

CARE CONNECTION

PRIMAVERA 2020

CÓMO DESARROLLAR VIDAS MÁS SALUDABLES

Ayúdenos a mantenerlo saludable

Pruebas de detección de riesgos médicos para niños de todas las edades

Cómo estar preparado para la temporada de huracanes

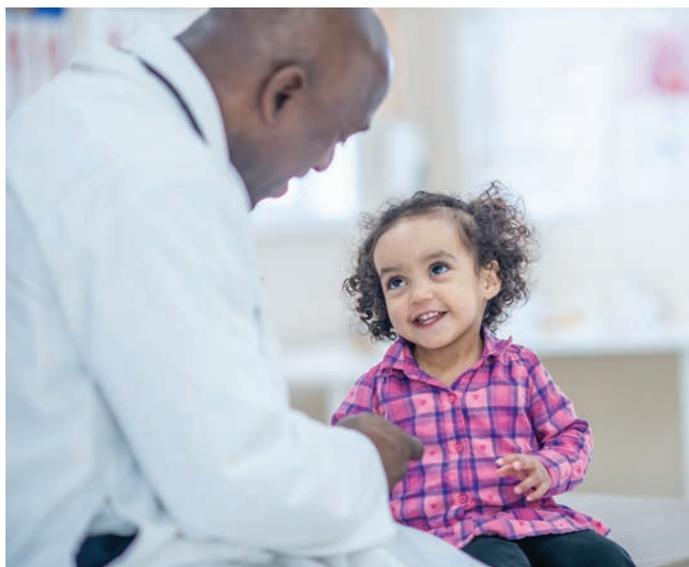
Cuidamos de usted

Centros de atención de urgencias

Cómo inscribirse en los programas de Administración de cuidados

Comprenda la Administración de cuidados





Pruebas de detección de riesgos médicos para niños de todas las edades

Bebés y deambuladores (desde el nacimiento hasta los 2 años)

Antes de salir del hospital, a su bebé recién nacido le realizarán muchas pruebas de detección de riesgos médicos. Estas pruebas ayudan a garantizar que su bebé está bien. Pero las pruebas continúan después del nacimiento. Durante el primer año de su bebé, un proveedor de atención primaria (PCP) deberá controlar la salud y el crecimiento de su bebé. El PCP de su bebé es el médico que puede brindarle ayuda con las necesidades de atención médica de su bebé. Su bebé debe ver a este PCP incluso cuando esté saludable. Estas visitas para niños saludables se llaman visitas de rutina para niños. El bebé debe haber tenido seis visitas de rutina cuando haya cumplido 15 meses. Durante estas visitas, el PCP también debe asegurar que las vacunas de su bebé estén actualizadas. Todos los niños de 6 meses de edad en adelante necesitan una vacuna antigripal cada año. Su hijo debe tener la mayoría de las vacunas de la infancia y una prueba de detección de plomo en sangre antes de cumplir los 2 años.

Deambuladores y primera infancia (de 3 a 6 años de edad)

En los años de deambulador y preescolar, el PCP de su hijo debe observar su crecimiento físico y los hitos de desarrollo. Su hijo también crecerá social y emocionalmente. Las pruebas de detección siguen siendo importantes durante estos años. Su hijo necesita una visita de rutina y una vacuna contra la gripe todos los años. Si su hijo necesita ayuda para hablar o para mover el cuerpo, las terapias tempranas pueden ayudarlo a obtener mejores resultados más adelante. Es posible que la terapia del habla y la fisioterapia estén disponibles; consulte su Manual del Miembro.

Edad escolar (7 a 12 años)

Su hijo en edad escolar podría estar en riesgo de tener los mismos problemas de salud que tienen los adultos. Los niños a esta edad pueden mostrar signos tempranos de diabetes (nivel alto de azúcar en sangre). También pueden tener presión arterial alta o colesterol alto. Afortunadamente, las pruebas de detección pueden alertarnos sobre estos riesgos. Enseñarle a los niños hábitos saludables puede ayudar a detener estos problemas tempranamente. Las vacunas también son importantes. Pueden evitar enfermedades dañinas. Su hijo debe recibir todas las vacunas previas a la adolescencia antes de cumplir 13 años y una vacuna contra la gripe cada año.

