

# Otoño de 2018 Boletín de salud y bienestar



## Conozca lo que Molina ofrece en línea

¿Ha ingresado recientemente a la página web de Molina? Tiene muchos recursos disponibles para ayudarle a conocer cómo funciona Molina. Uno de estos excelentes recursos es la *Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad*. Puede encontrar la *Guía* en la página web, bajo la sección del Programa de Mejoramiento de Calidad. Ingrese en <http://tinyurl.com/MHMQualityGuide>.

Esta *Guía* le ayudará a conocer los programas y servicios que ofrecemos a nuestros miembros. Puede leer información sobre nuestro:

- **Programa de Mejoramiento de Calidad.** Siempre buscamos maneras de mejorar el cuidado que usted recibe. Puede leer sobre el progreso que realizamos cada año.
- **Programa de Administración de Casos.** Proporcionamos información sobre cómo usted o su cuidador pueden recibir ayuda adicional si tiene una condición de salud compleja y en curso.
- **Programa de Administración de la Salud.** Ofrecemos consejos sobre cómo mantenerse saludable si padece una condición crónica.

### En esta edición

Conozca lo que Molina ofrece en línea .....	1
Acerca de nuestros miembros: protección de su privacidad .....	3
Educación para la salud .....	4
Sé lo mejor – Cuidado dental .....	4
Opioides y la epidemia de opioides.....	8
Prevenir la gripe .....	9
Atención: afiliados del plan Healthy Michigan .....	10
Pautas de citas para miembros de Medicaid y Healthy Michigan Plan .....	11
Sala de emergencias versus atención de urgencia .....	11

Todos los boletines están disponibles en [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com).

Para obtener esta información en su idioma preferido o en formatos accesibles, por favor comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros. El número se encuentra al reverso de su tarjeta de ID del miembro.

Este boletín informativo también está disponible en inglés. Por favor, comuníquese con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir una copia en inglés.

[MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com)



Estás en familia.

Esta *Guía* incluye información sobre cómo nosotros:

- protegemos su privacidad;
- colaboramos con nuestros proveedores para asegurar que usted recibe atención médica adecuada;
- tomamos decisiones acerca de su atención médica;
- evaluamos nuevos servicios para proporcionarlos como parte de los beneficios que cubrimos;
- le ayudamos durante una emergencia para que obtenga atención médica después de las horas de consulta;
- le ayudamos a obtener respuestas a las preguntas que tiene sobre el beneficio de medicamentos;
- le damos información acerca de los servicios que ofrecemos para problemas de salud conductual;
- le informamos sobre sus derechos y responsabilidades cuando se inscribe en nuestro plan de salud;
- le ofrecemos consejos sobre cómo obtener una segunda opinión acerca de su atención médica con otro proveedor;
- le enseñamos cómo obtener cuidado fuera de la red;
- le permitimos presentar una queja si tiene problemas con su atención médica o los servicios de Molina;
- le permitimos apelar un servicio o reclamo denegado cuando no se ha pagado;
- le informamos cómo encontrar información en el directorio de proveedores acerca de nuestros proveedores;
- le ayudamos a aprender cómo llenar una directiva anticipada para ayudarlo a tomar decisiones sobre su propio cuidado;
- evaluamos nuevas investigaciones para determinar si los nuevos servicios han demostrado ser seguros;
- ofrecemos servicios TTY / TDD para nuestros miembros que necesitan ayuda con audición o habla;
- ofrecemos servicios de interpretación para miembros que los necesiten;
- le informamos cómo acceder a herramientas en línea, como:
  - valoración de salud;
  - herramientas de autogestión y calculadoras.



**MolinaHealthcare.com**

Esta *Guía* contiene una lista de control con información que puede encontrar en la página web. La información incluye:

