

# BEWELL

Consejos y recursos para apoyar un estilo de vida saludable | Volumen 1 – 2020

## VUELVA A CERTIFICAR LA ELEGIBILIDAD DE SU HIJO PARA MEDICAID/CHIP: LO QUE NECESITA SABER

DESCARGUE  
MYWELLCARE:  
NUESTRA APLICACIÓN  
MÓVIL GRATUITA

AYUDE A QUE SU  
HIJO HAGA SU  
TRANSICIÓN  
A LA ADULTEZ

DISPOSERx: AHORA  
DISPONIBLE PARA LOS  
MIEMBROS DE CMS  
HEALTH PLAN



**Children's**  
Medical Services  
Health Plan  
— Operated by WellCare —

# PÁGINA 4






## AYUDE A QUE SU HIJO HAGA SU TRANSICIÓN A LA ADULTEZ

### EN ESTA EDICIÓN

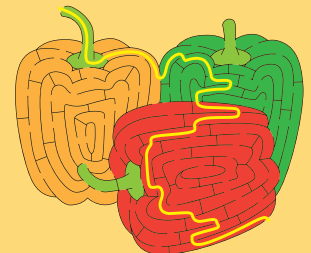
- 3** VUELVA A CERTIFICAR LA ELEGIBILIDAD DE SU HIJO PARA MEDICAID/CHIP: LO QUE NECESITA SABER
- 4** AYUDE A QUE SU HIJO HAGA SU TRANSICIÓN A LA ADULTEZ
- 5** HÁBITOS DENTALES SALUDABLES PARA BEBÉS Y NIÑOS  
DESAYUNO: COMIENCE BIEN EL DÍA
- 7** DESCARGUE MYWELLCARE: NUESTRA APLICACIÓN MÓVIL GRATUITA
- 8** DISPOSERX: AHORA DISPONIBLE PARA LOS MIEMBROS DE CMS HEALTH PLAN
- 9** TRANSICIÓN DE CUIDADO  
PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE LA UTILIZACIÓN (UM) DE CMS HEALTH PLAN
- 10** LABERINTO DE PIMIENTOS  
5 PREGUNTAS PARA HACER SOBRE LOS MEDICAMENTOS DE SU HIJO
- 11** COMMUNITY CONNECTIONS  
HAGA CLIC O LLAME PARA OBTENER LAS ÚLTIMAS ACTUALIZACIONES DE LA COBERTURA DE MEDICAMENTOS  
HABLE SIEMPRE CON SU MÉDICO

### NÚMEROS QUE DEBE CONOCER

#### ¡Estamos a solo una llamada (o un clic) de distancia!

-  Servicio de Atención al Cliente: **1-866-799-5321** (TTY 711)  
(De lunes a viernes, de 8 a.m. a 7 p.m.)
-  Línea de asesoramiento de enfermería: **1-800-919-8807**  
(Las 24 horas del día, los 7 días de la semana)
-  Línea de crisis de salud del comportamiento las 24 horas:  
**1-888-491-5252** (Las 24 horas del día, los 7 días de la semana)
-  Transporte MTM: **1-844-399-9469**  
(De lunes a viernes, de 7 a.m. a 7 p.m.)
-  Visite: <https://www.wellcare.com/en/Florida/Members/Medicaid-Plans/CMS>

#### RESPUESTA DEL LABERINTO DE PIMIENTOS



VUELVA A CERTIFICAR LA  
**ELEGIBILIDAD**  
DE SU HIJO PARA  
**MEDICAID/CHIP:**  
LO QUE NECESITA SABER



Nuestro objetivo es que su hijo conserve los servicios de salud. Esto incluye ayudarle a mantener la elegibilidad de su hijo para Medicaid o CHIP.

**¿Qué es la recertificación?** Los miembros deben volver a certificar (o renovar) su plan de salud cada año.

**¿Por qué es importante?** Si no recertifica a tiempo, puede haber una brecha en la atención de la salud de su hijo. Es la principal razón por la que los miembros pierden la elegibilidad.

**¿Cómo puedo asegurarme de que mi hijo conserve su plan de salud?** Asegúrese de renovar la elegibilidad de su hijo antes de la fecha límite.

**¿No conoce su fecha límite?** Contacto:

- **Departamento de Niños y Familias (DCF) de Florida: 1-866-762-2237** (De lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m.)
- **Florida Healthy Kids: 1-800-821-5437** (De lunes a viernes de 7:30 a.m. a 7:30 p.m.)

