

BEWELL

Consejos y recursos para apoyar un estilo de vida saludable | Volumen 3 – 2020

AYUDE A SU HIJO A CONTROLAR LA DIABETES TIPO 1

CUANDO SU HIJO
CUMPLE 18 AÑOS:
UNA GUÍA PARA LA
TUTELA

CHEQUEOS
ANUALES PARA
ADOLESCENTES

¿QUÉ
VACUNAS
NECESITA SU
HIJO?



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

PÁGINA 6

AYUDE A SU HIJO A CONTROLAR LA DIABETES TIPO 1

EN ESTA EDICIÓN

- 3** CHEQUEOS ANUALES PARA ADOLESCENTES
- 4** CUANDO SU HIJO CUMPLE 18 AÑOS: UNA GUÍA PARA LA TUTELA
- 5** ¿QUÉ VACUNAS NECESITA SU HIJO?
- 6** AYUDE A SU HIJO A CONTROLAR LA DIABETES TIPO 1
- 8** DERECHOS Y RESPONSABILIDADES DE LOS MIEMBROS
- 9** ACTUALIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN PARA MIEMBROS
- 10** RINCÓN CREATIVO
CONSEJOS SALUDABLES PARA NIÑOS
- 11** HAGA CLIC O LLAME PARA OBTENER LAS ÚLTIMAS ACTUALIZACIONES DE LA COBERTURA DE MEDICAMENTOS
COMMUNITY CONNECTIONS
HABLE SIEMPRE CON EL MÉDICO DE SU HIJO

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, los 7 días de la semana)
-  Línea de crisis de salud conductual 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>



CHEQUEOS ANUALES PARA ADOLESCENTES

¿Sabía que los niños y adolescentes deben realizarse un chequeo una vez al año, aun si no están enfermos? La consulta puede ser con un proveedor de cuidado primario (PCP) o con un médico obstetra/ginecólogo (OB/GYN).

Todos los chequeos de rutina para adolescentes incluyen:

- Un examen físico completo
- Evaluaciones de crecimiento, desarrollo y salud mental
- Exámenes de la visión, auditivos y dentales

Los chequeos de rutina para adolescentes pueden incluir:

- Vacunas
- Vacuna contra la influenza
- Examen de detección de clamidia, si es sexualmente activo

Transporte:

Llámenos para saber si su hijo cumple con los requisitos de ayuda de transporte para acudir a su cita. El número se encuentra en la página 2 de este boletín.

Esto es solo una guía. No reemplaza el consejo del médico de su hijo. Hable con el médico de su hijo para asegurarse de que obtenga las pruebas y el cuidado adecuados. Un chequeo anual es beneficioso para la salud de su hijo.

CUANDO SU HIJO CUMPLE 18 AÑOS: Una guía para la tutela

Como padre, ayuda a su hijo a tomar muchas decisiones. Pero una vez que cumple 18 años, su hijo será responsable de su propia salud. Esto incluye:

- Programación de citas
- Administración de medicamentos
- Consentimiento para su tratamiento
- Gestión de pagos y seguros

Si su hijo necesita ayuda para tomar este tipo de decisiones, es importante que tome medidas para actuar como tutor de su hijo. Debe hacerlo antes de que su hijo cumpla 18 años.

Existen varios tipos de tutela en Florida, incluidos:

- **Tutela completa:** ayuda con todas las decisiones del cuidado de la salud
- **Tutela limitada:** ayuda con algunas decisiones del cuidado de la salud
- **Tutela de emergencia:** ayuda inmediata temporal
- **Tutela voluntaria:** ayuda solo con lo que su hijo solicita
- **Asesoría tutelar:** ayuda a proporcionar consentimiento para procedimientos médicos

Pregunte al administrador de cuidado de su hijo sobre la tutela cuando su hijo tenga aproximadamente entre 12 y 14 años de edad. Esto le ayudará a prepararse para los cambios y a conocer sus opciones.

Estamos aquí para ayudarle.



