

Aetna Better Health[®] of Ohio | a MyCare Ohio plan



Otoño 2018

Nuevas tarjetas de identificación de Medicare

Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (Centers for Medicare & Medicaid Services, CMS) están retirando de sus tarjetas de identificación las viejas identificaciones de miembros basadas en números del Seguro Social y las están reemplazando por un nuevo número llamado "Identificador del Beneficiario de Medicare (Medicare Beneficiary Identifier, MBI)". Esto significa que, entre abril de 2018 y abril de 2019, deberá recibir una nueva tarjeta de identificación de Medicare con un número de identificación totalmente nuevo (consulte

la foto para ver una muestra de cómo lucirá la nueva tarjeta).

"Esto tiene como objetivo proteger a nuestros ancianos contra el uso fraudulento de los números del Seguro Social, lo que puede llevar a robos de identidad y usos ilegales de los beneficios de Medicare", explicó Seema Verma, Administradora de los CMS. "Queremos asegurarnos de que los beneficiarios de Medicare y los proveedores de cuidados para la salud estén informados sobre estos cambios con la suficiente anticipación y de que tengan la información necesaria para realizar una transición sin inconvenientes".

Si nuestro plan le proporciona cobertura tanto de Medicare como de Medicaid,

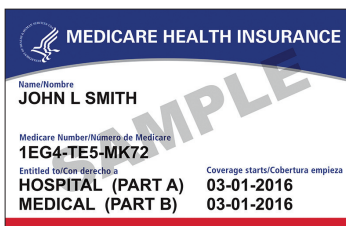
— Continúa en la siguiente página



Gestione su salud por teléfono

Los miembros con teléfonos inteligentes (tanto iPhones como Androids) pueden descargar nuestra aplicación móvil Aetna Better Health. Al usar esta aplicación, puede:

- Encontrar o cambiar su Proveedor de Atención Primaria
- Ver o solicitar una nueva tarjeta de identificación
- Encontrar un proveedor especializado
- Ver sus reclamaciones médicas y de farmacia (si es un beneficio cubierto)
- Enviar un mensaje a Servicios para Miembros
- Ver sus beneficios



Nuevas tarjetas de identificación de Medicare

— Continúa de la portada

recuerde la importancia de conservar su tarjeta de identificación de Medicare roja, blanca y azul para su archivo, pero solo deberá presentar su tarjeta de identificación de miembro de Aetna Better Health de Ohio en consultorios médicos, hospitales y ante cualquier otro proveedor de cuidados para la salud que le pida información sobre su seguro. Esto garantizará que sus médicos nos envíen sus reclamaciones directamente a nosotros para el pago, y no a los CMS. Mantenga su tarjeta de Medicare roja, blanca y azul en un lugar seguro y protegido. Si nuestro plan solo le proporciona cobertura de Medicaid, use su nueva tarjeta de identificación de Medicare como habría usado la vieja.

Como siempre, si tiene alguna pregunta, no dude en llamar a nuestro Departamento de Servicios para Miembros al **1-855-364-0974 (TTY: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Si la cobertura cambia

Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (Centers for Medicare & Medicaid Services, CMS) a veces cambian las reglas de cobertura para un beneficio o servicio. Cuando esto sucede, los CMS emiten una Determinación de Cobertura Nacional (National Coverage Determination, NCD).

La NCD nos informa:

- Qué está cubierto
- Qué está cambiando
- Qué paga Medicare

Publicamos las NCD en nuestro sitio web al menos 30 días antes de la fecha de entrada en vigencia del cambio. Para verlas, visite **[aetnabetterhealth.com/ohio](https://www.aetnabetterhealth.com/ohio)**. Luego vaya a "For Members" (Para miembros) > "Aetna Better Health of Ohio (Medicare-Medicaid)" (Aetna Better Health de Ohio [Medicare-Medicaid]) > "Member Materials and Benefits" (Materiales y beneficios para miembros). También puede visitar **[cms.gov](https://www.cms.gov)** para obtener más información. Una vez en el sitio web, haga clic en "Medicare", luego, escriba "National Coverage Determination" (Determinación de cobertura nacional) en el cuadro de búsqueda. O llámenos al número que aparece en su tarjeta de identificación de miembro.

Vacúnese, no se engripe

Casi todas las personas de 6 meses de edad o más necesitan vacunarse contra la gripe. Eso es particularmente importante si tiene una enfermedad crónica.

El mejor momento para vacunarse es antes de que la gripe empiece a propagarse por su comunidad. Sin embargo, eso es difícil de predecir. Así que probablemente lo mejor sea darse la vacuna tan pronto como esté disponible en su área.