Ayúdenos a mantenerlo saludable

Queremos ayudarlo a mantenerse lo más saludablemente posible. Por este motivo le pedimos que complete una Evaluación de riesgos para la salud (HRA) cuando se une a Prestige Health Choice. La HRA le preguntará sobre su salud y su estilo de vida. Sus respuestas nos ayudarán a asistirlo mejor con sus necesidades de atención médica. Esto es especialmente importante si usted o su hijo tienen una afección como el asma o la diabetes. También es importante si está embarazada.

Se incluyó una HRA en su paquete de bienvenida de miembro nuevo. También se incluyó un sobre con franqueo prepago para su comodidad. Si no puede encontrar su HRA, igualmente existen tres maneras de completarla:

- Descargue el formulario de www.prestigehealthchoice.com y complételo. El formulario contiene la información para que lo regrese por correo o por fax.
- Complete su HRA por teléfono. Llame al Equipo de Alcance y Respuesta Rápida de Prestige Health Choice al **1-855-371-8072**.
- Llame a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**). Solicite que le envíen un nuevo formulario por correo.

Completar su HRA solo debería tomarle unos minutos. Su información será confidencial. No compartiremos su HRA con nadie fuera de su equipo de atención.

Adolescentes (13 a 19 años)

Los años de la adolescencia pueden ser una etapa de riesgos para su hijo. Su hijo puede estar en situaciones nuevas que ponen en riesgo su salud. Las drogas, el alcohol, el sexo y los problemas emocionales pueden afectar la salud de su hijo. Durante las visitas, su PCP debe evaluar su salud general y detectar estos riesgos. Cuando su hijo tiene 16 años, su PCP también debe realizar evaluaciones para detectar infecciones que generalmente no tienen síntomas. Su hijo adolescente también necesitará una vacuna contra la gripe cada año.

Hable con el PCP de su hijo sobre cuáles visitas de rutina, pruebas de detección de riesgos y vacunas son adecuadas para su hijo. Los niños deben asistir a las visitas de rutina una vez al año desde el nacimiento hasta los 21 años. Las visitas de rutina sin costo para niños incluyen exámenes médicos deportivos. Comuníquese con Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**) para solicitar ayuda para agendar una consulta.

Cómo estar preparado para la temporada de huracanes

Estar preparado para los huracanes es parte de vivir en Florida. El Departamento de Salud de Florida (FDOH) sugiere prepararse para los huracanes antes de que comience la temporada el 1 de junio. Esto incluye estar preparado para cuidar su salud.

El FDOH tiene una guía para ayudarlo a prepararse. Los siguientes son algunos de los consejos de la guía:

