

CARE CONNECTION

VERANO DE 2018

CÓMO DESARROLLAR VIDAS MÁS SALUDABLES



Agosto es el mes nacional de la concientización sobre la vacunación.

Si tiene una afección crónica, la administración de cuidados complejos puede ayudar.

Prestige Health ChoiceSM cree en dar a nuestros miembros acceso a una atención de calidad.



Agosto es el mes nacional de la concientización sobre la vacunación



Verifique los registros de vacunas de sus hijos. Asegúrese de que tengan todas las vacunas al día antes de regresar a la escuela.

Es hora de volver a la escuela. Los niños de toda la Florida están preparando sus útiles escolares y sus mochilas. Los padres también deberían estar preparándose para la escuela. Asegúrese de que sus hijos tengan todas las vacunas. Recibir las vacunas es importante y puede proteger a los niños de enfermedades graves. Hay vacunas para enfermedades como la poliomielitis, el sarampión, la tos ferina y la varicela. Es posible que la escuela exija que su hijo reciba algunas vacunas antes de asistir a clases.

Florida exige que todos los niños estén al día con las vacunas antes de ir a la escuela. Asegúrese de que su hijo esté listo con estos consejos:

- Su hijo necesita un Formulario de certificación de vacunas del estado de Florida completo (formulario DH 680). Esto muestra que ha recibido las vacunas obligatorias.
- Mantenga actualizados los registros de vacunación de sus hijos. Guárdelos en un lugar seguro.
- Verifique el registro de vacunas de sus hijos. Programe una visita al proveedor de atención primaria (PCP) de sus hijos ahora para poder ir antes de que comience la escuela.
- Pida al PCP de su hijo copias del registro de vacunación si no lo tiene. También puede obtenerlo en el Departamento de Salud de Florida en www.floridahealth.gov.
- Informe al proveedor de cuidado infantil de su hijo cada vez que su hijo reciba una vacuna.
- Visite el sitio de Internet de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades para informarse más sobre las vacunas. Vaya a www.cdc.gov/vaccines para más información.



Las vacunas son una parte importante de un embarazo saludable

Si está embarazada, las vacunas pueden protegerla a usted y a su bebé. Las vacunas contra la gripe y la tos ferina pueden ayudar a mantener seguro a su bebé.

Si está embarazada, hay varias cosas que debe saber sobre las vacunas:¹

- Recibir vacunas la ayuda a usted y a su bebé. Usted le pasa anticuerpos a su hijo por nacer. Estos pueden ayudar a combatir las enfermedades.
- Los bebés corren el mayor riesgo ante la gripe y tos ferina durante los primeros meses de vida. Como son recién nacidos, no tienen edad suficiente para recibir vacunas. Recibir vacunas contra la gripe y la tos ferina durante el embarazo es la mejor manera de protegerlos.
- Algunas vacunas dejan de ser eficaces con el tiempo. Se recomienda que las mujeres embarazadas se vacunen contra la gripe y la tos ferina en cada embarazo.

Source:

1. "Communication Toolkit: Pregnant Women" (Herramientas de comunicación: mujeres embarazadas), National Public Health Information Coalition, <https://www.nphic.org/niam-pregnantwomen> (consultado el 28 de junio de 2018).

Las vacunas también son importantes para los adolescentes y preadolescentes

A medida que los niños crecen, las necesidades de salud cambian. Los preadolescentes y adolescentes pueden necesitar vacunas a medida que crecen. Es posible que necesiten refuerzos de vacunas que ya se han dado, o vacunas nuevas.

Estas son algunas cosas que debe saber sobre las vacunas para niños a medida que crecen:¹

- Algunas vacunas que se reciben en la infancia dejan de ser eficaces con el tiempo. Es importante recibir el refuerzo de la vacuna contra el tétanos, la difteria y la tos ferina (Tdap) para continuar la protección contra estas enfermedades.
- Los preadolescentes y adolescentes pueden estar más expuestos a diferentes enfermedades, como la enfermedad meningocócica o el virus del papiloma humano. Pueden ser muy peligrosas e incluso causar algunos tipos de cáncer. Recibir las vacunas puede ayudar a protegerse contra estas enfermedades.
- Las personas de todas las edades deben recibir una vacuna antigripal cada año. Esto incluye a los preadolescentes y adolescentes. El virus de la gripe cambia con el tiempo, por lo que es una buena idea vacunarse cada año.