### **¿PREGUNTAS?**

¡Estamos aquí para ayudarle! Llame:

- El Administrador de atención de la salud de Children's Medical Services (CMS) Health Plan
- Servicio de Atención al Cliente: **1-866-799-5321 (TTY 711)** (De lunes a viernes de, 8 a.m. a 7 p.m.)

# AYUDE A QUE SU HIJO HAGA SU TRANSICIÓN A LA ADULTEZ

¿Sabía que debe comenzar a pensar en cambios en la atención de la salud de su hijo antes de que él o ella se convierta en adulto/a? Esto puede incluir un cambio en su proveedor de cuidado primario (PCP) o en la tutoría.

## **Déjenos ayudarlo en la transición.**

Es fácil no prestar atención a la transición de atención de la salud de su hijo. Tenemos una cobertura para usted con el programa Transition Age Youth (TAY). Nuestros administradores de cuidado especialmente capacitados de CMS Health Plan están aquí para ayudarle con cosas tales como:

- Atención de la salud
- Tutoría
- Educación
- Trabajos
- Vivienda
- Ingresos
- Transporte

## **Tome medidas para ayudar a que su hijo haga una transición sin problemas.**

### **1 Hable con el administrador de cuidado de su hijo sobre sus necesidades de atención de salud.**

Comience con el análisis temprano. El administrador de cuidado de su hijo puede asegurarse de que se aborden esas necesidades antes de que su hijo se convierta en adulto.

### **2 Pregunte al proveedor de su hijo sobre el plan de transición de la atención de la salud.**

Este plan le asegurará que su hijo no tenga una brecha en la atención de su salud. Los adultos jóvenes deben hacer la transición de su atención entre los 18–21 años.

FUENTE: U.S. Department of Health & Human Services, "What is a Healthcare Transition?" consultado en: <https://www.hhs.gov/ash/oah/adolescent-development/physical-health-and-nutrition/healthcare-transition-for-adolescents/what-is-a-healthcare-transition/index.html>

# HÁBITOS DENTALES SALUDABLES PARA BEBÉS Y NIÑOS



## PARA BEBÉS:

- Limpie los dientes con un paño suave o un cepillo de dientes para bebés
- No acueste al bebé con un biberón
- Revise los dientes en busca de puntos y manchas

Ayude a los niños a formar buenos hábitos dentales cuando son jóvenes. Estarán encaminados a tener dientes saludables para toda la vida.

## PARA NIÑOS:

- Los niños mayores de 2 años deben cepillarse con una porción de pasta con flúor del tamaño de un guisante (comience antes si su médico o dentista lo recomiendan)
- Limite las meriendas y los refrescos azucarados
- Hable con el médico o dentista de su hijo sobre el barniz de flúor y los selladores dentales; los selladores ayudan a proteger los dientes posteriores de las caries

## Recuerde programar visitas dentales regulares.

FUENTES: MedlinePlus, "Child Dental Health", consultado en: <https://medlineplus.gov/childdentalhealth.html> and Centers for Disease Control and Prevention, "Dental Sealant FAQs", consultado en: [https://www.cdc.gov/oralhealth/dental\\_sealant\\_program/sealants-FAQ.htm](https://www.cdc.gov/oralhealth/dental_sealant_program/sealants-FAQ.htm)

# DESAYUNO: COMIENZE BIEN EL DÍA

El desayuno es la comida más importante del día. Los expertos dicen que los niños que desayunan tienen mejores resultados en la escuela.

Brinde a los niños un inicio saludable. Estas son algunas ideas:

1. Mezcle jugo de frutas con leche y frutas
2. Pruebe con un huevo, nueces, queso o yogurt
3. Corte frutas y vegetales para que estén listos para adicionarlos a un postre de yogurt o tortilla de huevos



## ¿QUIERE APRENDER MÁS?

Hable con el proveedor de su hijo sobre su próxima cita.