- Tenga un plan para emergencias. El FDOH sugiere usar la herramienta de planificación que está en <https://apps.floridadisaster.org/getaplan>.
- Sepa dónde encontrar refugio. Los refugios contra huracanes están a disposición de las personas que no tienen otro lugar a donde ir. La División de Manejo de Emergencias de Florida tiene una lista de refugios abiertos en su sitio de Internet en www.floridadisaster.org/planprepare/shelters.
- Prepare las cosas que puede necesitar en una emergencia:
 - Agua. Empaque siete galones por persona. Puede durar una semana.
 - Alimentos. Empaque comida enlatada, bocadillos y jugos. Escoja alimentos que tengan una larga vida útil sin refrigeración. Incluya los alimentos necesarios para una dieta especial.
 - Utensilios de cocina. Incluya un abrelatas manual, combustible, platos de papel y cubiertos.
 - Almohadas y mantas o bolsas de dormir.
 - Ropa y calzado resistentes.
 - Artículos de aseo, artículos de limpieza y bolsas de basura.
 - Botiquín de primeros auxilios y medicamentos. Incluya las instrucciones de atención médica por escrito, como las dosis de medicamentos. Haga una lista de todos los dispositivos médicos que necesita. También escriba los nombres y la información de contacto de sus médicos.
 - Radio que funcione con baterías.
 - Linterna que funcione con baterías.
 - Baterías para audífonos u otros dispositivos similares.
- Identificación. Guarde los documentos importantes, como las tarjetas de seguros y de Seguro Social, en un recipiente a prueba de agua. También considere guardarlos mediante un método electrónico que sepa que es seguro (por ejemplo, protegido con contraseña).
- Dinero efectivo. Es posible que no pueda ir al banco o a un cajero automático.
- Artículos especiales. Incluya todos los artículos necesarios para los bebés y los adultos mayores. Agregue artículos para personas con necesidades especiales.
- Artículos para mascotas. Empaque los registros de identificación y vacunación de sus mascotas. Incluya su comida y agua, medicamentos, transportadora, bozal y correa. Agregue fotos de usted y sus mascotas juntos. Esto puede ayudar a mostrar que son suyas, si fuera necesario.
- Manténgase en contacto. La Línea de Información de Asistencia del Estado (SAIL) es una línea directa gratuita. Brinda información sobre las situaciones de emergencia o desastre que afectan a Florida. Puede llamar a la línea directa de SAIL al **1-800-342-3557**.

Vaya al sitio de Internet del Departamento de Salud de Florida www.floridahealth.gov/newsroom/2019/05/052919-hurricane-preparedness.pr.html para ver la guía completa para estar preparado.

Fuente: "Hurricane Preparedness" (Preparación para huracanes), Florida Health, www.floridahealth.gov/newsroom/2019/05/052919-hurricane-preparedness.pr.html.

Cuidamos de usted

Hay momentos en que es posible que necesite hablar con un terapeuta o consejero. Algunas personas buscan asesoramiento que les ayude a afrontar una situación como la pérdida de un ser querido. Otros buscan ayuda para problemas de la salud conductual o enfermedades mentales. Esto es común. Casi uno de cada cinco adultos vive con una enfermedad mental.¹

¿No está seguro si usted o un ser querido tienen un problema de la salud conductual? Busque uno o más de estos signos:²

- Comer o dormir demasiado o muy poco.
- Fumar, beber o usar sustancias más de lo habitual.
- Tener poca o ninguna energía. Ser incapaz de hacer las tareas diarias. Esto puede hacer que resulte difícil ir al trabajo o la escuela, o cuidar a los niños.
- Sentirse entumecido, indefenso, desesperanzado o como si nada importara. Sentirse confundido, ansioso, enojado o estar olvidadizo a menudo.
- Tener cambios de humor que provocan problemas en las relaciones. Pelear con familiares o amigos.
- Tener pensamientos o recuerdos recurrentes en su mente.
- Escuchar voces o creer cosas que no son ciertas.
- Pensar en hacerse daño o dañar a otros.

Prestige Health Choice cubre muchos tipos de servicios que pueden ayudar con problemas como estos. Puede llamar a un proveedor de la salud conductual para solicitar una consulta. Alguien está disponible en los números siguientes para ayudarlo las 24 horas del día, los siete días de la semana. No necesita una referencia de su PCP para los servicios de salud conductual.

Las siguientes son maneras de encontrar un proveedor de atención de la salud conductual:

- Llame a Servicios al Miembro de la Salud Conductual al **1-855-371-3967** (TTY/TDD **1-888-877-5378**).
- Mire nuestro directorio de proveedores. Si desea que le enviemos un directorio de proveedores por correo, llame a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**).
- Visite nuestro sitio de Internet para buscar un proveedor de atención de la salud conductual en **www.prestigehealthchoice.com**.