Fuente:

1. "Communication Toolkit: Preteens & Teens," (Herramientas de comunicación: preadolescentes y adolescentes), National Public Health Information Coalition, <https://www.nphic.org/niam-preteensteens> (consultado el 28 de junio de 2018).

La administración de la utilización puede mantenerlo a salvo

Usamos herramientas de administración de la utilización para asegurarnos de que los medicamentos bajo receta que toma son seguros. Estas herramientas incluyen autorización previa, límites a la cantidad, terapia escalonada y revisiones de medicamentos.

Autorización previa

Algunos medicamentos requieren autorización previa. Esto significa que se deben cumplir criterios específicos antes de cubrir un medicamento.

Límites a la cantidad

Se aplican límites a la cantidad a ciertos medicamentos. Se basan en los límites de dosis aprobados y establecidos durante el proceso de aprobación de la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). Se aplican límites a la cantidad de medicamento dado en cada receta médica.

Terapia escalonada

La terapia escalonada requiere que pruebe ciertos medicamentos antes de obtener uno diferente. Si el primer medicamento no funciona, es posible que cubramos otro medicamento para su afección.

Revisión para el manejo del uso de los medicamentos del plan

Prestige Health Choice lleva a cabo revisiones para el manejo del uso de los medicamentos del plan de todos nuestros miembros. Hacemos esto con el fin de garantizar a los miembros la obtención de una atención segura y efectiva. Es importante para los miembros que obtienen recetas médicas surtidas por más de un proveedor. Si Prestige Health Choice encuentra un problema durante la revisión para el manejo del uso del plan, trabajaremos con su proveedor para corregirlo.

Acerca de nuestro programa de administración de la utilización:

- La toma de decisiones de la administración de la utilización se basa únicamente en el buen uso de la atención y el servicio, y en la existencia de cobertura
- Prestige Health Choice no recompensa a los proveedores o empleados por negar la cobertura.
- Los encargados de la toma de decisiones de la administración de la utilización no reciben incentivos financieros para alentar decisiones que resulten en una menor utilización.
- Hay intérpretes disponibles sin cargo para ayudar a los miembros que necesitan servicios de idiomas. Llame hoy a Servicios al Miembro para solicitar ayuda al **1-855-355-9800 (TTY 1-855-358-5856)**.



Pasos para usar sus beneficios de farmacia

Posiblemente su proveedor escriba una receta médica para que su farmacéutico surta el medicamento. Los proveedores pueden consultar la lista de medicamentos preferidos (PDL) para ver los medicamentos en el listado de medicamentos preferidos. La PDL está disponible en nuestro sitio de Internet en **www.prestigehealthchoice.com**. El Informe de resumen de cambios (*Changes Summary Report*), que incluye los últimos cambios realizados en la PDL, se puede encontrar en **http://ahca.myflorida.com/medicaid/Prescribed_Drug/pharm_thera/fmpdl.shtml**.

Las recetas médicas cubiertas no tienen costo para usted. Muestre su tarjeta de identificación de miembro cuando obtiene sus recetas médicas. Si tiene preguntas, llame a Servicios de Farmacia al Miembro al **1-855-371-3963**.

¿Qué es autorización previa (aprobación previa)?

Su proveedor puede solicitar la aprobación de un medicamento que no está en la PDL o que necesita autorización previa. Su proveedor deberá enviar a Prestige Health Choice un formulario de solicitud de autorización previa. Revisaremos el formulario y le informaremos a usted y a su proveedor si se aprueba.

Si Prestige Health Choice no aprueba el medicamento, usted recibirá una carta que explicará el motivo. La carta le dirá cómo presentar una apelación si desea hacerlo.

Si tiene una afección crónica, la administración de cuidados complejos puede ayudar

¿Vive con una afección grave o crónica? Si es así, es posible que sea elegible para la administración de casos complejos. La administración de casos complejos brinda atención médica especializada y servicios de apoyo a los miembros que lo necesitan. Puede ayudar a los miembros a sobrellevar múltiples necesidades médicas y mejorar su calidad de vida en general.