- **¿Preguntas?** Llame al Servicio de Atención al Cliente al número de teléfono que se indica en la página 2.
- **¿Necesita ayuda legal?** Nuestro programa Community Connections le puede ayudar. Llame al **1-866-775-2192**

FUENTES: GotTransition.org, "Preparing for the Transition from Pediatric to Adult Health Care: Parent Guide," consultado en: <https://www.gottransition.org/resource/?parent-guide-to-hct-clinical-report>; Disability Rights Florida, "Turning 18, Guardianship & Other Options", consultado en: http://www.disabilityrightsflorida.org/resources/disability_topic_info/turning_18_guardianship_other_options#goto_tabs-tab-menu-1

¿QUÉ VACUNAS NECESITA SU HIJO?



A nadie le gusta recibir vacunas. Pero pueden ayudar a protegerlo contra muchas enfermedades. Los expertos de la salud recomiendan diferentes vacunas dependiendo de la edad y la salud de su hijo. Hable con su médico sobre cuáles vacunas son adecuadas para él.

Algunas de las vacunas más comunes para niños se enumeran a continuación.

Vacuna contra la varicela: Protege a su hijo contra la varicela, además protege contra el herpes hasta los 50 años de edad, cuando sería recomendable la primera vacuna contra el herpes

Vacuna contra la influenza: Reduce el riesgo de su hijo de contraer influenza y contagiar a otras personas

Vacuna HPV: Protege contra el virus que provoca el cáncer cervical

Vacuna MMR: Neutraliza el sarampión, las paperas y la rubéola con una dosis

Vacuna antineumocócica: Protege contra la neumonía y las infecciones de oído

Vacunas DTaP y Tdap: Protege contra el tétanos (trismo), la difteria y la tos ferina

Algunas vacunas protegen a su hijo de por vida; otras necesitan inyectarse todos los años. Pregunte al médico de su hijo si le faltan algunas vacunas.

AYUDE A SU HIJO A CONTROLAR LA
DIABETES TIPO 1



Aunque la diabetes tipo 1 es generalmente diagnosticada en niños, adolescentes y adultos jóvenes, puede ocurrir a cualquier edad. Esto sucede cuando el páncreas no produce insulina, o no produce suficiente insulina. La insulina es una hormona que controla el azúcar en la sangre.

Causas:

La diabetes tipo 1 puede ser genética. La dieta o el estilo de vida no la provocan. El cuerpo se ataca a sí mismo por error. Destruye las células que producen la insulina.

Síntomas:

Pueden pasar años antes de que note los síntomas. Estos pueden incluir hambre y sed extremas, visión borrosa y piel muy seca.

Control:

No hay forma de prevenir la diabetes tipo 1, pero puede controlarla. Los padres pueden ayudar a los niños a mantenerse saludables y a controlar su diabetes de la siguiente manera:

- Sirviendo alimentos saludables
- Administrando los medicamentos
- Comunicándose con el equipo médico de su hijo

Si su hijo tiene diabetes tipo 1:

- Ayude a su hijo a controlar y monitorear sus niveles de azúcar en la sangre
- Ayude a su hijo a inyectarse la insulina o a utilizar una bomba de insulina para mantener los niveles de energía y de azúcar en la sangre dentro del rango
- Aliente a su hijo a hacer suficiente ejercicio y a descansar para ayudar a controlar la diabetes

Hable con el médico de su hijo para conocer más.

FUENTE: Centers for Disease Control and Prevention, "Type 1 Diabetes", consultado en: <https://www.cdc.gov/diabetes/basics/type1.html>

DERECHOS Y RESPONSABILIDADES DE LOS MIEMBROS



Como miembro de CMS Health Plan, usted y su hijo tienen ciertos derechos. También tiene algunas responsabilidades.