Recuerde: No puede engriparse por darse una vacuna. Es una de las mejores maneras de no engriparse.

Fuente: Centers for Disease Control and Prevention

¿Sabía que tiene beneficios odontológicos, auditivos y visuales que puede usar sin costo alguno?

¡Es cierto! Como miembro del Plan de Salud Aetna Better Health de Ohio, tiene disponible el beneficio de servicios odontológicos, auditivos y visuales sin costo alguno. Estos beneficios incluyen:

Odontología

- Exámenes bucales completos
- Exámenes bucales periódicos
- Servicios de prevención
- Rayos X y diagnóstico por imagen de rutina
- Servicios odontológicos completos: servicios de reconstrucción, endodoncia, periodoncia, prostodoncia, ortodoncia y cirugía

Visión

- Gafas
- Lentes de contacto
- Entrenamiento visual
- Exámenes anuales de la vista para personas con retinopatía diabética y degeneración macular asociada con la edad
- Detección de glaucoma

Audición

- Audiometrías y pruebas de equilibrio
- Audífonos (convencionales y digitales) más baterías y accesorios

Aetna Better Health de Ohio quiere que tenga una vida saludable y más feliz. Y, para alcanzar ese objetivo, una gran parte consiste en asegurarnos de que use sus beneficios odontológicos, visuales y auditivos

para mejorar su salud. Existen estudios que han determinado que las personas con problemas de salud auditiva, visual u odontológica son más propensas a sufrir muchos otros problemas de salud. Entre ellos se incluyen:

- Enfermedades cardíacas
- Depresión
- Menor salud nutricional
- Mayor riesgo de caídas
- Dificultades para tomar medicamentos en forma correcta
- Retraimiento de sus familiares, sus amigos y su comunidad
- Una mayor cantidad de consultas en salas de urgencias y de internaciones en hospitales

Aetna Better Health de Ohio espera con toda honestidad que use los beneficios auditivos, visuales y odontológicos que tiene disponibles para ayudarle a mejorar su salud y su calidad de vida. Si tiene alguna pregunta o quiere obtener más información sobre sus beneficios odontológicos, visuales o auditivos, consulte su Manual para Miembros o llame a Aetna Better Health de Ohio al **1-855-364-0974, opción 1 (TTY: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. También puede hablar con su administrador de atención sobre estos beneficios o comunicarse con la administración de atención al **1-855-364-0974, opción 5 (TTY: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Programa para la mejora de la calidad

Cada año Aetna Better Health de Ohio examina las encuestas de los miembros y los datos de atención médica para crear iniciativas de mejora de la calidad. Estas iniciativas están diseñadas para mejorar los servicios que le ofrece nuestro plan de salud. Puede obtener más información sobre nuestro programa para la mejora de la calidad en nuestro sitio web en aetnabetterhealth.com/ohio.

Un buen momento para pensar en la salud mamaria

Hasta el momento, no existe una manera segura de prevenir el cáncer de mama.

Aun así, existen medidas que puede tomar para reducir su riesgo.

¿Un paso clave? Mantenga un peso corporal saludable. Esto es aún más importante a partir de la mediana edad. Este es el por qué:

- Después de que el período femenino termina, la mayoría de su estrógeno proviene de las células adiposas. El estrógeno puede estimular el desarrollo de muchos tumores de mama. Por eso, el exceso de peso en edad más avanzada puede elevar el riesgo de padecer cáncer de mama. Esto parece ser especialmente cierto si esas libras terminan en la cintura.

Hay varios otros pasos que pueden ayudarla a evitar el cáncer de mama. Estos incluyen:

- **Evite el consumo de alcohol.** Beber puede aumentar su riesgo de contraer cáncer de mama. De hecho, su riesgo aumenta cuanto más bebe.
- **Muévase más.** El ejercicio puede ayudar a disminuir su riesgo. Intente hacer 150 minutos de ejercicio moderado o 75 minutos de ejercicio vigoroso por semana.
- **Conozca los riesgos de la terapia hormonal.** Existen riesgos y beneficios con la terapia hormonal. Hable con su médico para obtener más información.

Detección temprana del cáncer de mama

El cáncer de mama aún puede desarrollarse incluso con las protecciones mencionadas anteriormente. Así que asegúrese de hablar con su médico sobre cuándo hacerse sus mamografías.

Las mamografías periódicas pueden ayudar a detectar el cáncer en sus etapas iniciales. La detección temprana del cáncer puede ayudar a darle una ventaja sobre el tratamiento.