La administración de casos complejos se ofrece sin costo a los miembros que cumplen con los requisitos y viven con una afección crónica. La diabetes y las enfermedades cardiovasculares son dos ejemplos de afecciones crónicas.

Puede inscribirse de varias maneras en la administración de casos complejos:

- Puede pedirle a su PCP que lo derive.
- Usted mismo o su cuidador también pueden hacer la derivación llamando a nuestro Equipo de Alcance y Respuesta Rápida. Un administrador de cuidado especialmente capacitado hablará con usted y abordará las opciones con usted o un miembro de su familia. Llame al Equipo de Alcance y Respuesta Rápida al **1-855-371-8072 (TTY 711)**.
- Puede llamar a nuestra Línea de enfermeros. Ellos lo ayudarán con la derivación. La Línea de enfermeros está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Llame al **1-855-398-5615 (TTY 711)** para informarse más.
- Si está en el hospital, la persona que planifica las altas del hospital puede derivarlo antes de que se vaya.

Publicamos una lista de medicamentos que cubre nuestro plan en nuestro sitio de Internet. Esto se llama listado de medicamentos. Esta lista ayuda a su PCP o a otro proveedor a recetarle los medicamentos. Para ver la información más reciente sobre nuestro listado de medicamentos, visítenos en Internet en **www.prestigehealthchoice.com/member/span/find-provider/index.aspx**.

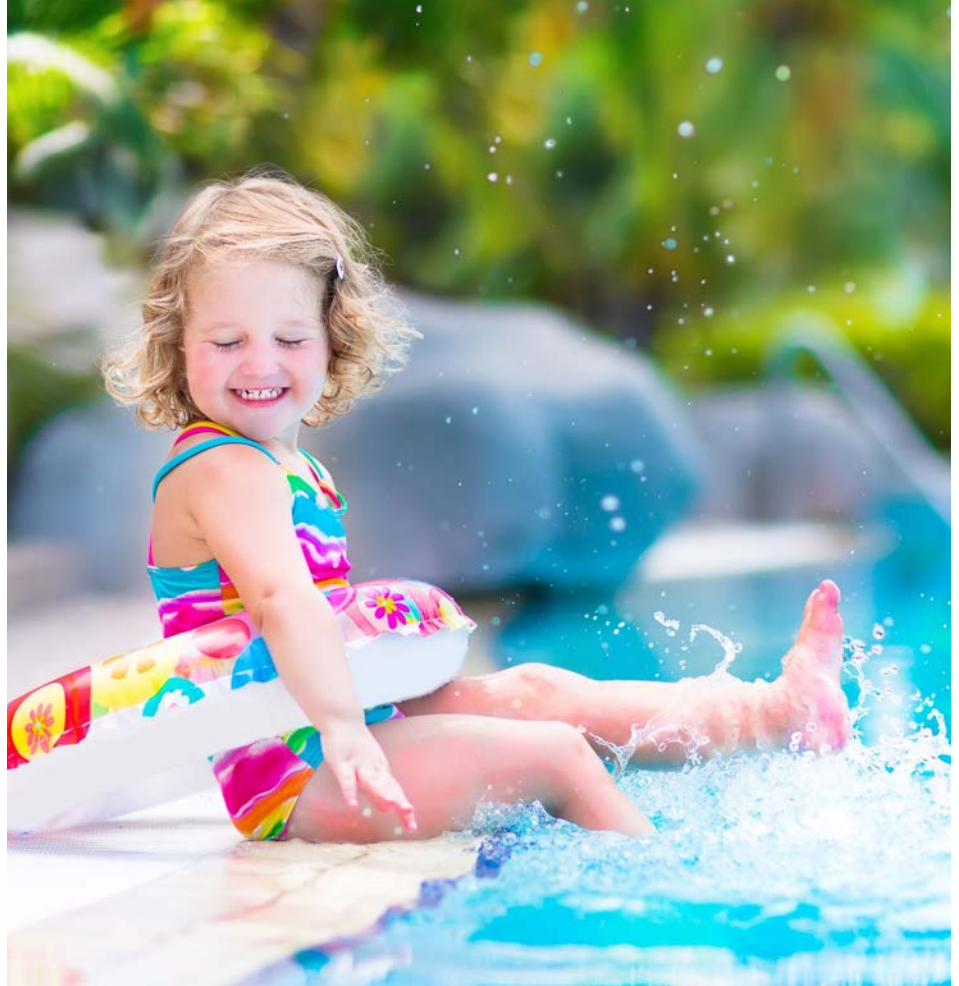
Consejos para mantenerse seguro al nadar

