

Su boletín de Aetna Better Health® de Illinois



Primavera de 2022

AetnaBetterHealth.com/Illinois-Medicaid

No se pierda los beneficios adicionales

Aproveche los beneficios GRATUITOS con valor agregado



Membresía GRATUITA para el gimnasio — reciba un cupón de membresías mensuales para el gimnasio.



Apoyo GRATUITO para el manejo del peso — reciba un cupón para obtener apoyo digital para el manejo del peso.



Cuidados GRATUITOS después de clases — reciba ayuda para pagar los cuidados después de clases



Uniformes escolares GRATUITOS — reciba tres conjuntos (camisa, pantalón y suéter) por año



Plan de datos GRATUITO para estudiantes — reciba reembolsos para un año de plan de datos (1 GB por mes)*
*Limitado a los primeros 25,000 miembros que califiquen



Butaca para auto o asiento elevador GRATUITO — reciba una butaca convertible para auto “Safety 1st Grow and Go All-in-1”



Para obtener más información acerca de todos los beneficios adicionales, escanee el código QR o llame a Servicios para miembros al **1-866-329-4701 (TTY: 711)**

Gane recompensas Aetna® Better Care para mantenerse al día con su salud

Estas son algunas de las maneras en las que puede ganar recompensas:

\$10

- Reciba una evaluación de riesgos para la salud
- Consulta de atención preventiva para adultos*
- Consulta de atención preventiva para niños*
- Consultas de bienestar para bebés

\$15

- Evaluación de cáncer de cuello uterino*
- Evaluación de cáncer colorrectal*

\$25

- Formulario de notificación de embarazo
- Consulta de seguimiento posterior al alta de las instalaciones de salud del comportamiento para pacientes hospitalizados
- Presión arterial controlada*

\$50

- Evaluación anual para la detección de cáncer de mama*
- Consulta médica posparto

*Una por año calendario

¡Comience a ganar hoy! Las recompensas se guardarán en su tarjeta de Aetna® Better Care.



Aetna Better Health® of Illinois

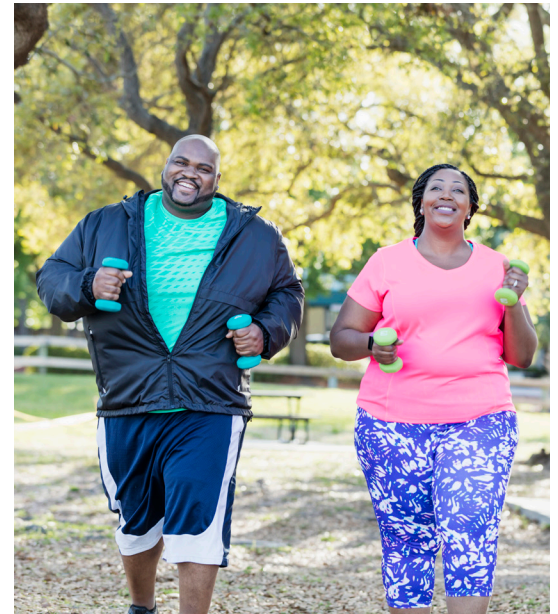
Cuide cada aspecto de su ser con MyOwnDoctor

Ser una persona sana significa cuidar todos los aspectos de su ser. Es por eso que hemos agregado MyOwnDoctor a sus beneficios para miembros. MyOwnDoctor le brinda acceso a citas en línea para recibir atención médica y de salud mental. Asimismo, le proporciona un Care Navigator (Navegante de cuidados) una persona a quien puede llamar cuando necesite:

- Consultar a un médico en línea o en persona
- Recibir ayuda para bajar de peso, dejar de fumar o comer saludable
- Buscar trabajo
- Recibir asistencia con alimentos o alquileres y mucho más



Escanee el código QR para comenzar



Comience con el primer paso para mejorar su salud y su bienestar. Utilice su nuevo beneficio MyOwnDoctor hoy.

Paz de espíritu

Manténgase al día con sus evaluaciones para la detección del cáncer

Las evaluaciones para la detección del cáncer pueden encontrar cáncer en estados tempranos, cuando es más fácil de tratar. Y los exámenes de rutina están disponibles sin costo para miembros de Aetna Better Health® de Illinois. Hable con su médico sobre los exámenes adecuados para su edad, género y estado de salud.



Escanee el código QR para obtener más información

Reduzca su riesgo

Muy pocos cambios en su estilo de vida pueden ayudarlo/a a reducir su riesgo de cáncer y a impulsar su salud integral.



Haga ejercicio con regularidad.

Salga a caminar, trabaje en su jardín, baile al ritmo de su canción favorita, ¡todo esto cuenta!



Deje de fumar. Si sigue usando tabaco, este es el momento de dejarlo para siempre.



Reduzca el consumo de azúcar.

Limite las bebidas y los alimentos con azúcares agregados y artificiales.



Mantenga un peso saludable.

