

HEALTHY moves



SPRING / PRIMAVERA 2015

¿Está embarazada? ¡Dígaselo a su médico!

Llame a su médico en cuanto piense que está embarazada. Aun si ya se realizó una prueba de embarazo casera. E incluso si ya tiene hijos.

Su médico le ayudará para que su embarazo sea lo más saludable posible. Obtendrá información sobre vitaminas, comer bien y qué hacer si nota problemas. El cuidado prenatal es bueno para usted y para su bebé. Además, no tiene ningún costo.

Nuestro programa Start Smart For Your Baby puede ayudarle. Start Smart For Your Baby® es un programa para mujeres que están embarazadas o que acaban de tener un bebé. Ofrece una línea de asesoramiento de enfermería las 24 horas, apoyo y ayuda para programar citas.

Este programa forma parte de sus beneficios y es gratuito. Llámenos hoy para obtener más información sobre Start Smart For Your Baby.



Pregnant? Tell your doctor!

Call your doctor as soon as you think you are pregnant. Even if you already took a home test. And even if you already have kids.

Your doctor will help you have the healthiest pregnancy possible. You will learn about vitamins, eating well and what to do if you notice problems. Prenatal care is good for you and your baby. Plus, it will not cost you anything.

Our Start Smart for Your Baby program can help you. Start Smart for Your Baby® is a program for women who are pregnant or just had a baby. It offers a 24-hour nurse advice line, support and help setting up appointments.

This program is part of your benefits and is of no cost to you. Call us today to learn more about Start Smart for Your Baby.



You have rights and responsibilities

Health plan updates

- ▶ **Your dental care:** Dental Health and Wellness (DHW) is your new contracted dental health plan vendor. Good dental care adds to your overall health. Call member services with any dental-related questions, issues or concerns.
- ▶ **CentAccount rewards you:** CentAccount is an incentive program for Medicaid members. It is designed to encourage health. By doing health-related tasks, members earn funds on a loadable card, similar to a gift card. CentAccount can be used to buy over-the-counter items from participating vendors. Learn more by calling Member Services at **1-866-796-0530**.
- ▶ **Facts about the formulary:** The formulary is the list of drugs that Sunshine Health covers. It is also called a “Preferred Drug List” (PDL). You can find the latest formulary at www.sunshinehealth.com. You can also call **1-866-796-0530** to find out if a drug is covered.

There are things you can expect from your health plan. There are also things your health plan expects from you. These are called rights and responsibilities. You can read all the rights and responsibilities in your member handbook. Here are some of your rights as a member:

- ▶ Getting all services that we provide.
- ▶ Being treated with respect.
- ▶ Being able to file an appeal, a complaint or have a state hearing.

Some of your responsibilities include:

- ▶ Keeping your scheduled appointments.
- ▶ Having your ID card with you at your appointments.
- ▶ Telling your PCP if you had care in an emergency room.

Check your member handbook or visit www.sunshinehealth.com for the full list. Call Member Services at **1-866-796-0530** if you need a paper copy of the member handbook.

How can we help you?

Sunshine Health can help you with many things. Just call Member Services at **1-866-796-0530** if you need:

- ▶ A paper copy of anything on our website, www.sunshinehealth.com.
- ▶ Help finding a doctor.
- ▶ Help making health appointments.
- ▶ A ride to your appointments. (Please remember to call at least 48 hours before your appointment.)

Is your child seeing the right doctor?

Your child’s needs may change as he or she grows. If your child is seeing a pediatrician now, it may be time to change to an adult doctor.

Talk with your child’s current doctor, who can help you decide if your child needs a new doctor. He or she can help make sure there are no breaks in your child’s care. Sunshine Health can also help members find the right doctor for their care.

If you need help finding a doctor or making an appointment, call our Member Services at **1-866-796-0530**.

Actualizaciones del plan de salud

- ▶ **Su cuidado dental:** Dental Health and Wellness (DHW) es su nuevo proveedor de plan de salud dental contratado. Un buen cuidado dental suma para su salud en general. Llame a Servicios para miembros si tiene preguntas relacionadas con lo dental, problemas o inquietudes.
- ▶ **CentAccount lo recompensa:** CentAccount es un programas de incentivos para miembros de Medicaid. Está diseñado para fomentar la salud. Los miembros ganan fondos en una tarjeta cargable, similar a una tarjeta de regalo realizando tareas relacionadas con la salud.

CentAccount puede utilizarse para comprar artículos de venta libre de proveedores participantes. Aprenda más llamando a Servicios para Miembros al **1-866-796-0530**.

- ▶ **Datos acerca del formulario:** El formulario es la lista de medicamentos con cobertura por parte de Sunshine Health. También se conoce como una "Lista de medicamentos preferidos" (PDL, por sus siglas en inglés). Puede encontrar el formulario más actualizado en **www.sunshinehealth.com**. También puede llamar al **1-866-796-0530** para consultar si un medicamento está cubierto.

¿CÓMO PODEMOS AYUDARLE?

Sunshine Health puede ayudarle con muchas cosas. Solo llame a Servicios para miembros al **1-866-796-0530** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier información en nuestro sitio web, **www.sunshinehealth.com**.
- ▶ Ayuda para elegir un médico.
- ▶ Ayuda para hacer citas de salud.
- ▶ Traslado a sus citas. (Recuerde llamar al menos 48 horas antes de su cita).

Usted tiene derechos y responsabilidades

Hay cosas que usted puede esperar de su plan de salud. También hay cosas que su plan médico espera de usted. Estos son los llamados derechos y responsabilidades. Puede leer todos los derechos y responsabilidades en el Manual para miembros.

