



Primavera 2022

Un Boletín Informativo para Miembros dirigido a Padres e Hijos



Aetna Better Health® Kids

AetnaBetterHealth.com/pennsylvania/members/chip

Un Plan Médico del CHIP

PA-22-02-02

En esta edición

Nuevo Beneficio sobre Medicamentos de Venta Libre (OTC) Sin Costo.....2

Comprender las Necesidades de Salud Conductual.....3

Aprovechar al Máximo el Chequeo Médico de su Hijo..5

Buscar Atención Médica Cuando No es una Emergencia5

Lavarse las Manos Correctamente.....6

Coloque Siempre a su Bebé de Forma Segura en la Cama.....6

Pruebas Gratuitas de COVID-197

Mejora de Calidad en Aetna Better Health® Kids8

¡Ahora Puede Pagar su Chip Premium en Tiendas Minoristas Locales!9



Nuevo Beneficio sobre Medicamentos de Venta Libre (OTC) Sin Costo

Usted elige cómo obtener sus artículos OTC mensuales



POR TELÉFONO

Llame al **1-888-628-2770**
TTY: 711 para pedir por teléfono



EN LÍNEA

Haga su pedido en línea
[CVS.com/otchs/abhkids](https://www.cvs.com/otchs/abhkids)



EN UNA TIENDA CVS

Visite una CVS
Pharmacy® participante



¡Obtenga estos artículos OTC y más SIN COSTO para usted!

- Analgésicos y Primeros Auxilios
- Cuidado Bucal y Dental
- Medicamentos para el Resfriado, la Tos y las Alergias
- Antifúngicos
- Cuidado para Oídos y Ojos
- Vitaminas y Minerales
- Productos de higiene femenina y tampones
- Productos varios

Vea la lista completa de productos en nuestra página web sobre OTC.*



* Visite nuestra página web sobre OTC para obtener más detalles sobre el beneficio OTC

aetnabetterhealthpenn.com/otc

Llame a Aetna Better Health® Kids al **1-800-822-2447** (TTY: 711)

Solo los miembros de Aetna Better Health® Kids obtienen un crédito para OTC de \$30 cada mes. (Se aplican algunas restricciones).



Si la conducta de su hijo no es segura, o si su hijo habla de querer lastimarse a sí mismo o a otra persona, busque ayuda de inmediato.

Línea de Vida Nacional para la Prevención del Suicidio:
Llame al: **1-800-273-TALK (8255)**
Chat: suicidepreventionlifeline.org

Envíe un Mensaje a la Línea de Texto de Crisis con la Palabra: **HELLO al 741741**



Comprender las Necesidades de Salud Conductual

Como padre, es difícil pensar que su hijo pueda estar sufriendo una enfermedad mental. Los “problemas de crecimiento” o la mala conducta pueden ser partes normales del crecimiento y el desarrollo, pero los problemas prolongados no lo son. Si su hijo muestra los siguientes indicios y síntomas durante algunas semanas y parecen afectar las actividades cotidianas (en el hogar, la escuela o con amigos), puede ser útil una evaluación y/o tratamiento.

Indicios y síntomas a tener en cuenta:

- Berrinches frecuentes
- Sumamente irritable
- Quejas sobre dolores de estómago o de cabeza frecuentes
- Poca energía
- Cambio o falta de interés en las relaciones con sus compañeros
- Cambio en los hábitos de sueño (dificultad para dormir, dormir más de lo habitual)
- Disminución en las calificaciones
- Repetir acciones o revisar las cosas muchas veces por miedo a que algo malo pueda suceder
- Pérdida de interés en pasatiempos y actividades
- Realizar dieta o ejercicios en exceso por miedo a engordar
- Participar en comportamientos de autolesión (como cortarse o quemarse la piel)
- Demostrar comportamientos de alto riesgo o destructivos (solo o con amigos): consumo de sustancias, autolesiones
- Tener pensamientos de suicidio
- Tener períodos de energía y actividad muy elevados, y necesitar mucho menos sueño del habitual
- Decir que creen que alguien está tratando de controlar su mente o que escuchan cosas que otras personas no pueden escuchar.

Si su hijo tiene una emergencia, vaya a la Sala de Emergencias. La atención de emergencia se puede brindar en cualquier hospital y está cubierta.



¿Está Su Hijo en Riesgo de una Enfermedad Mental?

Existen ciertas cosas que pueden poner a su hijo en riesgo de desarrollar una enfermedad mental.

Acoso

Ser acosado puede poner a su hijo en riesgo de desarrollar depresión, ansiedad, baja autoestima, sentimientos de soledad o no querer ir a la escuela.

