

Pasos a LA PREVENCIÓN

Portal para miembros de myMDwise

MDwise cuenta con una nueva herramienta para los miembros de HIP, llamada portal para miembros de myMDwise (myMDwise member portal). Está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana en www.MDwise.org.

Cuando usted usa el portal para miembros myMDwise, puede:

- Acceder al balance de su cuenta POWER
- Acceder a sus pedidos de farmacia
- Saber si su pedido reúne los requisitos de servicio preventivo
- Acceder a la información general de su cuenta

Para acceder al portal para miembros myMDwise, visite www.MDwise.org. Seleccione “miembros” (“Members”) en el menú en la parte superior y seleccione “Healthy Indiana Plan”.

En la siguiente ventana, seleccione “Servicios en línea” (“Online Services”) del menú de la izquierda. Del lado derecho, seleccione “Iniciar sesión ahora” (“Log-in now”).

¡Ya está en el portal para miembros! Deberá crear una cuenta de usuario para acceder a la información de su cuenta. El portal lo guiará en este proceso.




HIPM0115 (12/09)

¡PROGRAMAS ESPECIALES PARA UNA BUENA SALUD!

MDwise tiene programas especiales para ayudar a que usted y su hijo recuperen la salud y la mantengan. Los programas incluyen:

 **NURSE on-call**
Hable con una enfermera las 24 horas al día

 **HELPlink**
Trabaje con un asistente quien tiene conocimiento sobre servicios de salud, escuelas y la comunidad

 **INcontrol**
Aprenda a controlar su asma, diabetes u otra enfermedad crónica.

 **WEIGHTwise**
Alcance y mantenga un peso saludable

 **SMOKE-free**
Reciba ayuda para dejar el hábito del tabaco

 **WELLNESSchats**
Tome control de su salud

¿Tiene preguntas? Llámenos al 1-877-822-7196 o al 317-822-7196 desde el área de Indianápolis. También puede visitar nuestro sitio web en www.MDwise.org

Salud femenina: estar sano, permanecer sano

Debe realizarse el examen ginecológico femenino todos los años. ¿Se realizó el examen ginecológico femenino últimamente? Esto incluye un papanicolau y un examen pélvico.

Además, en el caso de las mujeres que son sexualmente activas, realizarse una prueba de enfermedades de transmisión sexual (Sexually Transmitted Diseases, STD) es importante. Una de las STD más comunes es la clamidia. En la mayoría de los casos no hay síntomas. Puede tenerla durante mucho tiempo y no saberlo. Si no se la trata, puede provocar daño a sus órganos femeninos. Puede provocar esterilidad.

En el caso de las mujeres de 40 años de edad o más, una mamografía es necesaria anualmente. Una mamografía es un examen que permite detectar el cáncer de mama.

Hable con su médico sobre estos exámenes importantes. Su médico posiblemente desee que usted se realice estos exámenes a más temprana edad o según sea necesario.

Estar sano y permanecer sano.
¡Programa una cita hoy!

Member Redetermination

Los miembros del Healthy Indiana Plan deben asociarse cada 12 meses. 90 días antes de que termine su cobertura, recibirá una carta de la División de Recursos Humanos con la información sobre cómo asociarse el próximo año.

Los 60 días previos a que finalice su cobertura, recibirá otra carta de la División de Recursos Humanos con un formulario de nueva asociación.

Es muy importante que complete el formulario de nueva inscripción de inmediato y que lo envíe. La División de Recursos Humanos debe recibir el formulario completado 45 días antes de que finalice su cobertura o usted no quedará asociado a HIP. Si eso sucede, no podrá volver a asociarse durante 12 meses.

Envíe el formulario por correo a:
FSSA Document Center
P.O. Box 1630
Marion, IN 46952

También puede enviar el formulario completo por fax a:
1-800-403-0864.

Si tiene alguna pregunta, llame al Servicio al cliente de MDwise al 0-877-7196 o al 317-822-7196 en el área de Indianápolis.



