



Boletín informativo electrónico de Aetna Better Health® of Illinois

Otoño 2023

Prepárese para la temporada de gripe

Una vacuna antigripal anual es la mejor manera de protegerse de enfermedades graves y de la muerte a causa de la gripe. También ayuda a prevenir el contagio de virus a otras personas.

Las vacunas antigripales se recomiendan para todas las personas mayores de 6 meses y están cubiertas por su plan.

Visite a su proveedor de atención primaria, o una CVS Pharmacy® o MinuteClinic® local para recibir su vacuna.

Los miembros elegibles de 18 años o más que reciban la vacuna antigripal entre el 15 de septiembre de 2023 y el 31 de diciembre de 2023 podrán recibir una tarjeta de regalo de \$10 de parte de Aetna Better Health of Illinois*.

*Hay una cantidad limitada de tarjetas de regalo disponibles. Las tarjetas se enviarán por correo a los miembros elegibles el 30 de junio de 2024, mientras duren los suministros. Se limita a una tarjeta de regalo por miembro.

Sea proactivo contra la COVID-19

Una de las formas más fáciles de estar bien este otoño es colocándose la vacuna contra la COVID-19.

Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que todas las personas de 6 meses en adelante reciban una vacuna actualizada contra la COVID-19 para protegerse contra esta enfermedad y las posibilidades de sufrir una COVID-19 prolongada.

Ahorre un paso y programe una cita para recibir la vacuna antigripal y la vacuna contra la COVID-19 al mismo tiempo. Es seguro recibir ambas vacunas durante la misma consulta con su proveedor de atención primaria, o en su CVS Pharmacy® o MinuteClinic® local.



Somos parte de su comunidad

Nuestro equipo de extensión comunitaria organiza eventos en todo el estado, todos los meses. Compartimos recursos de salud, información y más con los asistentes.

Acompañe a Aetna Better Health® of Illinois en un próximo evento en su área. Averigüe dónde estaremos en nuestra [página Noticias y eventos](#).



Obtenga el apoyo de una doula durante su embarazo

Si vive en el condado de Cook o Kane, puede ser elegible para recibir el apoyo de una doula durante su embarazo. Conozca a **Mae**, una solución de salud digital y presencial que mejora la salud y experiencia en relación con su embarazo. Obtenga un seguimiento saludable del embarazo y apoyo de una doula local durante el período prenatal, el trabajo de parto y el parto, y el posparto. Estos servicios pueden estar cubiertos por Aetna Better Health of Illinois.

Una doula es una profesional capacitada que está ahí para apoyarla a usted y su familia en la preparación para el trabajo de parto, durante el parto y durante todo el período de posparto. Las doulas trabajan en colaboración con su obstetra/ginecólogo, partera o proveedor de atención primaria para brindarle apoyo, defenderla y mantenerla en el centro de su experiencia de embarazo.

Se conoce a las doulas por su impacto positivo en los resultados y las experiencias de parto. Ofrecen ayuda con las siguientes tareas:

- ✓ Creación de un plan de parto
- ✓ Educación acerca del embarazo
- ✓ Apoyo emocional
- ✓ Recomendaciones sobre nutrición y acondicionamiento físico
- ✓ Opciones para el trabajo de parto y el parto
- ✓ Recomendaciones sobre la lactancia
- ✓ Preparación posparto
- ✓ Apoyo en la transición a casa
- ✓ Apoyo de la pareja y los hermanos

Obtenga más información y cree una cuenta gratuita en JoinMae.MeetMae.com

DetECCIÓN Y PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE MAMA

La detección temprana es clave para prevenir el cáncer de mama. Una mamografía de rutina puede detectar posibles problemas de manera temprana, lo que le brinda más opciones de tratamiento.

Aetna Better Health® of Illinois cubre una mamografía anual para sus miembros a partir de los 40 años. Es posible que necesite una autorización previa; consulte con el consultorio de su proveedor.

Además, puede ser elegible para recibir un incentivo de \$25 a través de las Recompensas de Aetna Better Care® por realizarse la mamografía anual.

Consulte con su médico para programar una mamografía o llame al Departamento de Servicios para Miembros al **1-866-329-4701 (TTY: 711)** para obtener más información.



PERMANEZCA CONECTADO CON EL PLAN ASSURANCE WIRELESS

Como miembro de Aetna Better Health® of Illinois, puede ser elegible para recibir un teléfono inteligente gratuito a través de Assurance Wireless.

