



# Juntos



[AetnaBetterHealth.com/Maryland](https://www.aetna.com/betterhealth/maryland)

Aetna Better Health® of Maryland

## Transición de regreso a la escuela con niños cuidados fuera del hogar.

El regreso a la escuela puede traer varios cambios, y el próximo año escolar puede tener algunos nuevos desafíos debido a la pandemia de COVID-19. Para los niños en hogares de acogida puede ser más difícil adaptarse a los cambios, y es posible que sea necesario un poco de trabajo adicional por parte de las familias para ayudar a generar confianza y tener un resultado positivo. Estos son algunos consejos:

**Asegúrese de que los niños reciban las vacunas necesarias y hagan su visita anual de medicina preventiva.** Las visitas preventivas pediátricas se realizan en dos partes. La primera es de telemedicina y la segunda es una visita rápida al consultorio.

**Inicie una rutina de sueño.** Enviar a los niños a la cama temprano es la mejor opción para un día productivo. Descansar lo suficiente puede darle al cuerpo lo que necesita para funcionar correctamente.

**Ayude a generar entusiasmo para el próximo año escolar.** Hable con su hijo sobre las cosas que le interesan y las muchas oportunidades que tendrá a su disposición.

**Deje que su hijo tenga opinión en su rutina diaria.** Cuando un niño ejerce la independencia, esto le ayuda a madurar y le muestra que su voz importa.

**Por último, entable un diálogo con los docentes** y manténgase activamente en contacto con la escuela para saber cómo le va a su hijo.

Para obtener asistencia adicional, llame a nuestra línea de administración de casos al **443-457-5301**.

---

Puede obtener una descripción completa de los derechos y responsabilidades en el Manual para Miembros y en el sitio web de Aetna Better Health en [AetnaBetterHealth.com/Maryland](https://www.aetna.com/betterhealth/maryland).



## 2 vacunas imprescindibles durante el embarazo.

Estas son dos vacunas que todas las mujeres deben aplicarse cada vez que estén embarazadas:

**Una vacuna antigripal.** El embarazo hace que sea más probable que se enferme gravemente si tiene gripe. Vacunarse también reduce las probabilidades de que su bebé contraiga gripe durante varios meses después del nacimiento.

**La vacuna contra la tos ferina.** Aproximadamente la mitad de todos los bebés menores de 1 año que se contagian de tos ferina deben ser hospitalizados, y algunos no sobreviven.

Estas dos vacunas, o cualquier otra que su médico le recomiende, son muy seguras para usted y su bebé.

## ¿Quién tiene que vacunarse contra la gripe?

Casi todas las personas a partir de los 6 meses de vida deben vacunarse contra la gripe cada año.

Las vacunas contra la gripe son especialmente importantes para:

- Los niños de 6 meses a 4 años de edad

- Los mayores de 50 años
- Las personas con algunas enfermedades crónicas
- Las personas con sistemas inmunitarios débiles
- Las mujeres embarazadas

Vacúnese tan pronto como estén disponibles las vacunas, antes de finales de octubre. Igualmente, puede vacunarse más tarde si se le pasó esa fecha.

## ¿Llegó la hora de hacerse una mamografía?

Las mamografías pueden detectar el cáncer temprano, cuando es más fácil de tratar. Algunas veces, hasta tres años antes de que usted o su médico puedan sentir un bulto.

Las mujeres que se realizan mamografías regularmente:

- Tienen más probabilidades de curarse si tienen cáncer de mama

- Puede evitar la quimioterapia o la cirugía para extirpar las mamas

Por eso, aunque su última mamografía haya sido normal, no omita la siguiente.

¿Con qué frecuencia debe hacerse la prueba de detección? Hable con su médico sobre cuál es el mejor cronograma para usted.

*Fuentes: American Cancer Society; Centers for Disease Control and Prevention; U.S. Department of Health and Human Services; U.S. Preventive Services Task Force*

## Programa de Prevención de la Diabetes.

Aetna Better Health of Maryland ofrece un Programa de Prevención de la Diabetes (DPP, por sus siglas en inglés) a quienes padecen prediabetes, que es cuando los niveles de azúcar en sangre son demasiado altos.

La prediabetes puede causar enfermedades cardíacas, accidente cerebrovascular y diabetes de tipo 2. El programa organizará reuniones de grupo para enseñarle cómo alimentarse de forma saludable, hacer ejercicio y manejar el estrés.

¿Cree que es elegible? Póngase en contacto escribiendo a **WellnessAndPrevention@Aetna.com**, o llame al **1-866-827-2710 (TTY: 711)** y pida hablar con un administrador de casos.