FUENTE: U.S. Food & Drug Administration, "Healthy Breakfasts for Kids: It's All About Balance", consultado en: <https://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm456060.htm>





# DESCARGUE MYWELLCARE: NUESTRA APLICACIÓN MÓVIL GRATUITA

La aplicación MyWellCare lo ayuda a acceder a la atención de salud de su hijo. Es fácil y la puede usar cuando sea conveniente para usted. Con la aplicación, podrá:

## **Encontrar y cambiar de proveedores**

- Encuentre médicos y hospitales en el plan de su hijo con la herramienta “Find a Provider” (Encuentre un proveedor)
- Cambie el proveedor de cuidado primario (PCP) de su hijo

## **Encontrar centros de atención urgente**

- Encuentre rápidamente centros de atención urgente cerca suyo con nuestra herramienta de búsqueda “Quick Care” (Cuidado rápido)

## **Acceder a las tarjetas de ID del miembro**

- Envíe por correo electrónico o fax una copia de la tarjeta de ID de su hijo al consultorio del proveedor

## **Recibir recordatorios de las citas**

- Reciba indicaciones útiles en su teléfono sobre la atención de la salud de su hijo, como recordatorios de controles de salud o vacunas contra la gripe

## **Descargue la aplicación MyWellCare hoy:**

- 1** Vaya a App Store (en iPhone) o Play Store (en Android).
- 2** Busque “MyWellCare”.
- 3** Descargue la aplicación.
- 4** Abra la aplicación y elija lo siguiente:
  - Estado: FL
  - Producto: Medicaid
  - Plan: Children's Medical Services Health Plan
- 5** Haga clic en listo. La página de inicio de CMS Health Plan se completará.



# DISPOSERx:

Ahora disponible para miembros del CMS Health Plan

¿Tiene medicamentos viejos de su hijo en el gabinete donde guarda medicamentos? Muchas personas tienen, y esos medicamentos sin uso pueden derivar en un mal uso, incluyendo:

- Adicción
- Sobredosis
- Envenenamiento accidental

Por eso existe DisposeRx. Es un producto que puede usar en casa para deshacerse de manera segura de los medicamentos viejos. Es fácil de usar y ecológico.

## Así funciona DisposeRx:

1. Mezcle el polvo con agua en el vial de los medicamentos sin uso.
2. Agite durante 10–30 segundos, hasta que se forme un gel. Esto hace que el medicamento no pueda usarse y así puede tirarlo de manera segura.

## Hay 3 modos de solicitar DisposeRx:

1. El catálogo de medicamentos de venta libre de su hijo (OTC)
2. En línea, ingrese en el portal de miembros de su hijo en [www.wellcare.com/Florida](http://www.wellcare.com/Florida)
3. Llame al Servicio de Atención al Cliente al número de teléfono que aparece en la página 2 de este boletín informativo.

## ¿PREGUNTAS?

Hable con el médico o farmacéutico de su hijo si tiene dudas sobre los medicamentos de su hijo. Están allí para ayudarle.



# TRANSICIÓN DE CUIDADO

Es muy importante para nosotros que su hijo reciba el cuidado que necesita. Es por esto que trabajaremos con usted y con su hijo para asegurarnos de que reciba la atención que necesita cuando:

- Su hijo abandona otro plan de salud y está comenzando con nosotros
- Uno de sus proveedores de su hijo abandona nuestra red
- Su hijo abandona nuestro plan para inscribirse en otro
- Su hijo está en la transición hacia la adultez y necesita ayuda para elegir un proveedor de cuidado primario para adultos

Asegúrese de que su hijo siga viendo a sus proveedores y reciba los medicamentos que necesita.

## ¿PREGUNTAS?

Llámenos o haga que el proveedor de su hijo nos llame. Nuestro número de Servicio de Atención al Cliente aparece en “Números que debe conocer” en la página 2 de este boletín informativo.

## Programa de administración de la utilización (UM) de CMS Health Plan

Nuestro programa de UM toma decisiones sobre la atención de la salud de su hijo. Estas decisiones se basan solamente en:

- Si el cuidado es adecuado
- El servicio
- Si el cuidado está cubierto

No recompensamos a nadie por negar cobertura. A los tomadores de decisiones de UM no se les paga para hacer elecciones en las que no se use el cuidado.

### ¿Necesita otro idioma?

Infórmenos si necesita materiales en un formato diferente, incluyendo:

- Otro idioma
- Letra grande
- CD de audio

No existe costo por esto.

**Llámenos hoy.** El número se encuentra en la página 2 de este boletín.

## ¿PREGUNTAS?

Llámenos. Podemos ayudar a responder preguntas sobre el programa y las decisiones de cobertura. También puede revisar la sección del Programa de UM del Manual para Miembros de su hijo.