Algunas mujeres pueden tener determinados factores de riesgo, como mamas muy densas. Por eso, es posible que deba hablar con su médico sobre pruebas de detección adicionales, como una resonancia magnética.

Fuente: American Cancer Society



AETNA BETTER HEALTH OF OHIO

7400 W. Campus Rd.
New Albany, OH 43054



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

Aetna, Inc.:

- 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 these services, contact Aetna Medicaid Civil Rights Coordinator

If you believe that Aetna, Inc. 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: Aetna Medicaid Civil Rights Coordinator, 4500 Cotton Center Blvd., Phoenix, AZ 85040, 1-888-234-7358, TTY 711, 860-900-7667, MedicaidCRCoordinator@aetna.com. You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Aetna Medicaid 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, 800-537-7697 (TDD)
Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

www.aetnabetterhealth.com/ohio
OH-16-09-04

Multi-language Interpreter Services

ENGLISH: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call the number on the back of your ID card or **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

SPANISH: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al número que aparece en el reverso de su tarjeta de identificación o al **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。請致電您的 ID 卡背面的電話號碼或 **1-800-385-4104** (TTY: **711**)。

GERMAN: ACHTUNG: Wenn Sie deutschen sprechen, können Sie unseren kostenlosen Sprachservice nutzen. Rufen Sie die Nummer auf der Rückseite Ihrer ID-Karte oder **1-800-385-4104** (TTY: **711**) an.

ARABIC: ملحوظة: إذا كنت تتحدث باللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل على الرقم الموجود خلف بطاقتك الشخصية أو على **1-800-385-4104** (للصم والبكم: **711**).

PENN DUTCH: Geb Acht: Wann du Deitsch Pennsilfaanisch Deitsch schwetzsch, kannscht du mitaus Koschte ebber gricke, ass dihr helft mit die englisch Schprooch. Ruf die Nummer uff, ass hinne uff dei ID card iss, odder ruf **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

RUSSIAN: ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, вам могут предоставить бесплатные услуги перевода. Позвоните по номеру, указанному на обратной стороне вашей идентификационной карточки, или по номеру **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

FRENCH: ATTENTION: si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le numéro indiqué au verso de votre carte d'identité ou le **1-800-385-4104** (ATS : **711**).

VIETNAMESE: CHÚ Ý: nếu bạn nói tiếng việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Hãy gọi số có ở mặt sau thẻ id của bạn hoặc **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

SOMALI (CUSHITE): FEEJIGNAAN: Haddii af-Soomaali aad ku hadasho, adeegyada gargaarka luqadda, oo bilaash ah, ayaad heli kartaa. Wac lambarka ku qoran dhabarka dambe ee kaarkaaga aqoonsiga ama **1-800-385-4104** (Kuwa Maqalka ku Adag **711**).

OROMO (CUSHITE): Hubadhu: yoo Oromoo dubbatta ta'ee, gargaarsa tajaajiloota afaanii, kaffaalttii bilisaa ni jiraa siif. Lakkoofsa bilbiilaa ID kee duuba irraa jiruun yookiin **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

KOREAN: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 귀하의 ID 카드 뒷면에 있는 번호로나 **1-800-385-4104** (TTY: **711**) 번으로 연락해 주십시오.

ITALIAN: ATTENZIONE: Nel caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuita. Chiamare il numero sul retro della tessera oppure il numero **1-800-385-4104** (utenti TTY: **711**).

JAPANESE: 注意事項:日本語をお話になる方は、無料で言語サポートのサービスをご利用いただけます。IDカード裏面の電話番号、または**1-800-385-4104** (TTY: **711**)までご連絡ください。

DUTCH: AANDACHT: Als u Nederlands spreekt, kunt u gratis gebruikmaken van de taalkundige diensten. Bel het nummer op de achterkant van uw ID-kaart of **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

UKRAINIAN: УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби підтримки. Зателефонуйте за номером, указаним на зворотному боці ідентифікаційної картки, або **1-800-385-4104** (телетайп: **711**).

ROMANIAN: ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la numărul de pe spatele cardului dumneavoastră de identificare sau la **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

NEPALI: ध्यान दिनुहोस्: यदि तपाईं नेपाली भाषा बोल्नुहुन्छ भने तपाईंका लागि निःशुल्क रूपमा भाषा सहायता सेवाहरू उपलब्ध छन्। तपाईंको आईडी कार्डको पछाडि रहेको नम्बर वा **1-800-385-4104** (TTY: **711**) मा फोन गर्नुहोस्।

Autodirección

Aetna Better Health de Ohio ofrece, como parte de los servicios domiciliarios y comunitarios, la opción de atención autodirigida. Este tipo de atención facilita el control de sus necesidades. Con la atención autodirigida, usted trabaja con personas o cuidadores de organismos para servicios específicos. Estos servicios incluyen la atención personal, un asistente de atención domiciliaria, enfermería de exención y otros servicios basados en el hogar y la comunidad.