El plan incluye lo siguiente:

- Datos ilimitados, incluidos 25 GB de datos de alta velocidad
- Textos y minutos ilimitados
- 2.5 GB de datos móviles de alta velocidad para usar en puntos de acceso



Visite [Assurance Wireless](#) para inscribirse ahora mismo.



LLAME AL 988 PARA RECIBIR APOYO PARA LA SALUD MENTAL

Puede solicitar ayuda de un equipo de crisis móvil si está preocupado por un familiar, amigo o conocido que esté experimentando una crisis psicológica o en riesgo de sufrir una. También puede solicitar ayuda para usted mismo. Llame o envíe un mensaje de texto al **988**, o hable por chat en [988lifeline.org](#).

Los asesores locales están capacitados y proporcionan apoyo y recursos a quienes llaman para controlar su salud mental. Hay servicios adicionales disponibles para veteranos y personas de habla hispana.

Planificación familiar que se adapta a cualquier estilo de vida

A través de Medicaid, los anticonceptivos son gratuitos. No hay copagos, deducibles ni costos que paga de su bolsillo.

Esto incluye todos los métodos anticonceptivos aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA), anticonceptivos de emergencia, servicios para enfermedades de transmisión sexual (ETS) o asesoramiento sobre las ETS o los anticonceptivos.

Incluso si están fuera de la red, no se necesitan autorizaciones ni permisos previos.

Si necesita ayuda para elegir un método anticonceptivo o para encontrar un proveedor, visite [ICAN4ALL.org](https://www.ican4all.org) o llame al Departamento de Servicios para Miembros al **1-866-329-4701 (TTY: 711)**.



Beneficios a su alcance

Tome el control de su plan de salud creando una cuenta de usuario en el Portal para miembros. Inicie sesión para administrar los beneficios de su plan y sus objetivos de salud. Puede hacerlo desde cualquier lugar e incluso puede usar la [aplicación Aetna Better Health®](#) para llevar sus beneficios con usted a todos lados.

El Portal para miembros le permite realizar lo siguiente:

- Ver su tarjeta de identificación de miembro o solicitar una nueva
- Cambiar su proveedor de atención primaria (PCP)
- Actualizar su información de contacto
- Encontrar formularios y materiales
- Ver sus antecedentes médicos
- Controlar sus objetivos de salud
- Ver el estado de sus reclamaciones
- Buscar medicamentos con receta
- Encontrar una farmacia en su área
- Recibir apoyo de un enfermero certificado
- Conectarse con su equipo de atención en caso de participar en la administración de atención

Comience con nuestra [página del Portal para miembros](#).

Deje de fumar: 3 lugares a los que acudir en busca de ayuda

Si fuma, dejar de hacerlo es una de las mejores cosas que puede hacer por su corazón. Puede reducir el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y agregar años a su vida.

Dejar de fumar para siempre puede llevar algunos intentos. La buena noticia es que no tiene por qué hacerlo por su cuenta. Si necesita ayuda para dejar el hábito, aquí tiene tres formas de encontrar apoyo:

1. Hable con su médico. Su médico puede ofrecerle recursos y medicamentos para ayudarlo a dejar de fumar. Existen diferentes tipos de medicamentos. Su médico puede ayudarlo a elegir el adecuado para usted. Asegúrese de tomarlos según las indicaciones.
2. Únase a un grupo de apoyo. Conocerá a otras personas que quieren dejar de fumar. Es una oportunidad para compartir consejos y recibir apoyo. Su médico u hospital pueden ayudarlo a encontrar un grupo de apoyo que se reúna en persona o en línea.
3. Llame a una línea gratuita para dejar de fumar. Puede hablar con expertos sobre cómo dejar de fumar. Pueden ayudarlo a planificar de qué manera dejar el hábito. Llame al **[1-866-QUIT-YES \(1-877-784-8937\)](tel:1-866-QUIT-YES)** para obtener recursos para dejar el tabaco o los cigarrillos electrónicos.



Prepárese para renovar su cobertura

Illinois ha vuelto a pedir renovaciones para saber si los miembros continúan siendo elegibles para Medicaid.