Disparidades en el Cuidado de la Salud

Estar muy expuesto a cosas como la enfermedad, la pobreza o la violencia también puede conducir al desarrollo de enfermedades mentales.

Además, algunas comunidades pueden tener la creencia o el temor de que se les tratará de forma diferente o se abusará de ellos si tienen una enfermedad. Es menos probable que estas familias busquen los servicios de salud mental que necesitan.

Trabaje con el equipo de atención de su hijo, la escuela y el plan de salud para ayudar a encontrar recursos para ayudarlo a usted y a su hijo.

¡Las enfermedades mentales se pueden tratar y son un beneficio cubierto para los miembros de Aetna Better Health® Kids!

Es muy importante no solo satisfacer las necesidades físicas, sino también las necesidades de salud mental de su hijo. Los siguientes son algunos de los servicios que están cubiertos con nuestra red de proveedores o centros de salud mental.

- Pruebas psicológicas
- Visitas con proveedores de salud mental
- Hospitalización parcial
- Terapia intensiva ambulatoria
- Administración de medicamentos.

¡También ofrecemos servicios de administración de casos a nuestros miembros de Aetna Better Health® Kids!

Nuestros administradores de casos están aquí para ayudarlo a usted y a su hijo. Llámenos al **1-800-822-2447** (TTY: 711) en caso de:

- Necesitar ayuda de autoderivación para un miembro
- Necesitar ayuda para encontrar un proveedor participante en su área
- Tener problemas para programar una cita con un proveedor participante
- Tener preguntas sobre los beneficios de salud conductual.



Su hijo también puede programar números importantes en su teléfono celular en caso de que necesite ayuda o apoyo:

- El número de teléfono de un amigo o familiar de confianza.
- El número que no es de emergencia del departamento de policía local.
- La Línea de Vida Nacional para la Prevención del Suicidio **1-800-273-TALK (8255)**

Aproveche al Máximo el Chequeo Médico de su Hijo

Los chequeos médicos de un niño sano ayudan a su hijo a mantenerse saludable. El proveedor de su hijo:

- Verifica si su hijo está alcanzando logros clave
- Mantiene a su hijo al día con las vacunas
- Responder preguntas sobre la salud y el desarrollo de su hijo

Su hijo debe recibir un chequeo médico de niño sano en cada una de las siguientes edades:

Recién nacido, 3-5 días, al 1 mes, 2 meses, 4 meses, 6 meses, 9 meses, 12 meses, 15 meses, 18 meses, 2 años, 30 meses, 3 años.

Luego de los 3 años, su hijo debe realizarse un chequeo médico todos los años.

Obtener respuestas

Una visita de un niño sano es el momento perfecto para realizar preguntas sobre la salud de su hijo o cualquier inquietud que tenga sobre la crianza de sus hijos. Cuando su hijo tenga la edad suficiente, también podrá realizar preguntas.

Para aprovechar al máximo la cita de su hijo, anote sus inquietudes con anticipación. Eso le ayudará a asegurarse de obtener las respuestas que necesita.

Podría preguntar:

- ¿Mi hijo está al día con las vacunas?
- ¿Mi hijo tiene un peso saludable?
- ¿Cómo puedo convencer a mi hijo melindroso de que coma alimentos saludables?
- ¿Mi hijo duerme lo suficiente?

Fuente: Academia Americana de Pediatría

Buscar Atención Médica Cuando No es una Emergencia

Las clínicas de atención de urgencia son sitios a los que usted o sus hijos pueden acudir cuando el consultorio de su Proveedor de Atención Primaria (PCP) está cerrado y se necesita atención médica para problemas que no ponen en peligro la vida.

Cuándo Acudir a una Clínica de Urgencias

Algunas condiciones necesitan atención médica inmediata pero no son una emergencia. Aquí es cuando puede visitar una Clínica de Atención Urgente.

Algunas de estas condiciones incluyen:

- Fiebre que no baja
- Infección del tracto urinario (vejiga)
- Sarpullido que no desaparece
- Esguinces
- Tirón o una distensión muscular
- Gripe
- Vómitos o diarrea que no paran
- Resfriados
- Dolor de garganta
- Dolor de barriga
- Dolores de oído.

Sepa con anticipación dónde se encuentra su clínica de Atención de Urgencias más cercana. Puedes buscar [Clínica de Atención de Urgencias](#) en nuestro sitio web o llame a Servicios para Miembros al **1-800-822-2447** (PA Relay: 711).

Cuando es una emergencia:

En caso de emergencia, llame al **911** o vaya al Departamento de Emergencias más cercano.