Mi ZONA de bienestar

MDwise cuenta con una nueva herramienta en www.MDwise.org. Con MyWellness ZONE, usted puede encontrar diversas noticias e información sobre salud. ¡Visite el sitio web de MDwise hoy para obtener más información!



STEPS TO PREVENTION [PASOS A LA PREVENCIÓN] es una publicación para miembros de MDwise de MDwise, Inc. P.O. Box 44236, Indianápolis, IN 46244-0236, teléfono 1-877-822-7196.

Sitio web: www.MDwise.org.

La información de STEPS TO PREVENTION [PASOS A LA PREVENCIÓN] proviene de diversos especialistas médicos. Si tiene alguna inquietud o pregunta sobre un contenido específico que podría afectar su salud, comuníquese con su prestador de atención médica.

Las fotos e ilustraciones corresponden a fotografías de archivo.

Copyright© MDwise, Inc.

¿Tiene preguntas, comentarios o reclamos? Si necesita ayuda con algo relacionado con MDwise o su médico, siempre podemos ayudarlo. Llame a la línea del servicio de atención al cliente de MDwise al 1-877-822-7196 o en el área de Indianápolis al (317) 822-7196.

¡Cambios importantes en su beneficio en farmacia!

A partir del 1 de enero de 2010, habrá cambios en su beneficio en farmacia de Hoosier Healthwise. MDwise ya no se encargará de las cuestiones de farmacia por usted. El estado de Indiana se encargará del beneficio.

Los medicamentos para miembros de MDwise continúan teniendo cobertura. Usted puede ir a cualquier farmacia que acepte Medicaid de Indiana. Si tiene alguna pregunta sobre cuestiones de farmacia o algún problema, llámenos al 1-800-457-4584 y seleccione la opción N.º 2.

¿Cómo funciona el beneficio de las recetas?

Cuando necesite algún medicamento o artículo de venta libre, su médico le hará una receta. Debe llevar esa receta a la farmacia.

Los medicamentos recetados no tienen copagos. Los medicamentos se pagan a través de su cuenta POWER.

Medicamentos recetados

Hoosier Healthwise cubre los medicamentos necesarios. Su médico debe recetar estos medicamentos. Debe tratarse de un medicamento aprobado por la Administración de Drogas y Alimentos (Food and Drug Administration, FDA).

Hoosier Healthwise le brinda a su proveedor de atención médica una herramienta llamada “lista de fármacos preferidos”. Esto lo ayuda a recetar fármacos para usted. Una lista de fármacos preferidos es una lista de medicamentos de marca y genéricos cubiertos por Hoosier Healthwise. Los miembros de Hoosier Healthwise de MDwise pueden llamar al 1-800-457-4584 y seleccionar la opción N.º 2 para preguntar por los medicamentos incluidos en la lista de fármacos preferidos. Si tiene acceso a Internet, puede visitar www.indianamedicaid.com. Esta lista de fármacos también le informa qué medicamentos de venta libre y vitaminas están cubiertos.



También cuenta con el Manual para miembros sobre servicios de farmacia de Medicaid de Indiana. Éste está disponible electrónicamente en www.indianamedicaid.com en Servicios de farmacia o puede llamar al 1-800-457-4584 y seleccionar la opción N.º 2 para que le envíen una copia por correo electrónico.

Si necesita ayuda, puede comunicarse con el Servicio al cliente de MDwise llamando al 1-877-822-7196 (número gratuito) o al 822-7196 en el área de Indianápolis. También puede visitar www.MDwise.org para encontrar una lista de farmacias. Haga clic en “encontrar un proveedor” (“find a provider”) y elija el directorio de farmacias del IHCP.

Conserve el calor corporal durante el invierno

El frío puede ser un problema puertas adentro, como en el caso en que hay un corte de energía o su casa no conserva el calor. Si necesita utilizar un hogar o una estufa a leña para mantener el calor, asegúrese de que sea segura. Las chimeneas y las tuberías deben estar limpias. Además, verifique las alarmas de humo. Asegúrese de que la alarma funcione y que tengan baterías nuevas. Y no quemar papel ni use calentadores cerca de cosas que pueden prenderse fuego.