Si está pensando en hacerse daño o dañar a otra persona, llame al 911. O vaya a la sala de emergencias (ER) o centro de estabilización de crisis más cercanos. Puede ir a uno de estos incluso si está fuera de su área de servicio de Prestige Health Choice. Una vez que esté a salvo, llame a su PCP si puede. Realice el seguimiento con su PCP dentro de las 24 a 48 horas posteriores al alta. Si recibe atención médica de emergencia fuera de su área de servicio, planearemos trasladarlo a un hospital o proveedor que estén en nuestra red. Este traslado puede tener lugar después de que haya pasado la emergencia.

1 "Mental Illness" (Enfermedad mental), Instituto Nacional de la Salud Mental, <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/mental-illness.shtml>.

2 "¿Qué es la salud mental?" MentalHealth.gov, <https://www.mentalhealth.gov/basics/what-is-mental-health>.

Centros de atención de urgencias

La atención de urgencia es para afecciones que son serias pero que no son emergencias. Esto es cuando usted necesita atención médica de un proveedor, pero no en la sala de emergencias. Los centros de atención de urgencias son de fácil acceso y cuentan con servicios rápidos para satisfacer sus necesidades. Por lo tanto, puede ser conveniente saber qué tipo de atención necesita, antes de necesitarla.

La atención médica de urgencia puede ayudar con otros tipos de problemas. Algunos ejemplos incluyen:¹

- Gripe.
- Dolor de oído.
- Sarpullidos.
- Esguinces.
- Dolor de espalda.
- Cortes y quemaduras menores, quebraduras menores de huesos y lesiones menores en ojos.

¿Qué tipos de problemas de salud necesitan atención en la sala de emergencias? Compruebe nuestra lista en **www.prestigehealthchoice.com/member/eng/gettingcare/emergencies.aspx**.

Si no está seguro de qué tipo de atención necesita, primero llame a su PCP. Su PCP debe poder ayudarlo a decidir si necesita ir a la sala de emergencias, a un centro de atención de urgencias o al consultorio del PCP. Si no puede comunicarse con su PCP, nuestra Línea de enfermeros está siempre disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana en el **1-855-398-5615**. Si finalmente va a un centro de atención de urgencia, no olvide llamar a su PCP dentro de las 24 horas para una visita de seguimiento.

Para encontrar un centro de atención de urgencia cerca de usted, haga clic en **Encuentre un médico** en nuestro sitio de Internet **www.prestigehealthchoice.com**.

¹ "When to Use the Emergency Room — Adult," (Cuándo usar la sala de emergencias - Adultos) MedlinePlus, <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000593.htm>.

Servicios de laboratorio de Quest Diagnostics

Quest Diagnostics es el proveedor de laboratorio de uso ambulatorio preferido de Prestige Health Choice. Recuerde visitar un Centro de servicio al paciente de Quest Diagnostics para todos los servicios de laboratorio.

Para encontrar un centro cerca de usted, visite <https://appointment.questdiagnostics.com/patient/confirmation> o llame al **1-866-697-8378**.

Cómo inscribirse en un programa de Administración de cuidados

Prestige Health Choice cuenta con administradores de cuidados para ayudarlo a mantenerse saludable. Nuestros programas de administración de cuidados prestan ayuda en caso de enfermedades y lesiones a largo plazo, embarazo y salud mental. Tenemos programas de salud para afecciones como el asma, el embarazo, los problemas del corazón y la diabetes.

Estos programas se ofrecen sin costo para usted. Para participar, solicite a su PCP que le haga una referencia, o puede referirse usted mismo. Puede encontrar información:

- En nuestro sitio de Internet www.prestigehealthchoice.com.
- En su Manual del Miembro.
- Llamando a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**).



Comprenda la Administración de cuidados

Nuestros servicios de administración de cuidados están diseñados para ayudarlo a usted y a su familia a manejar ciertas afecciones que puedan tener. También ayudan a evitar la duplicación de servicios y a reducir costos. El objetivo del programa es mejorar su salud a través de servicios que lo ayudan a ponerse al frente de su atención médica.