Las emergencias son condiciones que incluyen:

- Dolor de pecho
- Quemaduras graves
- Respiración dificultosa
- Herida de bala
- Sangrado abundante
- Heridas de arma blanca.

Llame a nuestra línea de Enfermería las 24 horas, los 7 días de la semana al **1-800-822-2447 si necesita asesoramiento sobre dónde buscar atención.**



Lavarse las Manos Correctamente

¿Está el tiempo suficiente en el lavabo? Lavarse las manos es una de las mejores maneras de evitar los gérmenes que pueden enfermarlo a usted y a su familia. Sin embargo, para que funcione hay que saber lavarse las manos correctamente.

Siga estos pasos siempre:

1. Mójese las manos con agua corriente (fría o tibia). Agregue un poco de jabón.
2. Cierre el grifo y frótese las manos. Enjabónelas bien.
3. Frótese las manos durante al menos 20 segundos. (Eso es lo que se tarda en cantar el “Cumpleaños feliz” dos veces). No olvide de frotar el dorso de las manos y entre los dedos.
4. Enjuáguese bien las manos con agua corriente.
5. Séquese las manos con una toalla limpia o séquelas al aire.

¿Cuándo debe lavarse?

Estos son algunos momentos importantes para asegurarse de lavarse las manos:

- Antes de manipular alimentos
- Luego de ir al baño, cambiar un pañal o tocar la basura
- Antes y luego de cuidar a una persona enferma
- Luego de toser, sonarse la nariz o estornudar

Cuando no tenga a mano agua y jabón, puede utilizar un sanitizante para manos que contenga al menos un 60% de alcohol. Llévelo con usted en caso de que lo necesite.

Fuente: Centros de Control y Prevención de Enfermedades



Coloque Siempre a su Bebé de Forma Segura en la Cama

El sueño es un momento en el que su bebé debe estar súper seguro. Asegúrese de que todas las personas que acuestan a su bebé a dormir conozcan estos pasos:

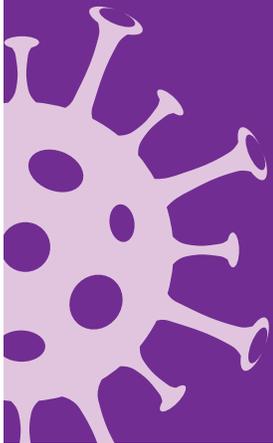
- Ponga a su bebé a dormir en su propia cuna o moisés. Nunca comparta una cama.
- Elija un colchón plano y firme. No debe deprimir mientras su bebé está acostado sobre él.
- No utilice cunas nidos, cojines antivuelco u otros posicionadores para dormir.
- Mantenga fuera de la cuna protectores, ropa de cama suelta, juguetes y otros objetos blandos.
- Nunca ponga a dormir a su bebé en un sofá, sillón o silla.
- Ponga a su bebé a dormir boca arriba, no boca abajo.
- Trate de darle a su bebé un chupete cuando lo acueste. Pero está bien si no le gusta o se cae mientras duermen.

Fuente: Academia Americana de Pediatría; March of Dimes





Pruebas Gratuitas de COVID-19



Obtenga Pruebas Caseras de COVID-19 Sin Costo

¡Hay dos maneras de obtener sus pruebas!

1 Obtenga 4 pruebas gratuitas de COVID-19 por correo

Cada hogar puede obtener 4 pruebas caseras gratuitas de COVID-19 en covidtests.gov.

Este envío único de cuatro (4) pruebas de Venta Libre (OTC) caseras de COVID-19 gratuitas se envía directamente desde el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.

2 Los miembros de Aetna Better Health® de Pennsylvania y Aetna Better Health® Kids (CHIP) ahora pueden realizarse pruebas de COVID-19 caseras sin costo alguno. Así es cómo:

¿Dónde puedo obtener pruebas gratuitas?

Debe obtener las pruebas en cualquier farmacia de la red. Vaya al mostrador de la farmacia con sus pruebas. Presente su tarjeta de identificación de miembro. No se le cobrará por sus pruebas de COVID-19. Debes realizar la compra en el mostrador de la farmacia, no en la entrada de la tienda.

¿Cuántas pruebas gratuitas puedo obtener?

Los miembros pueden realizar hasta 8 pruebas gratuitas al mes.

¿Qué pruebas forman parte del programa gratuito?

Cualquier prueba de COVID-19 vendida en la farmacia está cubierta.

¿Cómo me reembolsan las pruebas que ya compré?