- Cómo ordenar tarjetas de identificación.
- Cómo comunicarse por correo electrónico con el Departamento de Servicios para Miembros y la Línea de Consejos de Enfermeras.
- Una lista de los proveedores y hospitales contratados con Molina. Los datos incluyen:
  - los nombres, direcciones y números de teléfono de proveedores;
  - el estado de certificación de un proveedor con el Consejo Médico;
  - las horas de consulta de todos los centros;
  - los proveedores que están aceptando nuevos pacientes;
  - los idiomas que habla el proveedor o su personal;
  - la información de hospitales incluyendo el nombre, dirección y estado de acreditación.
- Detalles acerca de los beneficios y servicios que se incluyen y excluyen en su cobertura.
- Los copagos que debe hacer (cuando es pertinente).
- Qué hacer si usted recibe una factura por un reclamo.
- FAQ (las preguntas más frecuentes y sus respuestas).
- Otros procedimientos de farmacia, como:
  - los medicamentos no cubiertos;
  - los límites y cuotas de medicamentos;
  - el procedimiento para solicitar una excepción para los medicamentos no incluidos en la Lista de medicamentos preferidos;
  - el procedimiento para sustituir un medicamento genérico, hacer un intercambio terapéutico (el uso de medicamentos diferentes que tienen los mismos efectos) y los protocolos para la terapia escalonada (el uso de determinados medicamentos primero antes de cubrir otro medicamento para la misma condición).
- Cómo comunicarse con el personal del Departamento de Administración de Utilización (UM, por sus siglas en inglés) para problemas o preguntas relacionadas a utilización.
- Afirmación de UM sobre los incentivos describiendo que Molina no retribuye a los proveedores que toman las decisiones de UM.
- Guías preventivas de salud y calendarios de vacunación.
- Sus derechos y responsabilidades, y la privacidad de su información.

Puede imprimir la *Guía* y cualquier otra información que necesite de nuestra página web. Asimismo, puede comunicarse con el Departamento de Servicios para Miembros para pedir que se le envíe por correo una copia impresa de la información. El número de teléfono se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

## Acerca de nuestros miembros: protección de su privacidad

Su privacidad es importante para nosotros. Respetamos y protegemos su privacidad. Molina Healthcare quiere informarle cómo se utiliza y comparte su información médica protegida (PHI, por sus siglas en inglés). Por favor, visite el siguiente enlace para un resumen sobre cómo Molina protege su privacidad: <http://tinyurl.com/MHMQualityGuide>.

**MolinaHealthcare.com**

Nuestra Notificación de las Normas de Privacidad incluye más información sobre cómo utilizamos y compartimos la PHI de nuestros miembros. Puede encontrar la Notificación de las Normas de Privacidad en su totalidad en nuestra página web en [www.MolinaHealthcare.com](http://www.MolinaHealthcare.com). También, puede pedir una copia de nuestra Notificación de las Normas de Privacidad comunicándose con el Departamento de Servicios para Miembros. El número de teléfono se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

## Educación para la salud

Como miembro de Molina, usted cuenta con acceso a educación de salud en nuestra página web. Visite <http://tinyurl.com/MolinaHealthEd>. Si usted padece de diabetes, hable con su proveedor sobre un examen ocular con dilatación.

## Sé lo mejor - Cuidado dental

Tus dientes son una parte muy importante de tu cuerpo. Los dientes lo ayudan a masticar su comida, a hablar con claridad y a sentirse bien con su apariencia general. Por lo tanto, es muy importante que cuides de ellos para que te duren toda la vida. Visitar a su dentista regularmente puede asegurar que cualquier problema existente sea abordado antes de que se vuelva serio y ayudará a prevenir problemas con sus dientes en el futuro.

### Sabías Usted...

- No todas las cavidades son visibles.
- Los niños con caries y dolor dental pierden más de 51 millones de horas de la escuela cada año.
- Los estudios relacionan la enfermedad de las encías con otros problemas de salud, como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, problemas de embarazo, diabetes y enfermedades respiratorias.
- La caries dental es la enfermedad infantil más común.
- La mayoría de los problemas dentales no producen dolor hasta que alcanzan una etapa muy avanzada.

### Se lo mejor de ti mismo

**Visite a su proveedor dental regularmente.** Durante estos controles regulares, su dentista realizará una limpieza oral, radiografías y un examen físico de sus dientes. Su dentista lo tratará por cualquier problema y lo ayudará a evitar problemas nuevos o empeorarlos.

**Asegúrate de cepillarte al menos dos veces al día.** Cepillarse los dientes es una de las maneras más efectivas de eliminar la placa de las superficies expuestas de sus dientes. Cepílese los dientes cuidadosamente al menos dos veces al día durante 2 1/2 a 3 minutos cada vez.

**Hilo dental a diario.** Cepillarse solo no es suficiente para limpiar toda la placa de la superficie de sus dientes. Los lugares entre los dientes y debajo de la línea de las encías son dos lugares donde el cepillo de dientes no puede alcanzar y la placa puede acumularse. El uso de hilo dental regular mantiene sus encías saludables y puede ayudar a prevenir la formación de caries.