El frío puede ser más problemático en el caso de los niños y los ancianos. Los niños menores de un año de edad no deben dormir en una habitación fría. Si su casa no conserva el calor, trate de quedarse en casa de sus amigos o su familia.

En ocasiones un poco de ayuda es todo lo que se necesita que pasar un invierno crudo. Quizás pueda obtener ayuda con las facturas de gas.

Para obtener más información, llame al Servicio al cliente de MDwise al 1-877-822-7196 o, en el área de Indianápolis, al 317-822-7196 y solicite hablar con un defensor de miembros.

MIEMBROS

¿Qué es NURSEon-call de MDwise?

En ocasiones tienen preguntas sobre su salud. Hay muchas maneras de encontrar respuestas, como buscar en Internet o preguntarle a amigos y familiares. Pero la mejor manera de obtener respuestas a sus preguntas es hablar con una enfermera o médico. Ellos podrán darle la información que usted necesita.

Como miembro de MDwise, puede hablar con una enfermera las 24 horas del día, los 7 días de la semana

con nuestro programa NURSEon-call. La enfermera puede ayudarlo con las preguntas que tenga y le dirá cuáles serán sus próximos pasos.

Por eso, si tiene alguna pregunta sobre su salud, simplemente llame a NURSEon-call.

Podrá hablar con una enfermera, no con un mensaje grabado. Llame al 1-877-822-7196 o en el área de Indianápolis al 317-822-7196 y seleccione la opción N.º 3.

¿Qué es la EPOC?

EPOC quiere decir enfermedad pulmonar obstructiva crónica. Se trata de un grupo de enfermedades que pueden obstruir el flujo de aire de los pulmones y dificultar la respiración.

La EPOC puede incluir:

- Enfisema
- Bronquitis crónica

La principal causa de EPOC es el tabaquismo. Otras causas pueden ser agentes contaminantes, la genética y el asma. Los signos de EPOC incluyen:

- Tos constante
- Falta de aire al hacer actividades normales
- Producción abundante de moco
- Sensación de no poder respirar o inhalación profunda
- Sibilancias

Si tiene signos de EPOC o está en riesgo de desarrollarla, debe consultar al médico. En especial si tiene más de 45 años y fuma o fumó en el pasado. Su médico le hará un estudio simple para detectar la EPOC y un chequeo de salud. Si

le diagnostican EPOC, hay muchas maneras de tratarla según la causa. Su médico le ayudará a encontrar un plan de tratamiento.

Hay muchas maneras de protegerse de la EPOC si está en riesgo.

- Si fuma, deje de fumar. El humo de segunda mano también puede provocar EPOC, así que mantenga su hogar libre de humo.
- Protéjase de sustancias químicas, polvo y vapores en su casa y en el trabajo.

Recuerde que la detección temprana de la EPOC es muy importante. Consulte a su médico si tiene alguno de los síntomas.



Notificación para adultos cuidadores en el programa de HIP

¿Trabaja en un programa de HIP como adulto cuidador? Esto quiere decir que está participa de HIP y que tiene hijos que tienen Hoosier Healthwise o Care Select. Si recibe pago y paga por servicios de salud más del 5% de sus ingresos, infórmenlo. Ese dinero lo pagó para:

- Contribuciones mensuales
- Copagos de la sala de emergencias

Si lo que pagó por estas cosas es más del 5% de sus ingresos

en un período de cobertura de 1 año, es posible que no deba pagar contribuciones futuras a HIP o los copagos de la sala de emergencias. Si cree que esto es así:

- Debe recopilar las copias de las facturas y enviarlas
- Nosotros debemos confirmar sus ingresos

Si tiene alguna pregunta, llame al servicio al cliente de MDwise.