Seleccione “Manage My Case” (Administrar mi caso) en **[ABE.Illinois.gov](https://www.abe.illinois.gov)** para hacer lo siguiente:

- Verifique su dirección de correo postal en la sección “Contact Us” (Comuníquese con nosotros).
- Obtenga información sobre la fecha límite de renovación (la fecha de “redeterminación”) en la sección “Benefit Details” (Detalles de los beneficios).

Revise su correo electrónico y haga la renovación de inmediato.

Si ya no es elegible para Medicaid, comuníquese con la cobertura de su trabajo o a través del mercado oficial de la Ley de Cuidado de Salud de Bajo Costo (ACA) de Illinois, **[GetCoveredIllinois.gov](https://www.getcoveredillinois.gov)**.

Tenga cuidado con las estafas. Illinois nunca le pedirá dinero para renovar o solicitar Medicaid. Denuncie las estafas en el **[sitio web para denunciar estafas](#)** o en la línea directa de fraude de Medicaid al **[1-844-453-7283](tel:1-844-453-7283)** / **[1-844-ILFRAUD](tel:1-844-ILFRAUD)**.



Derechos y responsabilidades

Sus derechos:

- Ser tratado con respeto y dignidad en todo momento.
- Que se mantenga la privacidad de la información personal de salud y los registros médicos, excepto cuando la ley lo permita.
- Ser protegido contra la discriminación.
- Recibir información de Aetna Better Health® of Illinois en otros idiomas o formatos, como con un intérprete o en braille.
- Recibir información sobre las opciones y alternativas de tratamiento disponibles, presentada de manera adecuada para su afección y capacidad para comprender.
- Recibir la información necesaria para poder tomar decisiones sobre sus opciones y tratamientos de atención médica.
- Rechazar el tratamiento y recibir información sobre lo que podría pasar si lo rechaza.
- Obtener una copia de sus registros médicos y, en algunos casos, solicitar que se modifiquen o se corrijan.
- Elegir su propio proveedor de atención primaria (PCP) de Aetna Better Health® of Illinois. Puede cambiar de PCP en cualquier momento.
- Ser libre de cualquier forma de limitación o aislamiento utilizada como medio de coerción, disciplina, conveniencia o represalia.
- Ejercer sus derechos con la garantía de que al hacerlo no afectará de manera negativa la forma en que lo tratan.
- Solicitar y recibir, dentro de un período de tiempo razonable, información sobre su plan de salud, sus proveedores y las políticas.

Sus responsabilidades:

- Tratar al médico y al personal del consultorio con cortesía y respeto.
- Llevar con usted la tarjeta de identificación de Aetna Better Health of Illinois cuando asiste a las citas médicas o cuando va a la farmacia a recoger sus medicamentos con receta.
- Asistir a las citas y llegar a tiempo.
- Si no puede asistir a las citas, cancelarlas con tiempo.
- Seguir las indicaciones y el plan de tratamiento que le da el médico.
- Informar a su plan de salud o al asistente social si cambia de dirección o el número de teléfono.
- Leer el manual para miembros para conocer los servicios que están cubiertos y si hay normas especiales.

Estamos haciendo cambios

A partir del 31 de diciembre de 2023, Aetna Better Health® of Illinois suspenderá el programa de cuidado después de la escuela debido a la baja participación. Escanee el código QR para ver qué beneficios adicionales puede recibir en caso de ser elegible.



Comparta su opinión

Nuestro Comité de Asesoramiento de Miembros reúne a miembros, proveedores y representantes del plan para mejorar nuestros servicios. Para unirse a una reunión del Comité de Asesoramiento de Miembros, llame al [1-866-329-4701 \(TTY: 711\)](tel:1-866-329-4701).

También puede compartir su opinión mediante nuestro Consejo de Liderazgo Familiar. Las reuniones tienen lugar varias veces al año y nos ayudan a mejorar la coordinación de la atención de los niños con necesidades de salud conductual. Puede encontrar información sobre las próximas reuniones del consejo en nuestra página [Noticias y eventos](#).



Manténgase informado

¿Desea que le enviemos información importante por teléfono, mensaje de texto o correo electrónico? Recibirá publicidades con novedades sobre los beneficios del plan, el programa de recompensas, las oportunidades de ahorro, y las aplicaciones y los servicios nuevos.

