



Volumen 2 de 2023

Boletín informativo para miembros padres e hijos



Pennsylvania's Children's Health Insurance Program
We Cover All Kids.



Aetna Better Health® Kids
A CHIP Health Plan

AetnaBetterHealth.com/pennsylvania/members/chip
Plan de salud de CHIP



Un verano de sonrisas

¿Puede ganar una tarjeta de regalo por realizarse un chequeo dental? ¡Así es! Si se realiza un chequeo dental entre el 1.º de junio y el 31 de agosto, puede recibir una tarjeta de regalo después de su chequeo. A continuación, le explicamos cómo hacerlo:

1. Programe un chequeo dental.

- Examen dental.
- Limpieza.
- Radiografías.
- Tratamiento con fluoruro.
- Selladores.

2. Complete la visita al dentista.

3. Obtenga su recompensa. Para obtener más información sobre cómo recibir su tarjeta de regalo, siga leyendo las respuestas a las preguntas frecuentes de los miembros.



¿Cómo obtengo mi tarjeta de regalo?

Las recompensas se pagan después de que recibimos un reclamo de su proveedor. Le enviaremos las instrucciones para elegir su tarjeta de regalo por correo en cuatro a seis semanas. Solo los miembros que tienen Aetna Better Health® Kids como seguro primario (principal) pueden obtener una tarjeta de regalo.

¿Qué tipos de tarjetas de regalo podré elegir?

Puede elegir tarjetas de Walmart, Target, Dollar General, Dollar Tree o Michael's.

¿Cuál es el valor de la tarjeta de regalo?

La tarjeta de regalo es de \$25 para niños de entre

6 meses y 12 años y de \$40 para adolescentes de entre 13 y 19 años.

¿Puedo canjear mi tarjeta por dinero en efectivo?

No. Solo puede usar la tarjeta para comprar productos permitidos en una tienda.

¿Qué sucede si no recibí la tarjeta?

Comuníquese con Motivadores del Cliente al **1-888-689-3420**.

¿Está listo para programar su visita al dentista?

Podemos ayudarlo a encontrar un dentista. Comuníquese con Servicios al Cliente de Aetna Better Health® Kids al **1-800-822-2447** (TTY: 711).



Consulte el Manual para miembros

¿Alguna vez quiso obtener más información sobre Aetna Better Health Kids, los beneficios, la manera en que funciona su plan de salud o sus derechos? Tómese un minuto para ver el Manual para miembros en línea. Puede buscar el Manual para miembros en línea desde su computadora o teléfono inteligente en:

[AetnaBetterHealth.com/Pennsylvania/members/chip/handbook](https://www.aetna.com/betterhealth/kids/pennsylvania/members/chip/handbook)



La ayuda está en línea

Si usted o alguien que conoce tiene pensamientos suicidas, hay una manera simple de obtener ayuda: **Llame, envíe un mensaje de texto o chatee al 988.**

Marcando **988** se comunicará con la Línea de prevención del suicidio y crisis 988 (antes conocida como Línea nacional de prevención del suicidio) desde cualquier lugar de los EE. UU. Esta línea lo pone en contacto con asesores capacitados las 24 horas del día, los 7 días de la semana. El servicio es gratuito y confidencial.

El número anterior de la línea, **1-800-273-8255**, seguirá disponible. También puede visitar 988lifeline.org/chat para chatear en línea.

Llame por usted o por un amigo

Las líneas de ayuda lo comunican directamente con una persona comprensiva. Cuando llame, hablará con un asesor capacitado en crisis cerca de su código de área. Los asesores lo escucharán y le harán preguntas. No lo juzgarán. En cambio, le brindarán consejos

y maneras de protegerse. También pueden ayudarlo a obtener asistencia inmediata si la necesita.

La línea también es para personas a quienes les preocupa que un familiar o un amigo esté pensando en quitarse la vida. Según el Instituto Nacional de Salud Mental, los familiares y amigos son, en general, los primeros en notar las señales de que alguien está pensando en suicidarse.