**MolinaHealthcare.com**



**Coma una dieta saludable y bien balanceada.** Es importante comer una dieta bien balanceada y evitar el exceso de bocadillos entre comidas. Las verduras crujientes y las frutas, las palomitas de maíz y el yogur son buenas opciones para una merienda saludable. Asegúrate de beber mucha agua también.

**Evite todos los productos de tabaco.** Los riesgos de cáncer oral y enfermedades de las encías son mucho más altos si fuma o usa tabaco sin humo. Consulte a su PCP o proveedor dental para obtener sugerencias que lo ayuden a dejar de fumar.

#### **Cómo cepillar\***

- 1) Coloque el cepillo de dientes en un ángulo de 45 grados con respecto a las encías.
- 2) Mueva el cepillo hacia adelante y hacia atrás suavemente con movimientos cortos.
- 3) Cepille las superficies externas, las superficies internas y las superficies de masticación de todos los dientes.
- 4) Para limpiar la superficie interna de los dientes frontales, incline el cepillo verticalmente y realice varios movimientos hacia arriba y hacia abajo.
- 5) Cepílese la lengua para eliminar las bacterias y mantener la respiración fresca.

\*Según lo recomendado por la Asociación Dental Americana

#### **Qué hacer en una emergencia dental**

- **Dolor de muelas** - Enjuague la boca con agua tibia. Use hilo dental en el área de dolor para desalojar cualquier alimento que pueda estar causando el dolor.
- **Diente astillado o roto** - coloque una compresa fría sobre el área lesionada. **Llame a su proveedor de cuidado dental inmediatamente.**
- **Diente noqueado** - Enjuague el diente suavemente con agua. Reemplace el diente en el enchufe si es posible o colóquelo en una taza de agua fría o leche. **Llame a su proveedor dental de inmediato.**

**MolinaHealthcare.com**

## Higiene dental para todas las edades

Los dientes sanos son importantes para niños y adultos de todas las edades. ¿Sabías que un adulto tiene un promedio de 32 dientes? Sin embargo, el 40% de los adultos mayores de 65 años no tienen un juego completo de dientes. Tus dientes deberían durar toda la vida, ¡así que cuídalos bien!

- Cepílese los dientes antes de acostarse.
- Cepílese los dientes al menos dos veces al día.
- Reemplace su cepillo de dientes cada tres o cuatro meses o después de una enfermedad.
- Use hilo dental una vez al día.
- Visite a su dentista cada seis meses para un chequeo y limpieza.
- Cepílese la lengua para mantenerla limpia y respire fresca.
- Cepilla tus encías suavemente.
- Evite usar productos de tabaco.
- Mantenga su cepillo de dientes para usted. Compartir un cepillo de dientes puede diseminar gérmenes.
- Evite beber demasiadas bebidas azucaradas como refrescos, café, té endulzados y bebidas energéticas con cafeína.
- Coma una dieta bien balanceada.

## PEQUEÑO 1 A 3 AÑOS

- Use vasos para sorber y vasos después de los 14 meses de edad.
- Lleve a su hijo al dentista dos veces al año.



**MolinaHealthcare.com**

## NIÑO DE 3 A 12 AÑOS

- Ayude a su hijo a cepillarse al menos dos veces al día.
- Evite las comidas y bebidas con alto contenido de azúcar, como los dulces y los refrescos.
- Lleve a su hijo al dentista dos veces al año.

## ADOLESCENTES Y ADULTOS

- Coloque su cepillo de dientes donde la encía se encuentra con el diente, en un ángulo de 45 grados, para limpiar debajo de la línea de las encías.
- Mire sus encías para ver si las muelas del juicio están creciendo. Hable con su dentista para eliminarlas.

## Cuidado de la dentadura

**¿Sus dentaduras se ajustan correctamente?** Su dentadura debe quedar bien cuando mastique y hable. Las dentaduras que no se adaptan bien pueden irritar las encías y causar llagas. Si sus dentaduras postizas no encajan bien, llame a su dentista y haga una cita.

### ¿Cómo debe cuidar su dentadura postiza?

Retire sus dentaduras para limpiarlas. Después de comer, enjuague sus dentaduras con agua y cepíllelas con un cepillo de dientes suave. Use un cepillo de dientes por separado para sus dentaduras postizas y dientes reales. Cepille sus dentaduras con pastas para dentaduras para prevenir la placa y las manchas. Remoje sus dentaduras postizas en una mezcla de 1 parte de vinagre blanco y 2 partes de agua fría durante la noche.