La natación es una gran manera de realizar ejercicio físico. Aquí en Florida, podemos nadar casi todo el año. Las piscinas son lugares geniales para divertirse. Sin embargo, trágicamente, más de 300 niños menores de 14 años se ahogan en piscinas y spas cada año.¹ Manténgase a salvo cuando esté dentro o cerca del agua. Estos son algunos consejos para mantener a usted y su familia a salvo:²

- Solo nade en áreas con guardavidas presentes.
- Use el sistema de amigos. Siempre nade con otra persona. No permita que nadie nade solo.
- Si los integrantes de su familia no saben nadar, pídeles que tomen clases de natación. Puede haber clases de natación disponibles para todas las edades en su área.
- Nunca deje a un niño pequeño solo cerca del agua. **Siempre debe haber un adulto presente cuando los niños están nadando.**
- Haga que los niños que no saben nadar usen chalecos salvavidas o flotadores mientras están en el borde de la piscina.
- Enseñe a sus hijos cómo comportarse de manera segura en la piscina. Dígalos que no corran ni jueguen cerca de las piscinas.

Fuente:

1. "Know the Facts: Fatal Child Drownings" (Conozca los hechos: casos fatales de ahogamiento de niños), PoolSafety.gov, <https://www.poolsafely.gov/know-the-facts-fatal-child-drownings/> (consultado el 27 de junio de 2018).
2. "Water Safety" (Seguridad en el agua), American Red Cross, <http://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/types-of-emergencies/water-safety> (consultado del 27 de junio de 2018).
3. "Steps of Healthy Swimming" (Pasos a seguir para la natación saludable), Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, <https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/swimmers/steps-healthy-swimming.html> (consultado el 27 de junio de 2018).



Usted o un integrante de su familia pueden enfermarse si gérmenes contaminan el agua

Estos son algunos pasos fáciles para evitar contraer una enfermedad transmitida en aguas recreativas:³

- ¿La piscina se ve limpia? Si la piscina no está bien mantenida, es más probable que los gérmenes se propaguen. Asegúrese de estar limpio antes de entrar a la piscina. No lleve con usted fluidos corporales ni suciedad al agua.
- Verifique los últimos resultados de la inspección de la piscina. Los resultados de la inspección le permitirán saber si el agua es segura para nadar. Debería tener acceso a estos resultados.
- Debería poder ver claramente el drenaje de la piscina.
- Asegúrese de que las tapas del drenaje no estén rotas.
- Los niveles de pH de la piscina deben estar entre pH 7.2 y 7.8.
- La piscina debe tener una concentración de cloro o bromo de al menos 1 parte por millón.



Prestige Health Choice cree en dar a nuestros miembros acceso a la atención de calidad

Prestige Health Choice tiene la misión de ayudar a las personas a recibir atención, mantenerse bien y desarrollar comunidades saludables.

Nuestro equipo de Mejora de la calidad apoya esta misión. Buscamos las maneras en que podemos servir mejor a nuestros miembros al:

- Encontrar maneras de mejorar nuestros servicios médicos y de atención médica preventiva.
- Ayudar a los miembros a recibir la atención que necesitan y educación para la salud.
- Ofrecer manejo de enfermedades y atención médica preventiva.
- Llevar la atención donde nuestros miembros estén y conectarlos con la atención que necesitan.
- Observar la calidad de la atención que nuestros proveedores brindan a los miembros. Esto incluye servicios médicos, dentales, de la vista y farmacia.
- Crear programas para miembros con necesidades especiales de atención médica.

Si le gustaría obtener más información sobre nuestro Programa para la Mejora de la Calidad, llame a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800**.