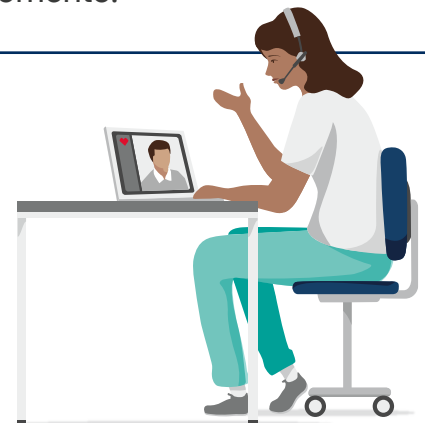
Solo envíe **SIGN UP** por mensaje de texto al **72138**.

Pueden aplicarse tarifas de mensaje y datos. La frecuencia de los mensajes varía. No se requiere su consentimiento y puede cancelar su suscripción en cualquier momento.

Estamos aquí para ayudar

Llame al Departamento de Servicios para Miembros al [1-866-329-4701 \(TTY: 711\)](tel:1-866-329-4701), de lunes a viernes, de 08:30 a. m. a 05:00 p. m., para realizar lo siguiente:

- Programar una cita
- Recibir ayuda con sus beneficios
- Organizar un traslado al consultorio del médico



Comuníquese con nosotros por redes sociales.

Aetna Better Health® of Illinois

Aviso de no discriminación

Aetna cumple con las leyes federales vigentes de derechos civiles y no discrimina por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Aetna no excluye a las personas ni las trata de manera diferente por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Aetna:

- Brinda ayuda y servicios gratuitos a personas con discapacidades para que se comuniquen de manera eficaz con nosotros, como los siguientes:
 - Intérpretes de lengua de señas calificados
 - Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles y otros formatos)
- Brinda servicios de idiomas gratuitos a las personas cuya lengua materna no es el inglés, como los siguientes:
 - Intérpretes calificados
 - Información escrita en otros idiomas

Si necesita un intérprete calificado, información escrita en otros formatos, servicios de traducción u otros servicios, llame al número que aparece en su tarjeta de identificación o al **1-800-385-4104**.

Si considera que Aetna no le proporcionó estos servicios o lo discriminó de alguna otra manera por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante nuestro Coordinador de derechos civiles:

Dirección: Attn: Civil Rights Coordinator
4500 East Cotton Center Boulevard
Phoenix, AZ 85040

Teléfono: **1-888-234-7358 (TTY: 711)**

Correo electrónico: **MedicaidCRCoordinator@aetna.com**

Puede presentar una queja en persona, por correo postal o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, nuestro coordinador de Derechos Civiles está disponible para brindarle ayuda.

También puede presentar un reclamo sobre derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Sociales de los Estados Unidos por vía electrónica a través del portal de reclamos de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en **<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>**, o bien, puede hacerlo por correo o por teléfono: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201, **1-800-368-1019**, **1-800-537-7697 (TDD)**. Los formularios de reclamos están disponibles en **<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>**.



English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Spanish: ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Polish: UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Chinese: 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 **1-800-385-4104** (TTY: **711**)。

Korean: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-385-4104** (TTY: **711**) 번으로 전화해 주십시오.

Tagalog: PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Arabic: **711**. إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-800-385-4104** (رقم هاتف الصم والبكم: ملحوظة:)

Russian: ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-800-385-4104** (телетайп: **711**).

Gujarati: સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન કરો **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Urdu: کریں اگر آپ اردو بولتے ہیں، تو آپ کو زبان کی مدد کی خدمات مفت میں دستیاب ہیں۔ کال کریں: **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Vietnamese: CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Italian: ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Hindi: ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। **1-800-385-4104** (TTY: **711**) पर कॉल करें।

French: ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le **1-800-385-4104** (ATS: **711**).

Greek: ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν μιλάτε ελληνικά, στη διάθεσή σας βρίσκονται υπηρεσίες γλωσσικής υποστήριξης, οι οποίες παρέχονται δωρεάν. Καλέστε **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

German: ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Aetna es la marca que se utiliza para los productos y servicios proporcionados por uno o más de los grupos de compañías de Aetna, lo que incluye a Aetna Life Insurance Company y sus filiales (Aetna). Primero hable con su médico sobre si esto es lo correcto para usted.



**HealthChoice
Illinois**
Illinois Department of
Healthcare and Family Services



[AetnaBetterHealth.com/Illinois-Medicaid](https://www.aetna.com/better-health/illinois-medicaid)

2672297-02-1

**Aetna Better Health[®]
of Illinois**