## Cobertura dental para miembros de Medicaid embarazadas

A partir del 1 de julio de 2018, Molina Healthcare brinda servicios dentales a mujeres embarazadas. Los miembros de Medicaid embarazadas pueden usar su tarjeta de identificación de Medicaid de Molina Healthcare para obtener servicios dentales. Los servicios dentales de Molina bajo Medicaid se proporcionan a los miembros sin costo. Visite [MiMolina.com](http://MiMolina.com) si desea revisar su cobertura de atención médica.

El beneficio dental de Molina incluye limpiezas, empastes y otros servicios preventivos.

Los miembros de Medicaid embarazadas recibirán cobertura dental desde el primer día del mes cuando Molina se entere del embarazo hasta el período de posparto. El período de posparto es de 3 meses después del final del mes de la fecha de vencimiento.

Es importante que las mujeres embarazadas reciban atención dental adecuada durante el embarazo para la salud y el bienestar de la madre y el bebé. Molina Healthcare proporcionará los nombres de los dentistas participantes en su área que están disponibles para proporcionar servicios dentales. Molina brinda viajes ilimitados de ida y vuelta o de ida o vuelta para servicios cubiertos y médicamente necesarios cada año calendario. Los miembros de Medicaid embarazadas pueden usar este beneficio para visitar a cualquier proveedor de Molina Healthcare.

Si está embarazada, puede encontrar un proveedor dental de Molina visitando [MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com), selecciona Medicaid y luego Buscar un proveedor para ver al dentista de Molina más cercano. Si tiene alguna pregunta, por favor llame al M.O.M. Programa en (888) 898-7969, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m., EST. Si tiene problemas de audición, llame a Molina Healthcare marcando nuestra línea TTY al 711.

**MolinaHealthcare.com**

## Healthy Kids Dental

El programa dental Healthy Kids ayuda a los niños con Medicaid a tener sonrisas sanas y felices. Si su hijo es menor de 21 años, tienen beneficios dentales con Healthy Kids Dental. Si actualmente está inscrito en Healthy Kids Dental y queda embarazada, se quedará en Healthy Kids Dental para servicios dentales prenatales. Para encontrar un dentista u obtener más información sobre Healthy Kids Dental, llame al (800) 482-8915 sin cargo. Si tiene problemas de audición, llame a la línea TTY al 711.

## Plan saludable de Michigan

Si está en el Plan Healthy Michigan, tiene beneficios dentales. Los servicios dentales están disponibles para adultos de 19 a 64 años de edad por un proveedor dental participante de Molina. Los servicios preventivos se proporcionan sin costo. Puede llamar a la línea Molina Healthcare Molina Dental para obtener ayuda con la búsqueda de un dentista al (888) 898-7969. Si tiene problemas de audición, llame a Molina Healthcare marcando nuestra línea TTY al 711.

## Otra ayuda para encontrar un dentista

Los miembros de Medicaid que no están embarazadas pueden llamar a la línea de Medicaid Medicaid de Michigan para obtener ayuda con la búsqueda de un dentista al (800) 642-3195 o visitar [www.medicaiddentistry.com](http://www.medicaiddentistry.com).

# Opioides y la epidemia de opioides

## Acerca de los Opioides:

Los opioides son un tipo de medicamento para el dolor. Pueden ayudar a las personas a manejar enfermedades, lesiones o cirugías. Los médicos prescriben opiáceos para reducir las señales de dolor al cerebro. Todos estos son opioides:

- Codeína
- Fentanilo
- Hidrocodona
- Morfina
- Oxycodona
- OxyContin
- Heroína—un tipo de opioide ilegal

**Los opioides son altamente adictivos.** Tomar opiáceos sin una razón médica o abusar de ellos puede causar adicción, rápido. De hecho, la adicción a los opioides es una epidemia en los Estados Unidos. Todos los días, aproximadamente 91 estadounidenses mueren por sobredosis de opioides, según los CDC (Centros para el Control de Enfermedades).