¿Qué servicios prestamos?

Los administradores de cuidados pueden:

- Ponerse en contacto con usted por teléfono, por mensajes de texto de dos vías o ambos. Esto les ayuda a brindarle apoyo para el manejo de las afecciones crónicas, educación para la salud y coordinación de la atención médica.
- Identificar los obstáculos para recibir atención.
- Ayudarlo con medicamentos, equipos y suministros médicos.
- Identificar y abordar los riesgos de la salud y los riesgos sociales.
- Organizar el transporte a sus consultas médicas.
- Conectarlo con servicios médicos y recursos comunitarios.
- Desarrollar un plan de administración de cuidados para usted.

¿Quién participa?

- Un **conector de cuidados** es un especialista no clínico que evalúa a los miembros en relación con las necesidades de administración de cuidados. Los conectores de cuidados se acercan para ayudar con la atención de los miembros. Brindan apoyo administrativo, programan consultas, proporcionan recursos educativos y organizan el transporte.
- Un enfermero **administrador de cuidados** es un enfermero registrado que crea, realiza seguimiento y actualiza los planes de atención de los miembros. Los enfermeros administradores de cuidado deben tener certificación en administración de casos o dos o tres años de experiencia como profesionales habilitados.

¿Cómo pueden los miembros usar estos servicios?

Puede usar nuestros servicios de administrador de cuidados y conector de cuidados para:

- Recibir ayuda para obtener medicamentos o equipos médicos.
- Buscar proveedores o especialistas médicos.
- Recibir educación sobre la salud para comprender mejor sus afecciones y adoptar un estilo de vida saludable.

¿Quién califica para los programas de Administración de cuidados?

- **Programa de maternidad Bright Start®:** Miembros embarazadas. Las miembros embarazadas con alto riesgo también pueden calificar para la Administración de cuidados.
- **Afecciones crónicas y manejo de enfermedades:** Miembros con afecciones crónicas. Algunos ejemplos de afecciones son el asma, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y las enfermedades cardiovasculares.
- **Administración de cuidados complejos:** Miembros con múltiples afecciones físicas y de la salud conductual.
- **Equipo de Alcance y Respuesta Rápida:** Miembros con necesidades de atención urgente e inmediata.
- **Administración de cuidados de transición:** Miembros que están hospitalizados, pero que se están preparando para recibir el alta.

Los cuidadores y los proveedores pueden referir a los miembros a estos programas de Administración de cuidados. También puede referirse usted mismo. No necesita una referencia de otra persona para acceder a los programas.

Algunos miembros tienen necesidades de atención complejas o podrían necesitar un mayor nivel de atención del que reciben actualmente. En estos casos, el miembro o su proveedor pueden solicitar estos servicios llamando a:

- El administrador de cuidados del miembro.
- Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**).

¿Los miembros tienen la obligación de usar estos servicios?

No. Puede optar por dejar o rechazar los servicios de administración de cuidados cuando su administrador de cuidados lo llame.

Puede optar por dejar de participar después de estar recibiendo estos servicios llamando a su administrador de cuidados o a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**).

Para otras preguntas, llame al Equipo de Alcance y Respuesta Rápida al **1-855-371-8072** (TTY/TDD **1-855-371-8073**). También puede hablar con su proveedor de servicios de administración de cuidados.

Descargue nuestra aplicación móvil sin costo para usted*

La aplicación móvil Prestige Health Choice se llama PHC Mobile y está disponible para teléfonos inteligentes iPhone® y Android™. Para obtener la aplicación, visite Google Play™ store o Apple App Store®.

*Pueden aplicarse tarifas estándar de mensajes y datos.



Apple



Android

Escanee el código de Apple® o Android™ para descargar la aplicación.