## Información de farmacia para miembros de Medicaid.

Usted puede obtener acceso al formulario de Medicaid de Aetna Better Health of Maryland en nuestro sitio web en **AetnaBetterHealth.com/Maryland**. Haga clic en la pestaña “For Members” (Para Miembros), luego haga clic en “Pharmacy Benefits” (Beneficios de Farmacia)

y luego en “Formulary Drug List” (Lista de Medicamentos del Formulario). Esto le conducirá a la Lista de Medicamentos Preferidos (PDL, por sus siglas en inglés). Tenga en cuenta que el formulario puede cambiar en cualquier momento. Esto se debe a que el mundo de la medicina

está en constante cambio. Si tiene preguntas, simplemente llame a Servicios para Miembros al **1-866-827-2710 (TTY: 711)**. Tenga preparada una lista de sus recetas cuando llame. Pídanos que busquemos sus medicamentos para ver si están en la lista.

## Visite nuestro sitio web.

**AetnaBetterHealth.com/Maryland**

Podrá encontrar lo siguiente:

- Información sobre sus derechos y responsabilidades
- Manual para Miembros
- Directorio de proveedores
- Información de farmacias/ medicamentos recetados y otros beneficios para la salud
- Información sobre nuestro Programa de administración de casos, el Programa de gestión de usos y el Programa de mejora de la calidad
- Pautas para la práctica clínica

Si no tiene acceso a Internet, llámenos al **1-866-827-2710 (TTY: 711)** y podremos enviarle la información por escrito según sea necesario.



## Denuncia de fraude, malgasto y abuso.

Los miembros y proveedores deben denunciar el fraude, el malgasto y el abuso de Medicaid.

- **Fraude:** cuando una persona engaña intencionalmente al sistema para recibir un beneficio no autorizado
- **Malgasto:** uso excesivo de los recursos de Medicaid
- **Abuso:** ocasionar un costo innecesario para el programa Medicaid

Si usted sospecha o sabe que se están produciendo casos de fraude, malgasto o abuso, utilice las siguientes opciones para informarlos de inmediato:

- Llame a Servicios para Miembros de Aetna Better Health: **1-866-827-2710 (TTY: 711)** o **1-855-877-9735 (TTY: 711)**
- Notifique a la Oficina del Inspector General del

Departamento de Salud de Maryland: **1-866-770-7175** o **[http://DHMH.Maryland.gov/OIG/Pages/Report\\_Fraud.aspx](http://DHMH.Maryland.gov/OIG/Pages/Report_Fraud.aspx)**

- Comuníquese con la Oficina del Inspector General del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos: **1-800-447-8477** o **<https://OIG.HHS.gov/Fraud/Report-Fraud/Index.asp>**

Denunciar casos de fraude, malgasto o abuso no afectará la manera en que usted será tratado por Aetna Better Health of Maryland, y usted tiene la opción de permanecer en el anonimato cuando haga la denuncia. Sin embargo, es bueno brindar toda la información posible; esto ayudará a quienes están investigando la denuncia.

Combatir el fraude, el malgasto y el abuso es responsabilidad de todos. El incumplimiento de estas leyes podría generar sanciones civiles y penales, incluidas sanciones impuestas por entidades gubernamentales y la exclusión de la participación futura en Medicaid y en cualquier servicio proporcionado por el gobierno federal y estatal.

## Información útil.



**Departamento de Servicios para Miembros: 1-866-827-2710** (número gratuito) durante las 24 horas, los 7 días de la semana

**Servicios para Personas con Problemas Auditivos y del Habla (TTY): Llame al 711**

**Línea de Enfermería las 24 horas: 1-866-827-2710** (número gratuito) durante las 24 horas, los 7 días de la semana

**Servicios de la vista: 1-800-879-6901** (número gratuito)

**Servicios de salud conductual: 1-800-888-1965** (número gratuito)

**Dental: Avesis, 1-833-241-4249**

**Dirección de correo postal:**  
Aetna Better Health of Maryland  
509 Progress Drive, Suite 117  
Linthicum, MD 21090

**Servicio de interpretación:** Usted tiene derecho a recibir ayuda para abordar cualquier problema de comunicación que pueda tener. No tiene ningún costo para usted. Llame al **1-866-827-2710** (número gratuito).

**Línea de ayuda al inscrito de Medicaid de Maryland: 1-800-284-4510**

**Emergencia (disponible las 24 horas):** Si tiene una afección médica que puede provocar

problemas de salud graves o incluso la muerte si no se trata de inmediato, llame al **911**.

**Sitio web: [AetnaBetterHealth.com/Maryland](http://AetnaBetterHealth.com/Maryland)**

Visite **[AetnaBetterHealth.com/Maryland](http://AetnaBetterHealth.com/Maryland)** para obtener el formulario de farmacia actualizado y el Manual para Miembros más reciente. Para obtener una copia impresa de cualquier contenido de nuestro sitio web, llame a Servicios para Miembros al **1-866-827-2710 (TTY: 711)**.

Para obtener más información sobre la educación para la salud, llame al **1-866-827-2710** y pida hablar con un administrador de casos.