Algunos de sus derechos incluyen:

- ▶ Recibir todos los servicios que ofrecemos.
- ▶ Ser tratado con respeto.
- ▶ Tener la posibilidad de presentar una apelación, una queja o de tener una audiencia estatal.

Algunas de sus responsabilidades incluyen:

- ▶ Cumplir con sus citas programadas.
- ▶ Llevar su identificación de miembro a sus citas.
- ▶ Informar a su PCP si recibió atención en una sala de emergencias.

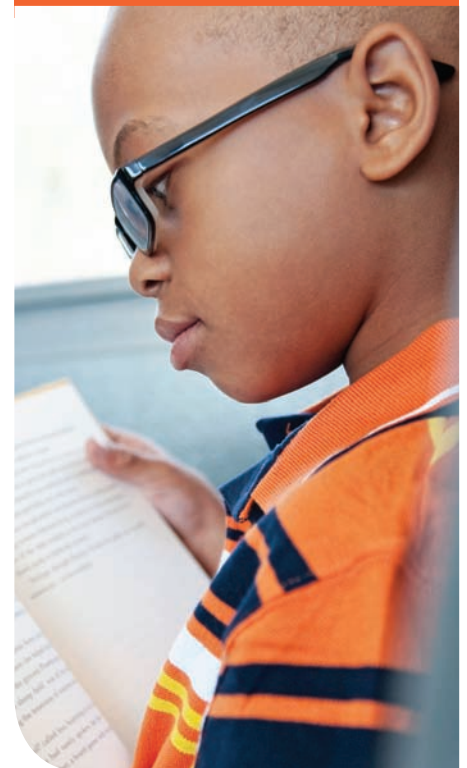
Revise su Manual para miembros o visite **www.sunshinehealth.com** para consultar la lista completa. Llame a Servicios para miembros al **1-866-796-0530** si necesita una versión impresa del manual para miembros.

¿Su hijo consulta al médico adecuado?

Las necesidades de su hijo pueden cambiar a medida que crece. Si su hijo actualmente consulta a un pediatra, quizá haya llegado el momento de cambiar a un médico para adultos.

Hable con el médico actual de su hijo, quien puede ayudarle a decidir si su hijo necesita otro médico. Puede ayudarle a que no se interrumpa la atención de su hijo. Sunshine Health también puede ayudar a los miembros a encontrar el médico adecuado para su atención.

Si necesita ayuda para encontrar un médico o programar una cita, llame a nuestro departamento de Servicios para Miembros al **1-866-796-0530**.





Podemos ayudarle a que se **sienta mejor**

¿Vive con muchas enfermedades? ¿Quizá tiene diabetes y presión arterial alta? ¿Tiene una afección compleja, tal como cáncer o enfermedad pulmonar crónica?

Nuestro equipo de administración de casos puede ayudarle. El equipo está formado por enfermeros y trabajadores sociales. Puede ayudarle a entender mejor cómo cuidarse. También puede ayudarle a obtener servicios y trabajaremos con su médico. Si está interesado en la administración de casos, puede solicitarla usted o su médico. Solo llame al **1-866-796-0530**.

¿Qué es el manejo de enfermedades? Esta es otra manera en la que podemos ayudarle a vivir más saludablemente. Puede ayudarle a manejar una enfermedad a largo plazo, como la diabetes o el asma. Llame al **1-866-796-0530** o hable con su médico sobre ello.

We can help you **feel better**

Do you live with many illnesses? Maybe you have diabetes and high blood pressure? Do you have a complex condition such as cancer or a chronic lung disease?

Our case management team can help. The team is made up of nurses and social workers. They can help you understand how to better take care of yourself. They can also help you get services and will work with your doctor. If you are interested in case management, you or your doctor may ask for it. Just call **1-866-796-0530**.

What is disease management? This is another way we can help you live healthier. It can help you manage a long-term illness like diabetes or asthma. Call **1-866-796-0530** or talk to your doctor about it.

Do you have questions? Or do you want a paper copy of your Member Handbook? We can help. Call Member Services at 1-866-796-0530. For members enrolled in our Child Welfare Specialty plan, please call our Child Welfare Member Services line at 1-855-463-4100.

If you have recently moved and or changed your phone number please call Choice Counseling at 1-877-711-3662 or call us to make sure we have your correct address and phone number.

¿Tiene preguntas? ¿O necesita una versión impresa de su Manual para miembros? Podemos ayudar. Llame a Servicios para miembros al 1-866-796-0530. Para los miembros inscritos en nuestro plan Ayuda Social de Especialidades para Niños, por favor llame a nuestra línea de Servicios para Miembros de Ayuda Social para Niños al 1-855-463-4100.

Si usted se mudó recientemente y/o cambió su número de teléfono, por favor llame a Choice Counseling al 1-877-711-3662, o llámenos para asegurarse de que tengamos su dirección y número de teléfono correctos.



Published by McMurry/TMG, LLC. © 2015. All rights reserved. No material may be reproduced in whole or in part from this publication without the express written permission of the publisher. The information in this publication is intended to complement—not take the place of—the recommendations of your healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. McMurry/TMG makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por McMurry/TMG, LLC. Derechos de autor, © 2015. Se reservan todos los derechos. Ningún material de esta publicación podrá reproducirse en su totalidad o en parte sin el permiso expreso y escrito de la casa editorial. El propósito de la información de esta publicación es de complementar—y no reemplazar—las recomendaciones de su proveedor de atención médica. Consulte a su doctor antes de hacer cualquier cambio importante a su estilo de vida o régimen de cuidado de su salud. McMurry/TMG no hace recomendaciones ni da garantías respecto a ningún producto o servicio mencionado en esta publicación o en los artículos.