Le reembolsaremos hasta 8 pruebas por miembro por mes que compró entre el 31 de agosto de 2021 y el 28 de febrero de 2022. Debe tener el recibo original de la caja registradora (no copias).

1. Visite nuestra página de inicio en AetnaBetterHealth.com/Pennsylvania.
2. Vaya a la sección de recursos de COVID-19 para miembros en el lado derecho de esa página.
3. Haga clic en el enlace Formulario de Reembolso de la prueba casera de COVID-19.
4. Imprima el formulario y rellénelo por completo.
5. Envíalo a la dirección que aparece en el formulario. Incluya su recibo ORIGINAL de la caja registradora en el sobre.
6. Si necesita que le enviemos un formulario, simplemente llame a Servicios para Miembros al número que figura en el reverso de su tarjeta de identificación.

¿Cómo se me pagará por las pruebas que compre?

Le enviaremos un cheque por el saldo en 30-45 días.

¿Qué sucede si tengo preguntas sobre el Programa de Pruebas de COVID-19 gratuitas?

Puede llamar a Servicios para Miembros:

Medicaid: 1-866-638-1232 (PA Relay: 711)

CHIP: 1-800-822-2447 (TTY: 711)



Mejora de Calidad en Aetna Better Health® Kids

Nuestro Departamento de Gestión de Calidad quiere asegurarse de que reciba una buena atención y servicios.

Eso incluye:

- Programas de gestión de la salud que funcionan para usted
- Acceso sencillo a atención médica y de salud conductual de calidad
- Ayuda con cualquier condición o enfermedad compleja o crónica
- Apoyo cuando más lo necesita
- Elevada satisfacción con sus médicos y con nosotros.

Nuestras actividades de mejora de calidad cada año incluyen:

- Ponerse en contacto con usted para recordarle que debe recibir atención (como chequeos médicos de niño sano)
- Envío de postales o boletines informativos sobre temas de salud
- Revisar el número, la calidad y los tipos de servicios que recibe
- Recordarle a sus médicos y a usted acerca de la atención médica preventiva
- Asegurarse de que continúa recibiendo la atención que necesita
- Verificar que sus llamadas sean respondidas rápidamente y que obtenga la información correcta
- Asegurarse de que su médico tenga toda la información necesaria para cuidar de usted o de su hijo.

Tenemos muchos más programas de calidad. Puede llamar a Servicios para Miembros al **1-800-822-2447** (TTY: 711) para obtener más información sobre lo que realizamos para mejorar su atención. También nos complace darle una copia impresa de las metas de nuestro programa y cómo lo estamos haciendo. También puede leer las actualizaciones en nuestro sitio web en [AetnaBetterHealth.com/pennsylvania/members/quality](https://www.aetnabetterhealth.com/pennsylvania/members/quality).



¡Ahora Puede Pagar su Prima del Chip en las Tiendas Minoristas Locales!

Pagar su prima del CHIP ahora es más sencillo



Realice un pago en cualquiera de estos minoristas * simplemente escaneando el código de barras en su factura.



A partir de la factura de este mes, hay un código de barras en la parte inferior de su factura del CHIP Premium. Al finalizar la compra, el cajero escaneará su(s) código(s) de barras. Puede pagar en efectivo, tarjeta de crédito o débito. Luego de haber realizado un pago en la tienda, el pago se reflejará en su cuenta en 3 días hábiles.

* Esta lista está sujeta a cambios.

Todavía puede realizar pagos utilizando estos métodos:



Pagar por correo

Con cheque o giro postal*

Aetna Better Health® Kids
Apartado Postal 785656
Philadelphia, PA 19178-5656

*A favor de Aetna CHIP.



Pagar en línea

Con tarjeta de crédito o débito.

Uso del **Sistema de Pago de Aetna**
<https://secure.directbiller.com/pbills/payer/welcomeDirect.do?h=1fnfgz5ge1>



Pagar por teléfono

Con cheque o giro postal.

Llame al **1-877-222-2004** utilizando un teléfono por marcación de tonos automática.

Tenga a mano su identificación de miembro y número de factura.

Si tiene preguntas, llámenos al

1-800-822-2447 (TTY: 711)

AetnaBetterHealth.com/pennsylvania/members/chip
Un Plan Médico del CHIP



Aetna Better Health® Kids

Aviso de No Discriminación

Aetna Better Health Kids cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Aetna Better Health Kids no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Aetna Better Health Kids brinda asistencia y servicios gratuitos a personas con discapacidades para que se comuniquen de manera efectiva con nosotros, como:

- Intérpretes calificados de lenguaje de señas; y
- Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles).

