



Entender la diferencia entre la inscripción abierta y la redeterminación

La inscripción abierta es el único momento del año en el que puede elegir su plan médico. Recibirá una carta de HealthChoice Illinois por correo. ¡La buena noticia es que si quiere permanecer con CountyCare, no necesita hacer nada! La redeterminación es el proceso que los inscritos en Medicaid deben completar una vez al año para ver si todavía son elegibles para los beneficios de Medicaid. Los miembros que deban completar su documentación de redeterminación y obtengan la renovación recibirán \$40 en su tarjeta de recompensas de Visa. Visite abe.illinois.gov e inicie sesión en Manage My Case (Administrar mi caso) para ver su fecha de redeterminación.



Cuidado con la exposición al plomo

El Departamento de Salud Pública de Illinois (Illinois Department of Public Health, IDPH) amplió su lista de códigos postales con alto riesgo de exposición al plomo (<https://bit.ly/highriskzipcodes>). Según la ley de Illinois, todos los niños que vivan en un código postal con alto riesgo deben ser examinados a los 12, 24 y 36 meses. Los niños de 6 años o menos deben ser evaluados por un proveedor para detectar exposición al plomo. El plomo es una sustancia dañina para nuestro organismo. Muchas casas en los suburbios del condado de Cook todavía tienen pintura a base de plomo. El plomo se suele encontrar en tuberías de agua viejas, restos de pintura, y en objetos y superficies que acumulan polvo de plomo. La exposición al plomo puede provocar un menor coeficiente intelectual, problemas de aprendizaje y de comportamiento, deterioro del lenguaje y del procesamiento del habla, y mucho más. Visite <https://cookcountypublichealth.org/environmental-health/lead-poisoning/> o comuníquese con el Servicio para miembros de CountyCare al 312-864-8200 / 855-444-1661 (gratis) / 711 (TDD/TTY) y pida que lo comuniquen con su Coordinador de atención para obtener más información.



¿Necesita ayuda con la redeterminación?

¡Venga a uno de nuestros eventos REDE! Escanee el código QR para ver el calendario.



Tabla de contenido

Entender la diferencia entre la inscripción abierta y la redeterminación.....	1
Cuidado con la exposición al plomo.....	1
Se acerca la temporada de gripe: ¡Vacúnese contra la gripe y obtenga recompensas!.....	1
Las vacunas contra el VPH pueden prevenir el cáncer.....	2
Beneficios de salud conductual.....	2
Recordatorio de beneficios: CountyCare cubre viajes a citas, farmacias y oficinas de WIC.....	3
Deje de fumar hoy.....	3

Se acerca la temporada de gripe: ¡Vacúnese contra la gripe y obtenga recompensas!



¿QUÉ es la influenza (gripe)?



La gripe es un virus que puede propagarse mediante el contacto cercano con una persona infectada. Afecta la nariz, la garganta y, en ocasiones, los pulmones. Fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, tos seca, dolor en los músculos, dolor en las extremidades o articulaciones, diarrea y dolor de garganta son algunos de los síntomas de la gripe.

¿CUÁNDO debe vacunarse contra la gripe?



Se recomienda vacunarse a finales de octubre. Hacerlo en ese momento permite que su cuerpo desarrolle inmunidad antes de los meses de invierno, cuando la actividad de la gripe suele aumentar.

Para obtener más información, visite <https://countycare.com/wp-content/uploads/Flu-Season-2024.pdf>

¿QUIÉN debería vacunarse contra la gripe?



Con muy pocas excepciones, casi todas las personas de 6 meses o más deberían vacunarse contra la gripe.

¿DÓNDE puedo conseguir la vacuna contra la gripe?



Pregúntele a su médico, farmacéutico o centro de salud de la comunidad para averiguar dónde puede obtener su vacuna contra la gripe sin costo. Los miembros de 6 a 24 meses recibirán una recompensa de \$75 en su tarjeta de recompensa de Visa y los miembros de 2 años o más recibirán una recompensa de \$25 en su tarjeta de recompensa de Visa por recibir sus vacunas contra la gripe.



Las vacunas contra el VPH pueden prevenir el cáncer

La vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH) es la mejor manera de proteger a su hijo contra ciertos tipos de cáncer más adelante en la vida. Las vacunas contra el VPH se pueden administrar a partir de los 9 años. La vacuna protege a su hijo mucho antes de que tenga contacto con el virus.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention) recomiendan que los niños de 11 a 12 años reciban dos dosis de la vacuna contra el

VPH, con un intervalo de 6 a 12 meses. Los adolescentes de 15 años o más necesitan una serie de 3 dosis en lugar de 2. Si su hijo aún no está vacunado, hable con su médico sobre la posibilidad de hacerlo lo antes posible.