¿Cómo funciona la atención autodirigida?

Al elegir este tipo de servicio, usted administra su propia atención provista por un cuidador:

Elija y contrate a su propio

cuidador. Su cuidador puede ser casi cualquier persona: un amigo, un vecino, un exayudante o, en algunos casos, un familiar. Los padres, padrastros, cónyuges o tutores legales no pueden ser su cuidador remunerado. Es importante que el cuidador que elija sea el adecuado para usted y pueda hacer un buen trabajo.

Conserve su independencia:

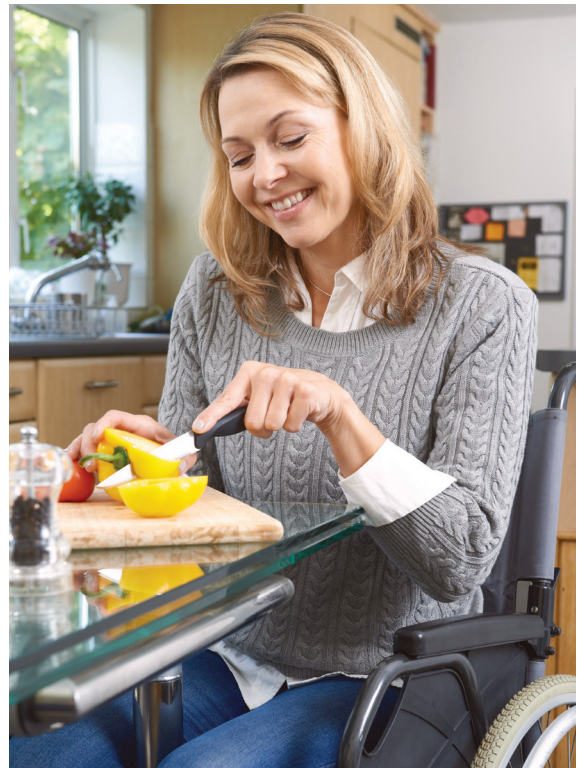
establezca un programa y planifique su atención. Un administrador de atención lo ayudará a monitorear su progreso y el servicio de su cuidador.

Aprenda lo básico:

Recibirá capacitación y recursos. Un administrador de atención se reunirá con usted para capacitarlo. También recibirá capacitación sobre cómo manejar la nómina y otros documentos importantes.

Conviértalo en su

responsabilidad: usted capacita a su cuidador y se asegura de que la atención acordada se lleve a cabo de la manera que espera. También puede asumir la responsabilidad de negociar algunas tarifas pagadas a algunos de sus proveedores. Si no le gusta su cuidador, puede encontrar uno nuevo. También puede designar a un representante autorizado para que actúe en su nombre y dirija a su cuidador. El representante autorizado no puede ser su cuidador.



Para obtener más información sobre la atención autodirigida, vaya a YouTube y busque "Aetna Better Health of Ohio Self Direction" (Autodirección de Aetna Better Health de Ohio) para ver nuestro video de autodirección. También puede visitar nuestro sitio web en **aetnabetterhealth.com/ohio**, hablar con su administrador de atención o llamar al **1-855-364-0974 (TTY: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para obtener más información.


Comuníquese con nosotros



Aetna Better Health® of Ohio
7400 W. Campus Road
New Albany, OH 43054



1-855-364-0974 (TTY: 711)
aetnabetterhealth.com/ohio

 Aetna Better Health® of Ohio es un plan de salud con contratos con Medicare y Medicaid de Ohio para proporcionar los beneficios de ambos programas a los afiliados. Es posible que se apliquen limitaciones y restricciones. Para obtener más información, llame a Servicios para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio al **1-855-364-0974 (TTY: 711)**, las 24 horas, los 7 días de la semana, o consulte el Manual para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio. Los beneficios pueden cambiar el 1 de enero de cada año. Este documento incluye información general sobre la salud y no reemplaza el asesoramiento y la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales. Para obtener más información, llame a Servicios para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio al **1-855-364-0974** o consulte el Manual para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio. Los beneficios, la Lista de Medicamentos Cubiertos y las redes de proveedores y farmacias pueden cambiar de vez en cuando a lo largo del año y el 1 de enero de cada año. Es posible que se hayan empleado modelos en fotos e ilustraciones.