**Tomar demasiadas dosis de opioides puede tener resultados peligrosos.** Si su médico le receta un medicamento opioide, tómelo solo según las indicaciones. Tomar más de lo recetado por su médico puede resultar en:

- Respiración débil
- Estreñimiento
- Señales de dolor bloqueadas
- Confusión mental
- Náuseas
- Daño de órganos
- Muerte — **los opiáceos son tan fuertes que incluso una dosis grande puede matarte.**

**MolinaHealthcare.com**



**¿Cómo sé si dependes demasiado de los opioides?** Esté atento a estos signos:

- Sigues aumentando la dosis para controlar el dolor
- Cuando usa cantar menos medicamento o dejar de fumar, tiene síntomas de abstinencia como calambres estomacales, dolores musculares o sudores fríos

**¿Cuáles son los signos de abuso?**

- Usar su medicamento con otros medicamentos que su médico no ordenó
- Demasiadas recargas
- Inyectar el medicamento o inhalarlo

Hable con su médico sobre cómo los medicamentos opiáceos pueden afectarlo.

## Prevenir la gripe

La mejor forma de prevenir la gripe estacional es vacunarse contra la gripe todos los años. Como miembro de Molina Healthcare, puede obtener su vacuna contra la gripe estacional sin costo para usted. Muchas farmacias ofrecen vacunas contra la gripe para miembros adultos. También puede preguntarle a su proveedor.

Queremos ayudarte a mantenerte saludable. Siga estos consejos para ayudar a prevenir la gripe:

- Recibir la vacuna contra la gripe. ¡No tiene ningún costo para ti!
- Quédese en casa si está enfermo para evitar contagiar la gripe a otras personas.
- ¡La vacuna contra la gripe no le dará gripe!
- Lávese las manos con frecuencia y cúbrase la boca cuando tosa.

**MolinaHealthcare.com**

- Llame al número de Servicios para Miembros que figura en el reverso de su tarjeta de identificación para obtener una farmacia aprobada de Molina cerca de usted.
- Visite MolinaHealthcare.com e inicie sesión en MiMolina® para obtener recordatorios de salud personalizados. (Aplicación HealthinHand)

Conozca sus síntomas y cómo tratarlos. Informe a su proveedor si recibió su vacuna contra la gripe en otro lugar. La vacuna contra la gripe es válida por un año. Si ya se vacunó contra la gripe, no es necesario que obtenga otro.

Síntomas -

- Fiebre entre 100 ° y 104 ° F y escalofríos
- Fatiga y debilidad
- Dolores de cabeza, musculares o corporales
- Tos, moqueo o congestión nasal
- Náuseas, diarrea o vómitos

Cómo tratar -

Recuerde: la gripe es un virus. Los medicamentos de venta libre pueden ayudar a reducir los síntomas. Hable con su farmacéutico o proveedor hoy mismo.

- Descanse lo suficiente
- Beber mucho líquido
- Cúbrase con una manta tibia para calmar los escalofríos
- Coloque un humidificador en su habitación para facilitar la respiración

Para obtener más información sobre la gripe, llame a nuestra Línea de asesoramiento de enfermería las 24 horas al número gratuito (888) 275-8750 (inglés) o al (866) 648-3537 (español). TTY: 711.

## Atención: afiliados del plan Healthy Michigan

¿Sabía que usted podría ser elegible para recibir una reducción en su contribución de ahorros para la salud? Consulte a su proveedor de atención médica primaria (PCP, por sus siglas en inglés) y complete su Evaluación de Riesgos de la Salud (HRA). Su PCP debe llenar el formulario de la HRA con usted. Envíe de regreso su HRA a Molina Healthcare of Michigan. Una vez que recibamos su formulario de HRA, determinaremos si califica para una reducción en los montos adeudados a la Cuenta MI Health. Consulte a su PCP por lo menos 2 veces al año para hablar sobre cualquier enfermedad o condición crónica actual. Le recomendamos firmemente que no falte a sus citas y chequeos médicos para mantenerse saludable.

**Costo compartido:** algunos miembros que participan en el plan Healthy Michigan recibirán una factura del "costo compartido". El que pague o no costo compartido dependerá de sus ingresos familiares y la información que usted comparte con su trabajador de caso. Si usted debe un costo compartido, Michigan Enrolls le enviará una factura. Una vez que reciba este aviso, tendrá que enviar su pago mensual por la cantidad especificada, para recibir el incentivo. Haga pagos oportunos a la cuenta de salud de MI. Aunque usted tenga una suma pendiente, no perderá su cobertura de atención médica.

**MolinaHealthcare.com**

No todos los afiliados recibirán una factura. De ser así, puede comunicarse con Michigan Enrolls para que le contesten cualquier pregunta que pueda tener. Llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 898-7969, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p.m.