## Cómo presentar un reclamo, una queja formal o una apelación.

Para presentar una queja formal o una apelación, puede llamarnos al **1-866-827-2710 (TTY: 711)**. Nuestros representantes de servicio al cliente le ayudarán con la presentación de un reclamo, una queja formal o una apelación. Usted deberá confirmar la solicitud de apelación por escrito, a menos que se trate de una solicitud acelerada. Le enviaremos un formulario simple que podrá firmar y enviar por correo. Le ayudaremos a completar el formulario según sea necesario. Para obtener más información sobre apelaciones y quejas formales, consulte las páginas 42 a 45 del Manual para Miembros.

## Declaración de no discriminación.

Forma parte de la política de Aetna Better Health of Maryland no discriminar por motivos de raza, color de la piel, nacionalidad, sexo, edad ni discapacidad. Aetna Better Health of Maryland ha adoptado un procedimiento interno de quejas formales que establece una resolución rápida y equitativa de toda queja en la que se alegue cualquier acción prohibida por la Sección 1557 de la Ley de Cuidado de Salud Asequible (Título 42, Sección 18116 del Código de los Estados Unidos) y sus reglamentos de implementación del Título 45, Parte 92 del Código de Reglamentaciones Federales, emitidos por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. La Sección 1557

prohíbe la discriminación por motivos de raza, color de la piel, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad en ciertos programas y actividades de salud. La Sección 1557 y sus reglamentos de implementación pueden ser examinados en la oficina del Coordinador de Derechos Civiles, 4500 East Cotton Center Boulevard, Phoenix, AZ 85040; teléfono **1-888-234-7358 (TTY: 711)**; correo electrónico **[MedicaidCRCoordinator@aetna.com](mailto:MedicaidCRCoordinator@aetna.com)**, quien ha sido designado para coordinar los esfuerzos de Aetna Better Health para cumplir con la Sección 1557.

Toda persona que crea que alguien ha sido objeto de discriminación por motivos de raza, color de la piel, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad puede presentar una queja formal en virtud de este

*Continúa en la página 5*

## Declaración de no discriminación.

*Continúa de la página anterior*

procedimiento. La ley le prohíbe a Aetna Better Health of Maryland tomar represalias contra cualquier persona que se oponga a la discriminación, presente una queja formal o participe en la investigación de una queja formal.

Procedimiento:

- Las quejas formales deben presentarse ante el coordinador de la Sección 1557 dentro del plazo de (60 días) a partir de la fecha en que la persona que presenta la queja formal toma conocimiento de la presunta acción discriminatoria.
- La queja debe presentarse por escrito y tener el nombre y la dirección de la persona que la presenta. Se debe indicar el problema o el hecho que se presume discriminatorio y el recurso o la reparación deseados.
- El coordinador de la Sección 1557 (o una persona designada por él/ella) debe llevar a cabo una investigación de la queja. Esta investigación puede ser informal, pero será exhaustiva y permitirá que todas las personas interesadas tengan la oportunidad de presentar pruebas relevantes para la queja. El coordinador de la Sección 1557 mantendrá los archivos y registros de Aetna Better Health of Maryland relacionados con dichas quejas formales. En la medida de lo posible, y de conformidad con la ley aplicable, el coordinador de la Sección 1557 tomará las medidas apropiadas para preservar la confidencialidad de los archivos y registros relacionados con las quejas formales y los compartirá únicamente con quienes tengan la necesidad de conocerlos.
- El coordinador de la Sección 1557 emitirá una decisión escrita sobre la queja formal, sobre la base de una preponderancia de las pruebas a más tardar

30 días después de su presentación, incluida una notificación al reclamante sobre su derecho a buscar otros recursos administrativos o legales.

La disponibilidad y el uso de este procedimiento de queja formal no impiden que una persona busque otros recursos legales o administrativos, como presentar una queja por discriminación por motivos de raza, color de la piel, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad ante un tribunal o ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. Una persona puede presentar una queja por discriminación por medios electrónicos a través del portal de quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> o por correo postal o teléfono a: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201. **1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD).**

Los formularios de queja están disponibles en: <http://www.HHS.gov/OCR/Office/File/Index.html>. Dichas quejas deben presentarse en un plazo de 180 días a partir de la fecha de la presunta discriminación.

Aetna Better Health of Maryland hará los arreglos adecuados para garantizar que las personas con discapacidades y las personas con un dominio limitado del inglés reciban ayuda y servicios auxiliares o servicios de asistencia con el idioma, respectivamente, si fuera necesario para participar en este proceso de queja formal. Dichos arreglos pueden incluir, entre otros, facilitar servicios de intérpretes calificados o grabaciones de audio para personas con visión reducida, o garantizar un lugar libre de obstáculos para los procedimientos. El coordinador de la Sección 1557 se hará cargo de estos arreglos.

---

Este boletín se publica como un servicio a la comunidad para los amigos y miembros de Aetna Better Health® of Maryland. Se trata de información general sobre la salud que no debe reemplazar el asesoramiento o la atención que usted recibe de su proveedor. Consulte siempre a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales. HealthChoice es un programa de Maryland Department of Health. Se pueden usar modelos en fotos e ilustraciones.

2020 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.