Póngase en contacto

Si se siente deprimido o si está pensando en quitarse la vida, recuerde que no está solo y que hay ayuda disponible. La línea está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana en el **988**. También puede llamar al **911** o visitar el departamento de emergencias de un hospital.

Obtenga ayuda

Hay tres formas de comunicarse con la Línea de prevención del suicidio y crisis 988 (antes conocida como Línea nacional de prevención del suicidio):



Llame o envíe un mensaje de texto: **988**



Llame: **1-800-273-8255**



Chatee en línea: **988lifeline.org/chat**



Mejoramiento de la calidad en Aetna Better Health Kids

Nuestro Departamento de Manejo de la Calidad quiere asegurarse de que reciba buen cuidado y buenos servicios. Esto incluye lo siguiente:

- Programas de manejo de la salud que le funcionen.
- Fácil acceso a cuidado médico y de la salud emocional y psicológica de calidad.
- Ayuda con enfermedades crónicas o complejas.
- Apoyo cuando más lo necesita.
- Alto grado de satisfacción con sus médicos y con nosotros.

El mejoramiento de la calidad incluye las siguientes actividades cada año:

- Contactarlo para recordarle que obtenga cuidado (como los chequeos para niños sanos).
- Enviarle postales o boletines informativos sobre temas de salud.
- Revisar la cantidad, la calidad y los tipos de servicios que recibe.
- Recordarles a usted y a su médico la importancia del cuidado de salud preventivo.
- Asegurarnos de que usted siga recibiendo el cuidado que necesita.
- Comprobar que sus llamadas se atiendan con rapidez y que obtenga la información correcta.
- Asegurarnos de que su médico tenga toda la información necesaria para brindarles cuidado a usted o a su hijo.

Tenemos muchos más programas de calidad. Puede llamar a Servicios al Cliente al **1-800-822-2447 (TTY: 711)** para obtener más información sobre qué hacemos para mejorar el cuidado que le brindamos. Además, con gusto le daremos una copia impresa sobre los objetivos de nuestro programa y sobre cómo nos está yendo.



Todos los niños pueden estar expuestos al plomo

La exposición al plomo no se limita a niños que son de grupos raciales o étnicos minoritarios, que provienen de hogares con bajos ingresos, que nacieron fuera de los Estados Unidos o que viven con un adulto que trabaja con plomo. Invitamos a los padres y a los cuidadores a hablar con el proveedor del cuidado de la salud del niño sobre la exposición al plomo, y sobre la posibilidad de realizarle un análisis de plomo en sangre para saber si ha estado expuesto. En función del nivel de plomo en sangre del niño, el proveedor puede recomendarle servicios nutricionales, educativos y medioambientales.

Para conocer algunos ejemplos reales de situaciones en las que los niños han estado expuestos al plomo, visite [cdc.gov/nceh/lead](https://www.cdc.gov/nceh/lead) para leer la guía de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.



¿Conoce a niños que no tengan cobertura de salud?

Si tiene amigos o familiares que no tienen cobertura de cuidado de salud para sus hijos menores de 19 años, hableles sobre el Programa de Seguro de Salud para Niños (CHIP). Casi todas las familias pueden reunir los requisitos para planes de CHIP sin costo o a bajo costo, sin importar su nivel de ingresos. Pueden obtener más información sobre si reúnen los requisitos en dhs.pa.gov/CHIP/Eligibility-and-Benefits

Hay varias opciones de planes de salud de CHIP, incluido Aetna Better Health Kids. Asegúrese de comparar los niveles de primas cuando elija un plan.



Enfoque en la salud emocional y psicológica: TDAH

¿Qué es el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)? Obtenga más información sobre esta enfermedad, sus síntomas y los tratamientos útiles.

El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo. Los síntomas suelen comenzar en la infancia y pueden continuar en la adultez. De hecho, usted puede tener TDAH a cualquier edad.