¡Gane recompensas!

Los miembros de entre 9 y 45 años que reciban ambas vacunas contra el VPH con al menos 146 días de diferencia pueden ganar \$25 por la primera dosis y \$50 por la segunda dosis. Para obtener más información sobre el VPH, visite <https://www.cdc.gov/hpv/>. Para obtener más información sobre el Programa de Recompensas de Visa de CountyCare, visite <https://countycare.com/members/benefits-rewards/>.

Beneficios de salud conductual

Según la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias, casi 50 millones de personas de 12 años o más tuvieron un trastorno por consumo de sustancias (SUD) en 2022¹. CountyCare ofrece servicios de salud mental y trastornos por consumo de sustancias para ayudar a aquellos miembros que lo necesiten. Para acceder a estos servicios, llame a Servicios para miembros al 312-864-8200/ 855-444-1661 (gratis) / 711 (TDD/TTY).

¹ <https://www.cdc.gov/overdose-prevention/media/pdfs/2024/04/SAMHSA-Key-substance-use-and-mental-health-indicators-2022.pdf>



¿Qué es el VPH?

El VPH es un virus habitual que puede causar cáncer más adelante en la vida. Se transmite mediante el contacto íntimo de piel con piel. Casi todo el mundo contraerá el VPH en algún momento de su vida.



Recordatorio de beneficios: CountyCare cubre viajes a citas, farmacias y oficinas de WIC

Los miembros de CountyCare pueden llamar a Servicios para miembros al 312-864-8200 para programar sus viajes, de lunes a viernes de 7 a. m. a 7 p. m., sábados y domingos de 9 a.m. a 1 p.m. Los miembros también pueden programar un viaje visitando countycare.com o mymodivcare.com. También puede descargar la aplicación Modivcare desde Google Play® o el App Store® de Apple. La aplicación Modivcare puede conectarlo con un agente en directo y está en inglés y español.

Para programar un viaje, un miembro debe tener:

- Número de identificación de miembro
- Nombre y dirección de los proveedores médicos
- Día y hora de la cita

Escanee el código QR para obtener más información sobre cómo programar viajes.



Deje de fumar hoy



Mejore su salud general, reduzca el riesgo de enfermedades y aumente su esperanza de vida dejando de fumar. Fumar causa muchos problemas de salud, incluyendo la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), enfermedades cardíacas y muchos tipos de cáncer. Al dejar de fumar, puede reducir de forma significativa la probabilidad de sufrir todo esto. La línea para dejar de fumar de Illinois (Illinois Tobacco Quitline, ITQL) ofrece servicios para dejar de fumar para todos los residentes de Illinois, y todos los residentes de Illinois de 13 años de edad o más pueden recibir orientación. Para obtener más información sobre la línea ITQL, visite quityes.org o llame a los Servicios para miembros de CountyCare al 312-864-8200 / 855-444-1661 (gratis) / 711 (TDD/TTY) y pida hablar con su Coordinador de atención.



¿Sabía esto?

Fumar es muy caro. ¡Fumar 7 paquetes de cigarrillos a la semana le costaría un promedio de \$3864 al año!

Fuente: <https://quityes.org/why-quit/#year-off-your-life>

En CountyCare queremos asegurarnos de que nuestros miembros estén informados acerca de sus derechos y responsabilidades como miembros del plan de seguro médico. El Aviso Anual de la Membresía 2023 proporciona información importante para satisfacer sus necesidades de cuidado médico, información acerca de los Programas de Control de Calidad de CountyCare y del Programa de Capacidad Cultural, entre otros. Puede encontrar una copia de este aviso en nuestro sitio web en <http://www.countycare.com/members/resources>. Además, puede comunicarse con Servicios para Miembros durante el horario laboral 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).

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 también en otros idiomas. Por favor comuníquese con nosotros al 312-864-8200 para solicitar este documento en otro idioma.

De conformidad con las leyes federales de derechos civiles correspondientes, CountyCare no discrimina por motivos de raza, color, nación de origen, edad, discapacidad o sexo.

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

Gracias por elegir a

CountyCare

SÍGANOS EN LAS REDES SOCIALES

(@Countycare_healthplan) para obtener información actualizada sobre 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.