Menos grasa corporal puede reducir su riesgo de cáncer.

Hable con su médico para agendar un examen hoy.

Su PCP y usted

Su Proveedor de atención primaria (PCP) es el líder de su equipo de atención médica. Ellos llegarán a conocerlo/a tanto a usted como su historial médico y pueden ser sus mejores defensores cuando esté enfermo/a o lesionado/a. Es importante consultar a su PCP no solo cuando está enfermo/a, sino también para su chequeo anual, incluyendo los exámenes preventivos.

Las personas que tienen buenas relaciones con sus PCP están más satisfechas con su atención médica y tienen mayor capacidad para controlar su salud.

Siga al mando de su salud con atención preventiva

La atención preventiva puede ayudarlo/a a mantenerse saludable o a detectar problemas de salud tempranamente, cuando son más fáciles de tratar. Todo comienza con un chequeo físico por año. Las evaluaciones médicas de detección y las vacunas también pueden formar parte del chequeo. Esto incluye hablar honestamente con su médico. Ellos pueden guiarlo/a con respecto a:

- Maneras de alimentarse mejor, de hacer más ejercicio o de dejar de fumar
- Decisiones importantes relacionadas con la salud
- Recibir atención médica entre especialidades e instalaciones de la red

Conectarse y comunicarse

Puede construir una buena relación con su(s) médico(s) al escribir sus preguntas e inquietudes relacionadas con la salud antes de su cita. Estas son algunas cosas sobre las que puede hablar o preguntar:

- ¿Cómo puedo reducir mi riesgo de...?
- ¿Qué medicamentos puedo dejar de tomar o tomar menos?
- ¿Hay algo que deba hacer de manera diferente?
- Algo que me ha estado molestando y me gustaría comentarle es...

Tanto si está enfermo/a como si está bien, es importante que se cuide.

Llame a su médico hoy para programar su consulta de atención preventiva.

¡Comience esta primavera!

Únase a Aetna Better Health® de Illinois para acceder a la **Spring Fling Health & Resource Fair (Feria de Salud y Recursos Spring Fling)** gratis.

Cada evento incluirá:

- Actividades divertidas
- Obsequios gratuitos
- Evaluaciones médicas de detección gratuitas
- Recursos de bienestar gratuitos



Escanee aquí para conocer las fechas y las ubicaciones

No se arriesgue a perder su seguro médico

Asegúrese de que Illinois Medicaid tenga una dirección donde pueda ubicarlo/a siempre.



Llame al **1-877-805-5312**
(TTY: 877-204-1012)

De lunes a viernes de 7:45 AM
a 4:30 PM



Visite

www2.Illinois.gov/HFS/Address

El relato de un miembro

Julia* es una madre ocupada con una familia numerosa. Ella pasó por la mesa de Aetna® en el evento reciente de “Laundry & Literacy Day” para solicitar cierta información. Betsy, una coordinadora de difusión del equipo de Aetna Better Health® de Illinois estaba ahí para ayudar. Julia le comentó que no había consultado a un PCP durante dos años y le dijo a Betsy que estaba pensando en cambiar de planes.

Estamos aquí para usted

Betsy y Julia revisaron los beneficios de salud, atención dental y atención oftalmológica disponibles para ella y sus hijos. Todos tenían cobertura al 100 % con un proveedor de la red. Ella se aseguró de que Julia recibiera información acerca de todos los adicionales como el plan de datos gratuitos para estudiantes, los uniformes escolares gratuitos, los cuidados después de clases, membresías gratuitas para el gimnasio y más. Julia estaba agradecida por el apoyo y entusiasmada por comenzar a aprovechar las ventajas de sus beneficios.

“No hay nada mejor que conectarnos con los miembros para quienes trabajamos,” dijo Betsy.

Días de Lavandería y Literatura

Los eventos Días de Lavandería y Literatura se llevaron a cabo en todo el estado de febrero a abril. Más de 900 miembros de la comunidad disfrutaron de los siguientes beneficios:

- Servicio de lavandería gratuito
- Actividades de lectura y libros gratuitos para llevarse a casa
- Alimentos, bebidas y obsequios gratuitos
- Evaluaciones médicas y recursos de bienestar



“Agradezco haber podido ayudar a Julia* para que conociera todo lo que nuestro plan tiene para ofrecer”.

*Nombre modificado por motivos de privacidad



La respuesta de nuestros miembros y de la comunidad fue entusiasta y agradecida:

“Gracias por hacer esto en nuestro vecindario. Agradecemos mucho que hayan hecho este esfuerzo en estos tiempos difíciles.”

“¡Las actividades para mis hijos en el área de lectura son fantásticas!”

“¡Realmente nos alegraron el día! No tenía tiempo de preparar la cena para mi hijo después de la escuela. A él le encantaron los sándwiches que le dieron. Nos alegra tanto no tener que salir a buscar alimentos durante la tormenta. En serio nos alegraron el día.”