Prestige Health Choice puede brindar servicios de idiomas a los miembros que necesitan ayuda para hablar sobre la atención de su salud. Podemos ponerlo en contacto con personal bilingüe o con un intérprete. Estos servicios se brindan sin costo para usted. Si necesita materiales escritos o servicios en un idioma que no sea inglés, simplemente háganoslo saber. Llame sin cargo a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY/TDD **1-855-358-5856**), las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Prestige Health Choice brinda estos servicios de comunicación a los miembros y proveedores que los necesitan:

- TDD (dispositivo de telecomunicaciones para sordos) o TTY (máquina de escribir telefónica o teletipo). TDD y TTY son dispositivos electrónicos para la comunicación de texto por teléfono. Se usan cuando una o más partes tienen dificultades de audición o del habla.
- Asistencia lingüística para analizar la administración de la utilización.

¿Es nuevo en Prestige Health Choice?

Siempre estamos aquí para ayudarlo. Si usted es nuevo en la atención administrada de Medicaid de Florida o viene de otro plan médico, queremos ayudarlo a recibir los servicios que necesita.

Infórmenos cuáles servicios médicos necesitará continuar. Nuestro Equipo de Alcance y Respuesta Rápida puede ayudarlo a hacer la transición de su atención. Puede llamarlos al **1-855-371-8072** (TTY/TDD **1-855-358-5856**).

Para obtener información actualizada sobre el coronavirus (COVID-19), visite nuestro sitio de Internet www.prestigehealthchoice.com.



¡Manténgase en contacto!

¿Se mudó o cambió su número de teléfono recientemente? No olvide informarnos para que podamos comunicarnos con usted y brindarle información sobre su salud y sus beneficios. Si necesita actualizar su información de contacto, llame sin cargo a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY **1-855-358-5856**).

Obtenga recompensas por los Comportamientos saludables

Prestige Health Choice ofrece tarjetas de regalo por completar las metas de salud a través de nuestros programas de Comportamientos saludables. Usted (o su hijo) puede inscribirse en uno o más programas de Comportamientos saludables si califica. Una vez inscrito, puede recibir una recompensa de hasta \$50 por programa, por año. Usted (o su hijo) puede unirse a cada programa de Comportamientos saludables solamente una vez al año.

Visite nuestro sitio de Internet **www.prestigehealthchoice.com** para conocer los programas de Comportamientos saludables en los que nuestros miembros pueden participar. También puede llamar a Servicios al Miembro al **1-855-355-9800** (TTY **1-855-358-5856**).



La discriminación está en contra de la ley

Prestige Health Choice cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. Prestige no excluye a las personas ni las trata de modo diferente debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

Prestige:

- Proporciona a las personas con discapacidades, para que puedan comunicarse con nosotros eficazmente, asistencia y servicios gratuitos, tales como:
 - Intérpretes calificados del lenguaje de señas.
 - Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos).
- Proporciona servicios sin cargo a personas cuyo idioma principal no es el inglés, por ejemplo:
 - Intérpretes calificados.
 - Información escrita en otros idiomas.

Si necesita estos servicios, llame a Prestige al **1-855-355-9800 (TTY 1-855-358-5856)**. Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Si cree que Prestige no ha provisto estos servicios o ha discriminado de otra manera en función de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo, usted puede presentar una queja formal dirigida a:

- Grievance and Appeals, PO Box 7368, London, KY 40742. **1-855-371-8078 (TTY 1-855-371-8079)**, Fax: **1-855-358-5847**.
- Puede presentar una queja formal por correo postal, fax o teléfono. Si necesita ayuda para presentar una queja formal, Servicios al Miembro de Prestige está disponible para ayudarlo.