Si usted o su hijo tienen TDAH, pueden tener problemas para prestar atención o pueden sentirse excesivamente activos. El TDAH puede afectar la capacidad de su hijo para desempeñarse en la escuela o en el trabajo, o para hacer la tarea. Puede influir en su capacidad para seguir las reglas y hacer amigos.

Si su hijo tiene TDAH, es posible que tenga dificultad para quedarse quieto. Puede retorcerse, moverse inquietamente o hablar en exceso. También puede tener el hábito de extraviar cosas u olvidarse de ellas.

Si cree que su hijo tiene síntomas de TDAH, es importante que lo evalúe un médico. Tratar el TDAH de su hijo puede tener muchos beneficios:

- A su hijo le irá mejor en la escuela.
- Desarrollará una autoestima sana.
- Mejorará su capacidad de hacer amigos.

- Evitará comportamientos peligrosos más adelante en la vida, como el abuso de sustancias.

¿Qué puede hacer usted para apoyar a su hijo durante el tratamiento y la recuperación del TDAH?

- **Cree una estructura.** Los niños con TDAH tienden a desenvolverse mejor en un ambiente estructurado.
- **Divida las tareas en partes manejables.** Esto ayuda a evitar que su hijo se sienta abrumado.
- **Organícese.** Los niños con TDAH tienen dificultades para organizarse. Apoye a su hijo manteniendo la organización.

- **Limite las distracciones.**

El TDAH puede hacer que al niño le sea difícil prestar atención. Limite las distracciones para que el niño pueda mantenerse enfocado.

- **Incentive la actividad física.**

Hacer ejercicio con regularidad puede ayudar a despejar la mente de su hijo. Puede ayudarlo a pensar mejor.

- **Ayude a su hijo a dormir bien.**

A veces, dormir el tiempo suficiente puede aliviar los efectos del TDAH.

- **Sea positivo.** Muchos niños con TDAH progresan gracias al refuerzo positivo. Recompense el comportamiento positivo en lugar de centrarse en el comportamiento negativo.

- **Busque asesoramiento.**

- **Asista a citas médicas con regularidad.**

- **Cumpla con los regímenes de medicación.**

El TDAH puede tratarse con asesoramiento y ejercicios de autoayuda. También puede tratarse con medicación. Hable con el médico de su hijo acerca de sus opciones. La medicación para el TDAH puede incluir medicamentos estimulantes y no estimulantes.

Medicamentos estimulantes

Los estimulantes para tratar el TDAH vienen en dos formas: de liberación inmediata o de liberación prolongada.

Es posible que se deban tomar los medicamentos de liberación inmediata dos

o tres veces por día. Los medicamentos de liberación prolongada se pueden tomar una vez por día a la mañana. Estos medicamentos ayudan a mejorar la concentración, reducir la hiperactividad y disminuir la impulsividad.

Entre los medicamentos estimulantes se incluyen los siguientes:

- Anfetaminas (Adderall y Adderall XR)
- Metilfenidato (Ritalín y Concerta)
- Lisdexanfetamina (Vyvanse)

Medicamentos no estimulantes

Los medicamentos estimulantes pueden ayudar a muchas personas con TDAH. Pero no son para todo el mundo. Estos medicamentos a veces causan efectos secundarios no deseados, como problemas para dormir o aumento de la frecuencia cardíaca. Afortunadamente, hay medicamentos no estimulantes que pueden tomar las personas con TDAH. Estos medicamentos también ayudan a tratar los síntomas del TDAH.

Entre los medicamentos no estimulantes se incluyen los siguientes:

- Atomoxetina (Strattera)
- Guanfacina (Intuniv)
- Clonidina (Kapvay)

Llame a Servicios al Cliente o a su proveedor de cuidado primario si necesita ayuda para encontrar un asesor para su hijo.