Su opinión y comentarios importan

Aetna Better Health® de Illinois organiza reuniones regulares para hablar sobre las cosas que funcionan para nuestros miembros y qué cosas podemos mejorar.

Puede unirse a dos grupos:

El **Comité Asesor de Miembros (Member Advisory Committee) de Aetna Better Health® de Illinois** está formado por nuestros miembros, proveedores y representantes de Aetna Better Health®. Juntos buscamos maneras de mejorar

- La atención médica y los planes de difusión
- Los materiales para los miembros
- La comunicación y la atención para miembros que hablan otro idioma que no sea inglés
- Los servicios telefónicos
- Los servicios de transporte

El **Consejo de Liderazgo Familiar (Family Leadership Council)** desea que se comunique con nosotros, si alguien de su familia necesita servicios de salud mental para niños y si usted quiere hablar sobre su experiencia. Sus comentarios pueden ayudar a mejorar la coordinación de atención para los niños con necesidades en el área de la salud del comportamiento. Además, recibirá más información sobre los excelentes beneficios disponibles sin ningún costo.

Para participar en una reunión u obtener más información, llame al **1-866-329-4701 (TTY: 711)**.



¿Tiene alguna pregunta? Estamos aquí para ayudar.

Llame a Servicios para miembros al **1-866-329-4701 (TTY: 711)** o visite **AetnaBetterHealth.com/Illinois-Medicaid**.

Presentamos Twin Health: un programa nuevo para revertir la diabetes tipo 2

Twin Health es un beneficio sin costo para miembros de Aetna Better Health® de Illinois. El programa Twin ayuda **a curar la causa de diabetes tipo 2, no solo a tratar los síntomas.**

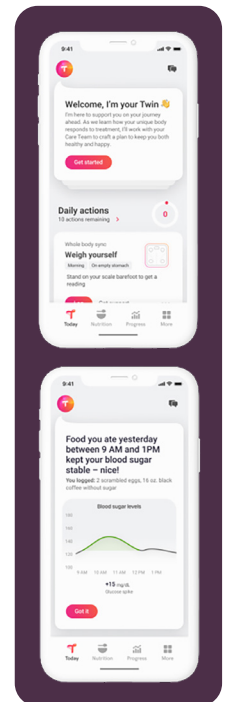
Los miembros que se unan a Twin pueden:

- Reducir su azúcar en la sangre
- Tomar menos medicamentos
- Regresar a los alimentos que les encantan

Funciona de esta manera:

Twin brinda un equipo de atención dedicado y herramientas de salud, como un reloj inteligente, para ver cómo responde una persona ante alimentos diferentes, actividades y sueño. Luego hace recomendaciones diarias personalizadas a través de la aplicación Twin.

La mayor parte de las personas **se siente mejor** y tiene **más energía** desde el primer mes.



Escanee para obtener más información sobre Twin Health

Conéctese con nosotros en las redes sociales

Síguenos en



AetnaBetterHealth.com/Illinois-Medicaid

Aetna Better Health® of Illinois

Nondiscrimination Notice

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

Aetna:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need a qualified interpreter, written information in other formats, translation or other services, call the number on your ID card or **1-800-385-4104**.

If you believe that Aetna 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 our Civil Rights Coordinator at:

Address: Attn: Civil Rights Coordinator
4500 East Cotton Center Boulevard
Phoenix, AZ 85040
Telephone: **1-888-234-7358 (TTY: 711)**
Email: MedicaidCRCoordinator@aetna.com

You can file a grievance in person or by mail or email. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201, 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

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

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Spanish: ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Polish: UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Chinese: 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-800-385-4104** (TTY: **711**)。

Korean: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-385-4104** (TTY: **711**) 번으로 전화해 주십시오.

Tagalog: PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Arabic: **711**). إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-800-385-4104** (رقم هاتف الصم والبكم: ملحوظة).

Russian: ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-800-385-4104** (телетайп: **711**).

Gujarati: સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન કરો **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Urdu: **کریں** اگر آپ اردو بولتے ہیں، تو آپ کو زبان کی مدد کی خدمات مفت میں دستیاب ہیں۔ کال **1-800-385-4104** (TTY: **711**)۔ خبردار:

Vietnamese: CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Italian: ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Hindi: ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। **1-800-385-4104** (TTY: **711**) पर कॉल करें।

French: ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le **1-800-385-4104** (ATS: **711**).

Greek: ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν μιλάτε ελληνικά, στη διάθεσή σας βρίσκονται υπηρεσίες γλωσσικής υποστήριξης, οι οποίες παρέχονται δωρεάν. Καλέστε **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

German: ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: **1-800-385-4104** (TTY: **711**).



Aetna Better Health® de Illinois

3200 Highland Avenue, MC F648
Downers Grove, IL 60515

1077954-01-01-IL

Aetna Better Health® de Illinois: su socio para el bienestar



Aetna Better Health® de Illinois