También puede presentar una queja relativa a los derechos civiles ante el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU., Oficina de Derechos Civiles (en inglés, *U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights*) de manera electrónica a través del Portal de Quejas sobre Derechos Civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> o por correo postal o teléfono a:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
1-800-368-1019 (TDD 1-800-537-7697)

Los formularios de quejas están disponibles en:
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

English: This information is available for free in other languages. Please contact our customer service number at **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, 24 hours a day, seven days a week. If your primary language is not English, or to request auxiliary aids, assistance services are available to you, free of charge.

Spanish: Esta información está disponible en otros idiomas de forma gratuita. Póngase en contacto con nuestro número de servicios al cliente al **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, las 24 horas del día, los siete días de la semana. Si su idioma principal no es el inglés, o necesita solicitar ayudas auxiliares, hay servicios de asistencia a su disposición de forma gratuita.

Haitian Creole: Enfòmasyon sa yo disponib gratis nan lòt lang. Tanpri kontakte ekip sèvis kliyan nou an nan **1-855-355-9800 (1-855-358-5856 pou moun ki pa tande byen yo)**, 24 è sou 24, sèt jou sou sèt. Si anglè pa lang manman w oswa si w ta renmen mande yon èd konplemantè, ou ka resevwa sèvis ki gratis pou ede w.

French: Ces informations sont disponibles gratuitement dans d'autres langues. Veuillez contacter notre équipe service clientèle au **1-855-355-9800 (1-855-358-5856 pour les malentendants)**, 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Si l'anglais n'est pas votre langue maternelle ou si vous souhaitez demander une aide auxiliaire, des services d'aide sont gratuitement mis à votre disposition.

Russian: Эта информация доступна бесплатно на других языках и в других форматах. Звоните в Отдел обслуживания клиентов по тел. **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)** — круглосуточно и без выходных. Если ваш родной язык не английский или вы хотели бы запросить дополнительную помощь, вы можете воспользоваться бесплатными услугами перевода.

Italian: Queste informazioni sono disponibili gratuitamente in altre lingue. Chiamate il nostro servizio clienti al numero **1-855-355-9800 (non udenti 1-855-358-5856)** 24 ore al giorno, sette giorni su sette. Se la vostra prima lingua non è l'inglese, o per richiedere attrezzature di supporto sensoriale, sono disponibili servizi d'assistenza, gratuitamente.

Vietnamese: Thông tin này có sẵn miễn phí ở các ngôn ngữ khác. Vui lòng liên lạc bộ phận dịch vụ khách hàng của chúng tôi theo số **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, 24 giờ một ngày, bảy ngày trong tuần. Nếu ngôn ngữ chính của quý vị không phải là tiếng Anh, hoặc để yêu cầu các thiết bị trợ giúp bổ sung, thì quý vị có thể sử dụng miễn phí các dịch vụ hỗ trợ.

Portuguese: Estas informações estão disponíveis gratuitamente em outros idiomas. Por favor, entre em contato com o nosso serviço de atendimento ao cliente pelo número **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, 24 horas por dia, sete dias por semana. Se o seu idioma principal não for o inglês, ou se você precisar solicitar recursos auxiliares para deficientes, os serviços de assistência estão disponíveis gratuitamente para você.

Chinese Mandarin: 这些信息还免费以其他语言提供。请随时联系我们的客户服务电话 **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**，该电话每周 7 天、每天 24 小时全天候提供服务。如果您的母语不是英语，或者需要请求辅助设备，您可以免费获得援助服务。

Chinese Cantonese: 這份資訊還免費以其他語言提供。請隨時聯絡我們的客戶服務電話 **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**，該電話每周 7 天、每天 24 小時全天候提供服務。如果您的母語不是英語，或者需要請求輔助設備，您可以免費獲得援助服務。

Tagalog: Makukuha nang libre ang impormasyong ito sa mga iba pang wika. Mangyaring makipag-ugnay sa numero ng customer service sa **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, 24 na oras sa isang araw, pitong araw sa isang linggo. Kung hindi Ingles ang inyong pangunahing wika, o upang humiling ng mga kagamitang pantulong, may matatanggap kayong libreng serbisyo sa pagsasalin sa wika.