Servicios al Cliente está aquí para usted

El Departamento de Servicios al Cliente está disponible para ayudarlo con cualquier pregunta sobre la cobertura de su hijo o el cuidado que recibe. En su tarjeta de identificación de miembro encontrará el número gratuito de Servicios al Cliente. Puede llamar a Servicios al Cliente al **1-800-822-2447 (TTY: 711)**.

Para su conveniencia, el Departamento de Servicios al Cliente está disponible de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m. También puede visitar nuestro sitio web, [AetnaBetterHealth.com/Pennsylvania](https://www.aetna.com/BetterHealth/com/Pennsylvania), para obtener más información sobre los beneficios de CHIP para su hijo.



También puede escribirnos a:

Aetna Better Health Kids
1425 Union Meeting Road
Blue Bell, PA 19422

Nondiscrimination Notice

Aetna Better Health Kids complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Aetna Better Health Kids does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Aetna Better Health Kids provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:

- Qualified sign language interpreters; and
- Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats).

Aetna Better Health Kids provides free language services to people whose primary language is not English, such as:

- Qualified interpreters; and
- Information written in other languages.

If you need these services, contact Aetna Better Health Kids at 1-800-822-2447.

If you believe that Aetna Better Health Kids has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with:

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

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, the Bureau of Equal Opportunity is available to help you.

You can also file a civil rights complaint electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights at:

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).

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Multi-language Interpreter Services

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call: 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323).

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323).

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните: 1-800-822-2447 (телетайп: 1-800-628-3323).

注意：如果您講中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-822-2447（聽障及語障人士專線：1-800-628-3323）。

CHÚ Ý: Nếu quý vị nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho quý vị. Xin gọi số [1-800-822-2447] (TTY: 1-800-628-3323).

تنبيه: إذا كنت تتحدث لغة أخرى غير الإنجليزية، فإن خدمات المساعدة اللغوية متاحة بالمجان. اتصل بالرقم 1-800-822-2447 (الهاتف النصي: 1-800-628-3323)

ध्यान दिनुहोस्: तपाईं अंग्रेजी बाहेकका भाषा बोल्नुहुन्छ भने तपाईं निःशुल्क भाषिक सहायता प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ । यसका लागि 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323) मा टेलिफोन गर्नुहोस् ।

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323) 번으로 전화해 주십시오.

កត់សំគាល់: ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយ ភាសាខ្មែរ មិនប្រើភាសាអង់គ្លេស សេវាជំនួយផ្នែកភាសាមានផ្តល់ជូនដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់លោកអ្នក។ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323) ។

ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323).

သတိပြုရန်။ သင့်ည့် အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားမဟုတ်ဘဲ အခြားဘာသာစကား တစ်စုံတစ်ရာပါက ဘာသာစကား အထောက်အကူပြုပေးဆွဲခွင့်အခမဲ့ရရှိနိုင်ပါသည်။ 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323) သို့မူ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323).

ATENÇÃO: Se você fala português, encontram-se disponíveis serviços linguísticos, grátis. Ligue para 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323).

দৃষ্টি আকর্ষণ: আপনি যদি ইংরেজী ছাড়া অন্য কোন ভাষায় কথা বলেন, তাহলে ল্যাংগুয়েজ এসিস্ট্যান্ট সার্ভিসের সহায়তা, আপনি বিনামূল্যে পাবেন। কল করুন: ১-৮০০-৮২২-২৪৪৭ (TTY: 1-800-628-3323).

KUJDES: Nëse flitni një gjuhë tjetër përveç anglishtes, shërbimet për përkthim, pa pagesë, janë në dispozicion për ju. Telefononi në 1-800-822-2447 (TTY: 1-800-628-3323).

ध्यान आपी: श्री तमे अंग्रेजि सिवाय अीजि भाषा अीवी छी, ती भाषा सहाय सेवाअी, तमारा माटे मफ्त उपलब्ध छे. १-८०० ८२२-२४ ४५ पर कोव करो (टीटीवाय: १-८००-६२ ८३३२३)