



Aetna Better HealthSM Premier Plan

A photograph of a man with a beard and a ponytail, wearing a blue denim shirt and dark pants, sitting in a wheelchair. He is smiling and looking up at a young girl who is running towards him with her arms outstretched. They are in a grassy field with trees in the background. The text "Momentos felices" is overlaid in large white letters across the middle of the image.

Momentos felices

Verano 2019

Encías y dientes sanos

¿Tiene un dentista al que visita regularmente? ¿Sabía que sus beneficios cubren dos exámenes y limpiezas dentales cada año? Estos son solo algunos de los beneficios dentales para ayudarle a mantener la boca y los dientes sanos. Aetna Better Health quiere ayudarle a cuidar su sonrisa y a tener encías y dientes sanos para proteger su salud general.

Los dientes deben durar toda la vida. Una sonrisa saludable es importante para todos a cualquier edad. Es importante ocuparse bien de los dientes y cepillarse

con regularidad, usar hilo dental, consumir una dieta equilibrada y hacer visitas regulares al dentista.

Para encontrar un dentista, puede llamar a DentaQuest al **1-800-416-9185** o visitar **es.aetnabetterhealth.com/illinois**.

Para obtener ayuda o hacer otras preguntas, llame a Servicios para Miembros gratis al **1-866-600-2139**. Puede llamar las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Si tiene necesidades dentales urgentes o de emergencia, la mayoría de los dentistas tienen espacios libres en

sus agendas —llame a su dentista si tiene dolor de dientes o en las encías, sangrado, un diente roto u otro problema que no sea un traumatismo.

Para asistencia con la transportación, los miembros pueden llamar a MTM al **1-888-513-1612**. Se requiere un aviso con una anticipación de uno a tres días. Cuando llamen, los miembros deben tener a mano la información de su cita y la dirección del consultorio dental. Los servicios de transportación son gratuitos.

Cuéntenos qué le importa

Es probable que pronto reciba una encuesta por correo en la que se le pregunte sobre sus servicios de atención de la salud del comportamiento de Aetna Better Health. Los servicios de atención de la salud del comportamiento incluyen terapia y tratamiento para la salud mental y emocional. ¿Ofrecemos servicios que le ayudan a usted? ¿Su médico lo trata con respeto y hace que se sienta mejor? Háganoslo saber para que así podamos mejorar los servicios para usted.

¡Queremos conocer su opinión!

Si recibe la encuesta por correo, respóndala y envíenosla por correo. Sus respuestas nos permitirán saber si se satisfacen sus necesidades. Si no nos envía la encuesta, recibirá una llamada para responder la encuesta por teléfono. ¡Queremos conocer su opinión! Gracias por tomarse el tiempo para responder la encuesta.

Ayuda cuando más la necesita

A veces, controlar una afección crónica o varias afecciones puede volverse abrumador. Para ofrecerle apoyo, su médico, planificador de alta hospitalaria u otro proveedor pueden dirigirlo a Manejo de la Atención. O puede dirigirlo una enfermera de nuestra línea de información de salud. Sin embargo, no espere a tener una derivación si necesita ayuda. Usted puede autoderivarse o puede derivarlo su cuidador llamándonos al **1-866-600-2139** y preguntando por Manejo de la Atención. Nuestro programa de manejo de la atención ofrece asistencia a los miembros para el manejo de afecciones crónicas (manejo de enfermedades) y la obtención de la ayuda que necesitan.

Una vez que participe en el manejo de la atención, recibirá una llamada de su administrador de casos.



Nuestros administradores de casos pueden:

- Ayudarle a comprender sus beneficios cubiertos
- Mostrarle cómo obtener servicios especializados, de salud del comportamiento u hospitalarios

- Hablar con sus médicos y otras agencias para asegurarse de que reciba los servicios necesarios
- Enseñarle más sobre su enfermedad o condición
- Ayudarle a encontrar recursos de la comunidad para satisfacer sus necesidades

No deje que nada se interponga entre usted y la toma de medicamentos

Entendemos lo fácil que puede ser olvidarse una dosis de sus medicamentos. También sabemos que puede ser difícil recoger los medicamentos en la farmacia. Pero si tiene afecciones como diabetes,

hipertensión o colesterol alto, es muy importante que tome los medicamentos tal como se lo indicó el médico. Tomar estos medicamentos regularmente puede ayudarle a mantener estas afecciones bajo control.

Hable con su médico y aprenda más sobre cómo tomar los medicamentos correctamente en su próximo chequeo. Si necesita ayuda para aprender a tomar sus medicamentos, llámenos aquí, a Aetna Better

Health of Illinois, para recibir asistencia: **1-866-600-2139**. Será un placer ayudarle a coordinar una cita para hablar con su médico. Para nosotros es importante que tome sus medicamentos, mejore y se mantenga sano.