**Encuentre el Manual para Miembros de su hijo en línea por plan asignado.**

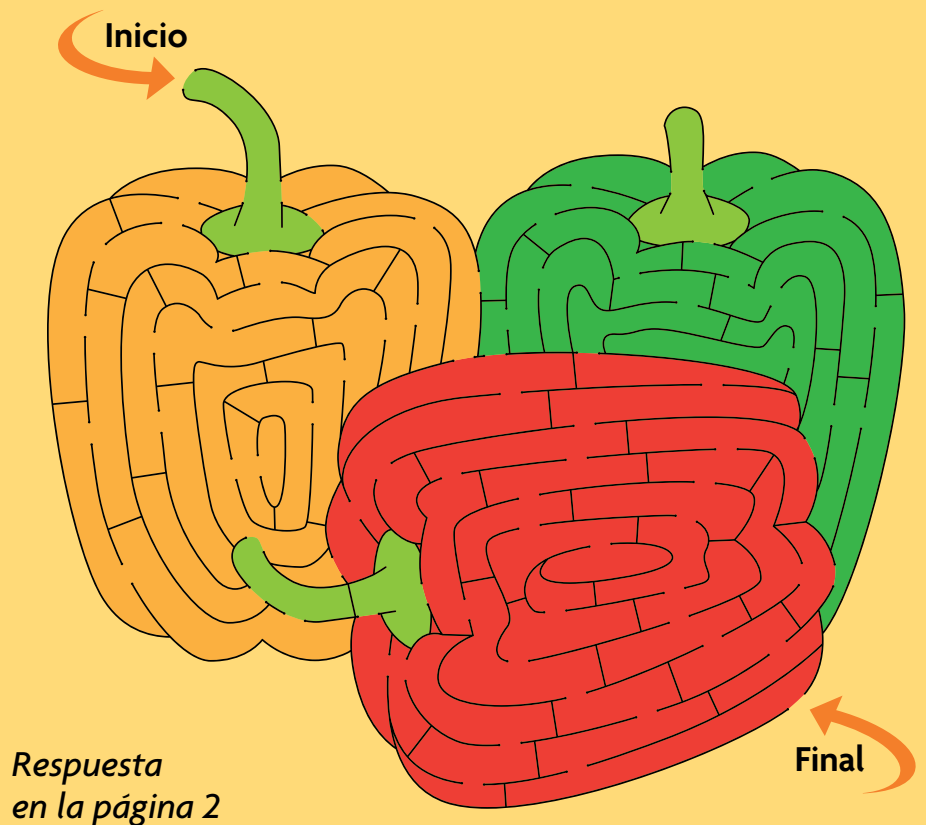
Para miembros de FL CMS Medicaid:  
<https://www.wellcare.com/Florida/Members/Medicaid-Plans/CMS/CMS-19>

Para miembros de FL CMS KidCare:  
<https://www.wellcare.com/Florida/Members/Medicaid-Plans/CMS/CMS-21>

# LABERINTO DE PIMIENTOS

Encuentre su camino a través de este laberinto colorido.

Los pimientos son el aperitivo perfecto. Solo córtelos y estarán listos para sumergirse en salsa. Sirvalos con guacamole o hummus para un bocado saludable y sabroso.



## 5 PREGUNTAS PARA HACER SOBRE LOS MEDICAMENTOS DE SU HIJO

Asegúrese de que su hijo tome los medicamentos según se lo ha indicado su médico. Cuando su hijo no lo hace, su afección puede empeorar.

**Estas son algunas preguntas importantes para hacer al médico de su hijo:**

- 1 ¿Cuál es el nombre del medicamento y qué hace?
- 2 ¿Cómo y cuándo debe tomarlo mi hijo?
- 3 ¿Durante cuánto tiempo debe tomarlo mi hijo?
- 4 ¿Qué debe hacer mi hijo si se siente mejor y no quiere tomar el medicamento tal como se lo han recetado?
- 5 ¿Qué hace mi hijo si se olvida de tomar una dosis?