Arabic:

يمكنك الحصول على هذه المعلومات بلغات أخرى مجانًا. لطلب مساعدات وخدمات إضافية يُرجى الاتصال بخدمة العملاء على الرقم **1-855-355-9800 (الهاتف النصي/للصم 1-855-358-5856)**، على مدار 24 ساعة في اليوم، سبعة أيام في الأسبوع. تتوفر لك خدمات لغوية مجانية إذا كانت لغتك الأساسية ليست الإنجليزية أو إذا طلبت مساعدات إضافية.

German: Diese Information wird kostenlos in anderen Sprachen angeboten. Bitte setzen Sie sich unter der Rufnummer **1-855-355-9800** (für TeleTypewriter/Telekommunikationsgeräte [TTY/TTD] **1-855-358-5856**) mit unserem Kundendienst in Verbindung, der Ihnen an sieben Tagen der Woche 24 Stunden lang zur Verfügung steht. Falls Englisch nicht Ihre Muttersprache ist, können Sie eine kostenlose Sprachhilfe nutzen.

Korean: 본 정보는 다른 언어로도 무료로 제공됩니다. 주 7일 하루 24시간 운영되는 고객 서비스 **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)** 번으로 연락하시기 바랍니다. 영어가 모국어가 아니거나 장애인 보조 장치 및 서비스가 필요하신 경우, 무료로 지원 서비스가 제공됩니다.

Polish: Poniższa informacja jest dostępna bezpłatnie w innych językach i formatach. Prosimy o kontakt z Działem obsługi klienta pod numerem telefonu **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)**, 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu. Jeśli angielski nie jest Twoim pierwszym językiem lub w celu uzyskania dodatkowej pomocy, możesz korzystać z bezpłatnej obsługi w tym zakresie.

Gujarati: આ માહિતી મફતમાં અન્ય ભાષાઓમાં ઉપલબ્ધ છે. કૃપા કરીને અમારી ગ્રાહક સેવાના નંબર **1-855-355-9800 (ટીટીઆઇ/ટીડીડી 1-855-358-5856)**, દિવસમાં 24 કલાક, અઠવાડિયાના સાત દિવસો નો સંપર્ક કરો. જો તમારી પ્રાથમિક ભાષા અંગ્રેજી નથી, અથવા ઉપયોગી સાધનોની વિનંતી કરવા માટે, તમારા માટે સહાયક સેવાઓ નિ:શુલ્ક ઉપલબ્ધ છે.

Thai: ข้อมูลนี้สามารถใช้ได้ฟรีในภาษาอื่น ๆ โปรดติดต่อหมายเลขบริการลูกค้าของเราที่หมายเลข **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)** ได้ตลอด 24 ชั่วโมงทุกวัน สัปดาห์ละ 7 วัน หากภาษาหลักของคุณไม่ใช่ภาษาอังกฤษหรือต้องการติดต่อขอรับบริการเสริมคุณสมารถเข้ารับความช่วยเหลือได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

Japanese: この情報は他の言語でも無料をご利用いただけます。年中無休で対応しておりますので、弊社カスタマーサービスのフリーダイヤル **1-855-355-9800 (TTY/TDD 1-855-358-5856)** までお問い合わせください。母国語が英語でない場合は、無料のサービスをご利用いただけます。



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_20822377
M1413_2003

CARE CONNECTION

PRIMAVERA 2020

CÓMO DESARROLLAR VIDAS MÁS SALUDABLES



Ayúdenos a mantenerlo saludable

Pruebas de detección de riesgos médicos para niños de todas las edades

Cómo estar preparado para la temporada de huracanes

Cuidamos de usted

Centros de atención de urgencias

Cómo inscribirse en los programas de Administración de cuidados

Comprender la Administración de cuidados

Todas las imágenes son utilizadas bajo licencia únicamente con fines ilustrativos. Cualquier persona representada es un modelo.