Usted y su hijo tienen derecho a:

- Recibir información sobre la organización, sus servicios, sus médicos y sus proveedores
- Recibir información sobre los derechos y responsabilidades del miembro
- Ser tratado con respeto y dignidad
- Gozar de la protección de su privacidad
- Participar con los médicos en la toma de decisiones sobre el cuidado de la salud de su hijo
- Debatir sinceramente las opciones de tratamiento adecuadas o medicamento necesarias para las afecciones de su hijo, independientemente del costo y la cobertura de beneficios
- Expresar reclamos o apelaciones sobre el plan o el cuidado que brinda
- Hacer recomendaciones referentes a la política de derechos y responsabilidades de los miembros del plan.

Usted y su hijo tienen la responsabilidad de:

- Proporcionar la información que el plan y sus médicos y proveedores necesiten para brindarle atención
- Seguir los planes y las instrucciones de cuidado que haya acordado con el médico de su hijo
- Comprender los problemas de salud de su hijo
- Ayudar a fijar objetivos de tratamiento que usted y el médico de su hijo acuerden

Usted y su hijo pueden tener más derechos y responsabilidades. Están incluidos en su Manual para miembros.

ACTUALIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN PARA MIEMBROS

Visite nuestro sitio web con frecuencia para obtener información nueva y actualizada.

Visite <https://www.wellcare.com/en/Florida/Members/Medicaid-Plans/CMS>

Encontrará el Manual para miembros en línea, que contiene información sobre:

- Beneficios y servicios
- Exclusiones de cobertura
- Procedimientos de gestión farmacéutica (si es un beneficio farmacéutico)
- Restricciones de beneficios sobre áreas fuera de la red y áreas sin servicio
- Asistencia con el idioma
- Presentación de quejas
- Información sobre médicos dentro de nuestra red
- Servicios de cuidado primario
- Servicios de especialidad, de salud conductual y hospitalarios
- Cuidado fuera del horario de atención
- Atención de emergencia: cuándo llamar al **911** o acudir a la sala de emergencias
- Cómo recibir cobertura cuando se encuentra fuera del área de servicio
- Presentación de reclamos
- Presentación de apelaciones
- Derechos de revisión externa
- Cómo evaluamos la nueva tecnología



¿NECESITA UNA COPIA IMPRESA O EN OTRO FORMATO?

Llame al Servicio de Atención al Cliente para solicitar:

- Copias impresas del manual, materiales educativos para miembros u otra información disponible en nuestro sitio web
- Otro formato, incluidos diferentes idiomas, letras grandes, CD de audio o braille

También puede dejar un mensaje de correo de voz fuera del horario de atención. Le devolveremos la llamada en un plazo de 24 horas hábiles.

No existe costo por este servicio. Nuestro número de teléfono y horarios se indican en la página 2 de este boletín informativo.

RINCÓN CREATIVO

Niños, ¡saquen sus marcadores para potenciar su creatividad!



CONSEJOS SALUDABLES PARA NIÑOS

Vivir de forma saludable puede ser simple para los niños. Solo recuerde **5-2-1-Casi ninguna**. Cada día:

- 5** Comer 5 porciones de frutas y verduras.
- 2** Ver no más de 2 horas de televisión.
- 1** Mantenerse activo durante por lo menos 1 hora.
- Casi ninguna** Intentar no beber bebidas azucaradas.

Como siempre, recuerde llevar a su hijo a sus consultas regulares con el médico.

FUENTE: Nemours Children's Health System, "5-2-1-Almost None", consultado en: <https://www.nemours.org/services/health/growuphealthy/521almostnone.html>



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.

Community Connections

Servicios más allá del cuidado de la salud

Usted y su hijo quieren vivir la mejor vida posible. 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 la oportunidad de lograr la mejor vida para su familia. 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 desafíos. Pueden referirlo a más de 490,000 servicios sociales, en todo el país o directamente en su área local.

**Llame para recibir la ayuda que su hijo necesita.
1-866-775-2192 (TTY 711)**

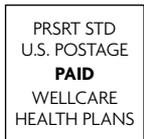
Los servicios del programa varían dependiendo de sus necesidades y las de su hijo, pero pueden incluir:

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

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.



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.