**Siempre hable con el médico de su hijo si tiene alguna duda sobre sus medicamentos.**

FUENTE: American Pharmacists Association, "APhM: 20 questions to talk over with patients", consultado en: <https://www.pharmacist.com/aphm-20-questions-talk-over-patients>

# Community Connections

## Servicios más allá del cuidado de la salud

¿Quiere tener una vida mejor y más saludable? Nuestro programa Community Connections lo conecta con una amplia gama de servicios que le ayudan a usted y a su hijo a hacer exactamente eso.

## WellCare Community Connections está aquí para usted

Todos merecen vivir la mejor vida posible. Sin embargo, muchas cosas pueden afectar su capacidad y la de su hijo para hacerlo. Una llamada telefónica a nuestra línea de ayuda de Community Connections puede conectarlo a usted y a su hijo con los servicios. Además, está disponible para los miembros y para los que no son miembros. Nuestros entrenadores escucharán sus problemas. Pueden referirlo a más de 490,000 servicios sociales, en todo el país o directamente en su área local.

## Los servicios del programa varían dependiendo de sus necesidades y las de su hijo, pero pueden incluir:

- Asistencia financiera (servicios y renta)
- Asistencia con los medicamentos
- Servicios de vivienda
- Transporte
- Asistencia alimentaria
- Guardería asequible
- Asistencia laboral/educativa
- Suministros familiares: pañales, fórmula, cunas y más

Llame para recibir la ayuda que usted y su hijo necesitan.

**1-866-775-2192 (TTY 711)**

**HAGA CLIC O LLAME  
PARA OBTENER LAS ÚLTIMAS  
ACTUALIZACIONES DE LA  
COBERTURA DE MEDICAMENTOS**

¿Quiere estar al corriente de las últimas novedades sobre los medicamentos que cubrimos? Visite nuestro sitio web, <https://www.wellcare.com/en/Florida/Members/Medicaid-Plans/CMS/Pharmacy-Services>.

Encontrará nuestra Lista de Medicamentos Preferidos (PDL). Puede conocer cuáles son los medicamentos añadidos o eliminados. También encontrará los cambios en cualquiera de los requisitos o límites de cobertura de los medicamentos. Además, puede llamarnos para informarse sobre las actualizaciones del plan de salud de su hijo.



**HABLE SIEMPRE  
CON EL  
MÉDICO DE  
SU HIJO**

Hable con los médicos de su hijo acerca del cuidado adecuado para su hijo. Este material no reemplaza el consejo del médico de su hijo. Está basado en fuentes de terceros. Se lo brindamos solo para su información. No implica que se trate de beneficios cubiertos por Children's Medical Services (CMS) Health Plan. Además, CMS Health Plan no garantiza ningún resultado de salud. Debe revisar el plan de salud de su hijo o llamar al Servicio de Atención al Cliente para saber si un servicio está cubierto.

**En una emergencia, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana, incluso si no está en la red de CMS Health Plan.**



P.O. Box 31370  
Tampa, FL 33631-3370

## BEWELL

---

### Información sobre salud y bienestar o prevención

Children's Medical Services Health Plan cumple las leyes federales aplicables sobre derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

**ATTENTION:** If English is your first language, we can translate for you. We can also give you info in other formats at no cost to you. That includes materials in other languages, Braille, audio, large print and provide American Sign Language interpreter services. Call us toll-free at **1-866-799-5321** (TTY **711**) Monday–Friday, 8 a.m. to 7 p.m.

**ATENCIÓN:** Si el español es su lengua materna, podemos brindarle servicios de traducción. También podemos proporcionarle información en otros formatos sin costo para usted, que incluye materiales en otros idiomas, braille, audio, letra de imprenta grande y servicios de interpretación de lenguaje de señas americano. Llámenos sin cargo al **1-866-799-5321** (TTY **711**) de lunes a viernes de 8 a. m. a 7 p. m.

**ATANSYON:** Si lang matènèl ou se Kreyòl, nou ka fè tradiksyon an pou ou. Nou kapab ba w enfòmasyon yo tou sou lòt fòm ki pa koute ou. Sa gen ladan l literati ki ekri nan lòt lang, sou fòm Bray, fòm odyo, gwo karaktè epitou nou ofri sèvis entèprèt Langaj Siy Ameriken. Annik rele nou nan nimewo pou apèl gratis la. Ou ka kontakte nou nan nimewo **1-866-799-5321**. Pou TTY, rele **711**. Lendi-Vandredi, depi 8 a.m. jiska 7 p.m.