Aetna Better Health Kids brinda servicios lingüísticos gratuitos a personas cuyo idioma principal no es el inglés, como:

- Intérpretes calificados; y
- Información escrita en otros idiomas.

Si necesita estos servicios, comuníquese con Aetna Better Health Kids al 1-800-822-2447.

Si cree que Aetna Better Health Kids no le brindó estos servicios o lo discriminó de otra manera por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante la:

The Bureau of Equal Opportunity,
Room 223, Health and Welfare Building,
P.O. Box 2675,
Harrisburg, PA 17105-2675,
Teléfono: (717) 787-1127, TTY (800) 654-5484, Fax: (717) 772-4366, o
Email: RA-PWBEOAO@pa.gov

Puede presentar una queja en persona o por correo postal, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, la Oficina de Igualdad de Oportunidades está disponible para ayudarlo.

También puede presentar una queja de derechos civiles electrónicamente a través del Portal de Quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en <https://ocmortal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correo o teléfono con la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. en:

U.S. Department of Health and Human Services,
200 Independence Avenue SW.,
Room 509F, HHH Building,
Washington, DC 20201,
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD).

Los formularios de quejas están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Servicios de Interpretación en Varios Idiomas

ENGLISH: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you.

Call **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**).

SPANISH: ATENCIÓN: Si usted habla español, los servicios de ayuda de idioma, sin ningún costo, están disponibles para usted. Llamar al **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**).

RUSSIAN: ВНИМАНИЕ: Если Вы говорите на русском языке, Вам предлагаются бесплатные переводческие услуги. Позвоните по номеру **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**).

CHINESE: 注意: 如果您說普通話，您可以免費獲得語言幫助。請致電**1-800-385-4104** (聽障專線: **711**)。

VIETNAMESE: LƯU Ý: Nếu quý vị nói [Tiếng Việt], chúng tôi sẽ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí cho quý vị. Gọi số **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**).

ARABIC: إنتباه: إذا كنت تتكلم لغة غير اللغة الإنجليزية فإن خدمات المساعدة اللغوية متوفرة لك بالمجان. اتصل بالرقم: **1.800.385.4104** {الصم و البكم 711}

NEPALI: ध्या न दनिहोस्: तपा नेपा ली बोलनुहुन्य भने तपा का ला गि नि:शुल्क पमा भा षा सह ता सेवा ह उपलब्धय न्। **1-800-385-4104** मा फोन गनुनुहोस् (PA Relay: **711**)

KOREAN: 주의: 한국어를 사용하실 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-385-4104** (PA 중계 서비스: **711**)번으로 연락해 주십시오.

MON KHMER: ត្រូវចងចាំ ៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ សេវាកម្មជំនួយផ្នែកភាសាមានផ្តល់ជូនលោកអ្នកដោយឥតគិតថ្លៃ។ សូមហៅទូរសព្ទមកលេខ **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**)។

FRENCH: ATTENTION: si vous parlez Français, vous pouvez bénéficier gratuitement des services d'assistance linguistique. Appelez le **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**).

BURMESE: ဝရပြုရန်-သင်သည် မြန်မာဘာသာစကားကိုပြောဆိုပါက ဘာသာ စကားဆိုင်ရာ အကူအညီပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သင့်အနေဖြင့် အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။ **1-800-385-4104** (PA ရိုလေး: **-711**) ကို ခေါ်ဆိုပါ။

FRENCH CREOLE: ATANSYON: Si ou pale Kreyòl Ayisyen, wap jwenn sèvis asistans pou lang, gratis, ki disponib. Rele nan **1-800-385-4104** (Sèvis Relè PA: **711**).

PORTUGUESE: ATENÇÃO: se falar Português, os serviços gratuitos de assistência linguística estão disponíveis para você. Ligue para **1-800-385-4104** (PA Ramal: **711**).

BENGALI: মন দিচ্ছে দেখুন: আপনি যদি বাংলা বলেন, আপনার জনস্ব বিনামূল্যে ভাষা সহায়তা পরিষেবা উপলব্ধ আছে। ফোন করুন **1-800-385-4104** (PA Relay: **711**)

ALBANIAN: VINI RE: Nëse flisni shqip, shërbime të ndihmës gjuhësore janë në dispozicionin tuaj, pa ndonjë pagesë. Telefononi **1-800-385-4104** (Personat me problem në dëgjim, PA Relay: **711**).

GUJARATI: ગુજરાતી: ધ્યાન આપો: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો તો ભાષાકીય સેવાઓ વિના મૂલ્યે તમને ઉપલબ્ધ છે. કૉલ કરો **1-800-385-4104** (PA રિલે: **711**)