Qué debe hacer cuando regresa a su hogar después de una hospitalización

Si estuvo internado en un hospital por motivos médicos, es importante que asista a la visita de seguimiento con su médico dentro de los 30 días después de haberse ido a su hogar. El médico controlará los medicamentos. Por eso, lleve todos sus medicamentos. El médico evaluará cómo evoluciona y le ayudará con otras necesidades que pueda tener. Esta visita de seguimiento del alta después de la hospitalización le permite hacer preguntas y hasta puede evitar que tenga problemas y deba regresar al hospital. A veces, resulta de mucha ayuda tener visitas a domicilio o consultas de telesalud si no puede salir. El coordinador de atención puede ayudarle si tiene preguntas o necesita asistencia.

Para obtener ayuda o hacer otras preguntas, llame a Servicios para Miembros gratis al **1-866-600-2139 (TTY/TDD: 711)**. Puede llamar las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Para asistencia con la transportación, los miembros pueden llamar a Medical Transportation Services (MTM) al **1-888-513-1612**. Se requiere un aviso con una anticipación de uno a tres días.

Cuando llamen, los miembros deben tener a mano la información de su cita y la dirección del consultorio. Como recordatorio, no tiene que pagar nada por programar la transportación.

Hágase cargo de su salud

Manejar una afección crónica puede ser agobiante. Su proveedor de atención primaria puede ayudarle a manejar la afección crónica para mejorar su bienestar y salud general. Cuando visite a su proveedor de atención primaria, este puede hacer cosas como:

- Medir la estatura y el peso
- Hablar con usted sobre la actividad física y una alimentación saludable

- Revisar todos los medicamentos que toma
- Preguntarle si siente algún dolor
- Preguntarle si tiene alguna dificultad con las tareas y actividades cotidianas
- Indicar pruebas o hacer preguntas específicas sobre su afección crónica

Con una afección crónica, como diabetes, presión arterial alta o EPOC, es importante tomar todos los medicamentos que le hayan

recetado exactamente como dicen las instrucciones. También es importante entender que sus comportamientos o estilo de vida pueden estar influyendo en su afección crónica. Pequeños cambios en el estilo de vida pueden marcar una gran diferencia. Hable con su médico sobre algunos cambios que puede hacer y cómo pueden impactar en su bienestar.

De qué modo las decisiones de cobertura nacional afectan a su plan

Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés) a veces cambian las reglas de cobertura de un beneficio o servicio. Cuando esto sucede, los CMS emiten una Determinación de Cobertura

Nacional (NCD, por sus siglas en inglés).

Las NCD determinan:

- Qué se cubre
- Qué cambia
- Qué paga Medicare

Publicamos las NCD en nuestro sitio web al menos 30 días antes de la fecha de entrada en vigencia. Para saber cuáles son, visite es.aetnabetterhealth.com/illinois. Luego vaya a: Para miembros > Plan

Premier de Aetna Better Health (Plan Medicare-Medicaid) > Beneficios para miembros.

También puede visitar cms.gov para obtener más información. Una vez en el sitio web, haga clic en "Medicare" y luego escriba "National Coverage Determination" (Determinación de Cobertura Nacional) en la casilla de búsqueda.

También puede comunicarse con su Coordinador de Atención o con Servicios para Miembros al **1-866-600-2139 (TTY/TDD: 711)**.



Noticias Destacadas de la Comunidad sobre la National Alliance on Mental Illness (DuPage)

La National Alliance on Mental Illness (NAMI) DuPage le acerca el siguiente artículo

La National Alliance on Mental Illness (NAMI) DuPage forma parte de una organización de apoyo para la salud mental de alcance nacional. Esto significa que ofrece una amplia variedad de programas de apoyo y educación a la comunidad. Dos de los programas que se ofrecen son Peer Counselor y Living Room.

El programa Peer Counselor ofrece apoyo y asistencia a quienes tienen una afección de la salud mental o a sus familiares. En este programa, puede reunirse con un Consejero Compañero que tiene experiencia con una afección de la salud mental. Esta persona completó una capacitación específica

para poder reunirse con clientes. Ha avanzado en su propio camino de la salud mental y a menudo ha tenido experiencias similares para compartir con las personas. Es importante advertir que esto no reemplaza a la terapia. El apoyo de los compañeros tiene reconocimiento a nivel nacional, lo que significa que ha demostrado desempeñar un papel importante en el apoyo para la recuperación de una persona. Para obtener más información sobre el programa, puede ponerse en contacto directamente con NAMI DuPage.