## Pautas de citas para miembros de Medicaid y Healthy Michigan Plan

Molina Healthcare quiere asegurarse de que reciba la atención necesaria en un período de tiempo razonable. Si corresponde, la oficina de su médico debe hacer citas en este marco de tiempo:

Tipo de atención/ Lineamientos de citas	Tiempo
Servicios de emergencia	Inmediatamente - 24 horas/día, 7 días a la semana
Atención médica urgente	En el término de 48 horas
Atención de rutina o atención médica que no sea urgente	Dentro de los 30 días después de la solicitud
Atención sintomática que no sea urgente	Dentro de los 7 días después de la solicitud
Cuidado preventivo del niño	Cita inicial dentro de las 5 semanas
Cuidado preventivo para adultos	Cita inicial dentro de las 5 semanas
Salud conductual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atención de rutina dentro de los 10 días de realizada la solicitud</li> <li>• Caso de emergencia sin riesgo de vida dentro de las 6 horas de realizada la solicitud</li> <li>• Atención urgente dentro de las 48 horas de realizada la solicitud</li> </ul>
Especialista	Dentro de las 6 semanas después de la solicitud
Atención especializada aguda	Dentro de los 5 días después de la solicitud

Llame a Servicios para Miembros al (888) 898-7969, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. (TTY: 711) si tiene problemas para programar o no puede obtener una cita en el marco de tiempo correspondiente. Si hay una emergencia, vaya a la sala de emergencias.

## Sala de emergencias versus atención de urgencia

¿Sabía usted hay otros lugares a donde ir para recibir tratamiento además de la Sala de Emergencia (ER) cuando su necesidad médica no es potencialmente mortal?

¿Qué son la atención médica urgente y las clínicas después de horas? Los centros de atención médica urgente y las clínicas que están abiertas después las horas hábiles tratan problemas médicos que no pueden esperar por su próxima cita con su médico, pero que tampoco ponen en peligro su vida.

**MolinaHealthcare.com**

Las ventajas de los centros de atención médica urgente y de las clínicas que están abiertas después las horas hábiles son:

- Tiempos de espera más cortos
- Usted puede ser visto sin programar una cita
- Muchos de esos centros y clínicas están abiertos por las noches y durante los fines de semana
- Los pacientes recibirán atención médica del mismo personal que les atiende en la sala de emergencias y en las clínicas de atención médica primaria

Que si no puede consultar a su medico puede ir a un centro de atención médica urgente o a una clínica que está abierta después de las horas hábiles si sufre lo que se enumera a continuación o si necesita alguno de estos tratamientos:

- Un tobillo torcido o distendido
- Tos, resfrío o dolor de garganta
- Salpullido ligero en la piel
- Dolor de oído
- Cortaduras, chichones y distensiones
- Síntomas de fiebre o de gripe
- Tratamiento general para las llagas
- Mordidas de animales
- Infección del tracto de urinario
- Fiebre
- Asma ligera
- Análisis para detectar la gripe

Usted debe ir a la sala de emergencias si de repente sufre una lesión o enfermedad, como por ejemplo:

- Envenenamientos (el número de la línea telefónica gratis del centro para el control de los envenenamientos es el (800) 764-7661, Línea telefónica TTY: 711)
- Una hemorragia severa
- Una quemadura severa
- Falta de respiración severa (dificultad en la respiración)
- Sobredosis de drogas
- Heridas de bala
- Dolores en el pecho
- Fractura de huesos

Acuérdese de...

- Su médico
- Los centros de atención médica urgente/ las clínicas que están abiertas después de las horas hábiles
- Sala de Emergencia

Si a usted le parece que tiene una emergencia que pone en peligro su vida, llame al 911.

Para comunicarse con el personal de un centro de atención médica urgente o de las clínicas que están abiertas después las horas hábiles, sírvase Llamar a la Línea Telefónica de Consejos del Personal de Enfermería de Molina Healthcare of Michigan que está a su disposición las 24 horas del día a (866) 648-3537, TTY: 711.

QM060 MDHHS Approved 08/23/18

**MolinaHealthcare.com**



300 11th Ave E  
Sartell, MN 56377



## ¿Tiene preguntas acerca de su salud?

¡Llame a nuestra Línea de  
Consejos de Enfermeras las  
24 horas al día!

Inglés y otros idiomas:  
(888) 275-8750  
Español: (866) 648-3537

¡Su salud es nuestra prioridad!

Los usuarios de TTY deben marcar al 711.

[MolinaHealthcare.com](http://MolinaHealthcare.com)



Estás en familia.

QM060 MDHHS Approved 08/23/18

12825811M0818