres por calor, agotamiento por calor y ataque cerebral por calor. Es importante protegerse. Consulte los siguientes consejos para prepararse para un verano seguro:



Use ropa ligera, de colores claros y holgada.



Beba agua, jugos con poca azúcar y bebidas deportivas como Gatorade. Manténgase alejado de las bebidas alcohólicas o gaseosas.



Mantenga la circulación de aire en los espacios interiores.



Tome descansos con la mayor frecuencia posible.



**Durante una ola de calor, revise cómo están sus vecinos para asegurarse de que estén seguros, especialmente si son adultos mayores, personas con necesidades especiales o personas que viven solas.**

Fuente: <https://ready.illinois.gov/hazards/extremetempshot.html>

## Ayuda para miembros con condiciones de largo plazo

Nos complace presentar dos nuevos programas para ayudar a nuestros miembros con condiciones como diabetes y presión alta.

### El programa **Take Care, Take Control** se enfoca en miembros con diabetes.

La diabetes es una enfermedad que ocurre cuando el nivel de azúcar en la sangre es demasiado alto. Más de 28 millones de adultos tienen un diagnóstico de diabetes. 11 millones de adultos tienen diabetes, pero aún no lo saben.<sup>1</sup> Los miembros pueden obtener más información sobre los diferentes tipos de diabetes, cómo manejarla, beneficios disponibles y más en [countycare.com/diabetes](https://countycare.com/diabetes).

**El programa My Heart, My Health** se enfoca en miembros con presión alta. A la presión alta a veces se le llama el "asesino silencioso" porque por lo general no muestra señales hasta que es demasiado tarde. Aproximadamente 37 millones de adultos tienen presión alta.<sup>2</sup> Los miembros pueden obtener más información sobre cómo manejar su presión, beneficios disponibles y más en [countycare.com/hypertension](https://countycare.com/hypertension).

<sup>1</sup> <https://www.cdc.gov/diabetes/php/data-research/index.html>

<sup>2</sup> <https://www.cdc.gov/high-blood-pressure/data-research/facts-stats/index.html>



CountyCare cubre pruebas de laboratorio y análisis de sangre sin costo para usted. Estas pruebas ayudan a asegurar que su medicamento le esté ayudando. **¡No olvide programarlas!**

## Recordatorio de beneficios

### Comparta sus experiencias con la coordinación de atención médica

Los miembros de CountyCare que participan en manejo de atención médica tendrán la oportunidad de compartir comentarios sobre los servicios que reciben. Los miembros que completen la Encuesta de Manejo de Atención Médica pueden recibir una recompensa de \$15\*. Los miembros elegibles deben estar atentos a un mensaje de texto con instrucciones sobre cómo completar la encuesta. Comuníquese con su coordinador de atención médica si tiene alguna pregunta.

\*Si utiliza este programa para alquiler o servicios públicos, el Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (Housing and Urban Development, HUD) exige que se informe como ingreso si usted pide asistencia. Comuníquese con su oficina local del HUD si tiene preguntas.

## Apoyo de manejo de atención médica

Los programas de manejo de atención médica (también llamados coordinación de atención médica) ayudan a los miembros a cuidarse. Los administradores de atención médica trabajan con pacientes, proveedores y cuidadores. Pueden ayudar a programar citas, revisar planes de tratamiento y encontrar recursos comunitarios. Si quiere ayuda de un coordinador de atención médica, complete el formulario **Referral to Care Coordination (Remisión para coordinación de atención médica)** en nuestro sitio web. Su proveedor, un familiar o cuidador también puede completar el formulario por usted. La participación en el manejo de atención médica es voluntaria y usted puede dejar el programa en cualquier momento.

Los miembros también pueden pedir servicios de coordinación de atención médica enviando un mensaje a través del Portal para Miembros en [countycaremember.healthtrioconnect.com/app/index.page?](https://countycaremember.healthtrioconnect.com/app/index.page?)

## Eventos de CountyCare

### Sea parte del Consejo de Liderazgo Familiar (Family Leadership Council, FLC) de CountyCare

Únase a nosotros para compartir sus comentarios sobre los servicios de atención médica de salud conductual para niños de CountyCare. Queremos saber qué estamos haciendo bien y cómo podemos mejorar nuestros servicios. La próxima reunión virtual será el 24 de junio de 2026 a las 2 p.m.

Envíe un correo electrónico a Bria Robinson a [bria.robinson@cookcountyhealth.org](mailto:bria.robinson@cookcountyhealth.org) o a Raphael Daniels a [raphael.daniels@cookcountyhealth.org](mailto:raphael.daniels@cookcountyhealth.org) para reservar su lugar. Indíquenos los números de identificación de miembro de CountyCare de quienes asistirán de su familia.

## Concientización sobre la salud y el bienestar este mayo

### Mes Nacional de Concientización sobre el Asma y las Alergias



Más de 106 millones de personas en los Estados Unidos tienen alergias o asma.<sup>3</sup> Para muchas personas, los cambios de estación pueden empeorar sus síntomas. Esté atento a señales de advertencia tempranas como tos, sibilancias o falta de aire. Si tiene alergias o asma, asegúrese de consultar regularmente con su proveedor para mantener su plan de tratamiento al día.

<sup>3</sup> <https://aafa.org/get-involved/asthma-and-allergy-awareness-month/>

### Mes de Concientización sobre la Salud Mental



Su salud mental es tan importante como su salud física. Los miembros de CountyCare pueden recibir atención para problemas de salud mental y trastornos por consumo de sustancias. Esto incluye terapia, consejería, tratamiento asistido con medicamentos y más. Para obtener más información, visite [countycare.com/benefits](https://countycare.com/benefits).



Visite nuestra página de noticias y eventos para ver nuestros próximos eventos, incluidos los eventos de redeterminación, en [countycare.com/news-and-events/](https://countycare.com/news-and-events/).

Desde CountyCare queremos asegurarnos de que nuestros miembros están informados sobre sus derechos y responsabilidades como miembros de un plan médico. El Aviso Anual para Miembros de 2026 tiene información importante para cubrir sus necesidades de atención médica, información sobre los Programas de Mejora de la Calidad y el Programa de Competencia Cultural de CountyCare, y mucho más. Puede encontrar una copia de este aviso en nuestro sitio web visitando <http://www.countycare.com/members/resources>. También puede comunicarse con los Servicios para Miembros durante el horario de atención habitual llamando al 312-864-8200, 711 TDD/TTY, para recibir esta información en otros idiomas o pedir 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).

This document is also available in other languages. Please contact us at 312-864-8200 to request this document in another language.

CountyCare complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

**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。

! Consulte [countycare.com](http://countycare.com) para obtener información importante



Aviso Anual para Miembros



Aviso de Prácticas de Privacidad



Declaración de No Discriminación

Gracias por elegir

# CountyCare

SÍGANOS EN LAS REDES SOCIALES



**¿Necesita ayuda?** Nuestro equipo está aquí para apoyarle. Llame a Servicios para Miembros al 312-864-8200 / 855-444-1661 (gratis) / 711 (TDD / TTY) si tiene alguna pregunta.