Recordatorios:

- Si su hijo está por cumplir 18 años, tendrá que cambiar de un pediatra (médico para niños) a un PCP para adultos. Para encontrar un PCP para adultos, use nuestra herramienta Busque un proveedor en nuestro **www.prestigehealthchoice.com**. También puede llamar a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY **1-855-358-5856**).
- Si es un miembro nuevo del plan médico, programe una visita con su PCP dentro de los primeros 90 días de la inscripción. Si no tiene un PCP, podemos ayudarlo a encontrar uno. Visite nuestro sitio de Internet en **www.prestigehealthchoice.com**. También puede llamar a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY **1-855-358-5856**).



Administre su salud en Internet con el portal del miembro

Nuestro portal del miembro en Internet le permite controlar su atención. Regístrese hoy para aprovechar nuestras útiles herramientas de salud. Si ya utiliza el portal del miembro, debería visitarlo nuevamente. Hay excelentes prestaciones nuevas para ayudarlo a administrar su salud.

El portal del miembro le brinda el poder de administrar su atención:

- Esté al tanto de su historial médico. Lidere su salud. Realice un seguimiento de sus reclamos y servicios médicos pasados. Ve a las recetas médicas que ha surtido en los últimos dos años.
- Administre sus medicamentos. No permita que un frasco vacío de medicamentos bajo receta sea su recordatorio. Podemos enviarle un aviso electrónico cuando necesite renovar sus medicamentos.
- Verifique el estado de su reclamo. Lleve la cuenta de los costos de su atención médica, conozca el costo de su última cita y verifique dónde están sus reclamos en el proceso de aprobación.
- Encuentre un proveedor con un clic del mouse. Puede usar el portal del miembro para elegir un PCP o buscar un especialista al instante.
- Solicite una nueva tarjeta de identificación. Si perdió su tarjeta de identificación o necesita un reemplazo, puede solicitar una nueva en Internet.
- Obtenga un panorama de su salud. Usted tiene necesidades de salud únicas. Complete una breve evaluación de salud en Internet para conocerlas y conocer los riesgos de su salud. Elija consejos médicos solo para usted.
- Conviértase en su propio experto en salud. Explore miles de artículos de información médica diseñados para ayudarlo a vivir una vida más saludable.

¿Está listo para abrir su máximo potencial de salud? Inicie sesión. Manténgase conectado. Visite www.prestigehealthchoice.com today to join.

Ve a las novedades en Internet

Queremos hacer que le resulte fácil aprovechar más su plan médico. Puede conocer sus beneficios, leer sobre nuevos servicios y encontrar un nuevo proveedor en nuestro sitio de Internet. Visítenos en Internet en www.prestigehealthchoice.com.

Algunas actualizaciones recientes incluyen:

- Actualizaciones de la salud del comportamiento. Infórmese sobre cómo obtener servicios para la salud del comportamiento, explore sus opciones de tratamiento o encuentre un proveedor de la salud del comportamiento en Internet.
- Información sobre medicamentos que han sido retirados del mercado. Busque medicamentos bajo receta que se han retirado del mercado en 2017 y 2018 o encuentre enlaces al sitio de Internet de la FDA.
- Información importante sobre Healthwise. Obtenga información en Internet sobre afecciones y enfermedades.
- Información sobre la gripe. Infórmese sobre cómo tomar medidas para protegerse y proteger a su familia contra la gripe.
- Salud y bienestar del miembro. Conozca dónde realizar una mamografía, cómo encontrar un proveedor a través de nuestro directorio de proveedores en Internet y otra información importante sobre salud y bienestar.

Prestige Health Choice proporciona asistencia lingüística y servicios de traducción a personas con discapacidades cuyo idioma principal no es inglés. Esto incluye intérpretes habilitados e información escrita en otros idiomas. Si necesita estos servicios, llame a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Return Mail Processing Center
8171 Baymeadows Way West
Jacksonville, FL 32256

Health and wellness or prevention information
Información de la salud y el bienestar o preventiva
Enfòmasyon prevansyon oswa enfòmasyon
konsènan sante ak byennèt

PRES-18259693

CARE CONNECTION

VERANO DE 2018 CÓMO DESARROLLAR VIDAS MÁS SALUDABLES



Agosto es el mes nacional de la concientización sobre la vacunación.

Si tiene una afección crónica, la administración de cuidados complejos puede ayudar.

Prestige Health ChoiceSM cree en dar a nuestros miembros acceso a una atención de calidad.