El programa Living Room es una alternativa a la sala de emergencias

para personas que sufren un aumento de los síntomas de la salud mental. Esto significa que aquellas personas que puedan estar experimentando una crisis de salud mental pueden ir a Living Room. Este ofrece un lugar seguro y calmo en un entorno que no es una clínica. Mientras está en Living Room puede hablar con un Consejero Compañero. Esta persona puede escucharlo, hacerle sugerencias útiles y brindarle recursos. El programa Living Room se ofrece de lunes a viernes de 3 a 8 p.m. Mientras están en Living Room, las personas se conectan con recursos de manera tal que puedan seguir recibiendo la ayuda que necesitan.

Para obtener más información sobre NAMI DuPage y sus programas, comuníquese directamente con NAMI DuPage por teléfono al **630-752-0066** o visite namidupage.org.

¡Servicio celular sin costo para usted!

Vea si reúne los requisitos para el servicio celular Lifeline de Assurance Wireless más un teléfono inteligente Android™.

Sabemos lo importante que es mantenerse conectado con la atención médica, el trabajo, los servicios de emergencia y la familia. Por eso el Plan Premier de Aetna Better Health se asocia con el servicio Lifeline de Assurance Wireless.

Cada mes, los clientes elegibles de Assurance Wireless reciben lo siguiente, sin costo alguno:

- Datos móviles
- Mensajes de texto ilimitados
- Minutos de voz

Más un teléfono inteligente Android

Puede reunir los requisitos para el servicio Lifeline de Assurance Wireless si está en ciertos programas de asistencia pública, como Medicaid o el Programa Suplementario de Asistencia Nutricional (SNAP, por sus siglas en inglés).

Para ordenar el servicio ahora u obtener más información, visite es.aetnabetterhealth.com/illinois.

Prepárese para la temporada de gripe 2019-2020

La nueva temporada de gripe 2019-2020 está a la vuelta de la esquina, y llegó el momento de aplicarse la vacuna anual contra la gripe. Todos los adultos necesitan una vacuna contra la gripe todos los años. La vacuna contra la gripe es la mejor manera de ayudarle a usted y a su familia a prevenir la gripe. Para la mayoría, la gripe puede ser una enfermedad leve, pero algunos adultos tienen un riesgo alto de enfermedad grave, hospitalización o incluso la muerte. La nueva vacuna contra la gripe estará lista a partir de septiembre. Lo mejor es vacunarse contra la gripe antes de fines de octubre para una mejor protección. Puede vacunarse contra la gripe siempre que haya actividad gripal, incluso durante todo el invierno y a principios de los meses de primavera.

Llame al médico para vacunarse contra la gripe. Las vacunas



contra la gripe también se ofrecen en la mayoría de las farmacias minoristas de nuestra red. Consulte el localizador de farmacias Pharmacy Locator para encontrar una farmacia cercana. Está en el sitio web de nuestro plan de salud, es.aetnabetterhealth.com/illinois, en "Buscar un proveedor/ una farmacia". La red de farmacias cambia todos los meses y todos los años, por eso debe consultar con frecuencia. Asegúrese de que su farmacia local coloque vacunas contra la gripe antes de ir. Para obtener más información, comuníquese con Servicios para Miembros y pregunte por su coordinador de atención: **1-866-600-2139 (TTY/TDD: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.


Contáctenos



Aetna Better HealthSM Premier Plan
333 W. Wacker Drive, Suite 2100, MC F646
Chicago, IL 60606



Las 24 horas del día
Servicios para Miembros: **1-866-600-2139**
es.aetnabetterhealth.com/illinois

 Esto es información general sobre la salud que no debe reemplazar el asesoramiento o la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales. Los artículos de nuestro boletín informativo están dirigidos a muchas personas diferentes. Escribimos artículos sobre diferentes clases de problemas médicos cuya información le interesa a la gente. Estos artículos podrían no ser sobre problemas médicos que usted tiene. El Plan Premier de Aetna Better HealthSM (Plan Medicare-Medicaid) es un plan de salud con contratos con Medicare y Medicaid de Illinois para proporcionar los beneficios de ambos programas a los afiliados. Puede obtener este documento en inglés, o hablar gratuitamente con alguien sobre esta información en otros idiomas. Llame a Servicios para Miembros al **1-866-600-2139 (TTY/TDD: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. La llamada es gratis. La información sobre los beneficios suministrada es un resumen breve, no una descripción completa de los beneficios. Es posible que se apliquen limitaciones y restricciones. Para obtener más información, llame a Servicios para Miembros del Plan Premier de Aetna Better HealthSM al **1-866-600-2139** o lea el Manual para Miembros del Plan Premier de Aetna Better HealthSM. Los beneficios, la lista de medicamentos cubiertos y las redes de proveedores y farmacias pueden cambiar de vez en cuando a lo largo del año y el 1 de enero de cada año.

2019 © Coffey Communications, Inc. Todos los derechos reservados.

IL-19-06-01
Distribuido: Julio 2019

H2506_226_SUMRMBRNWSLTR_19

es.aetnabetterhealth.com/illinois

ACCEPTED