



PO Box 298  
Monroe, WI 53566-0298

# Primavera 2024 Boletín para los Miembros de Michigan



**MolinaHealthcare.com**  
32327NLTMPMIES | 240311

# Tabla de contenidos

Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad.....	3
El acceso a la telesalud ya está disponible con la mayoría de los médicos .....	5
Encuentre un médico al alcance de su mano .....	5
Las comidas sanas dan más energía .....	6
¿Tiene preguntas sobre su salud? .....	7
Fraude, Derroche y Abuso en la Atención Médica .....	8



# Guía sobre cómo obtener atención médica de calidad

## Conozca los programas y servicios ofrecidos por Molina hoy mismo.

Molina Healthcare of Michigan tiene excelentes programas y servicios para ayudarlo a obtener la atención que necesita para que pueda estar lo más saludable posible. Para conocer todo sobre los programas y servicios que ofrecemos, consulte nuestra **Guía para obtener atención médica de calidad (la Guía)**. Para consultar o imprimir una copia en línea, visite [MolinaMarketplace.com](http://MolinaMarketplace.com).

La Guía le ayuda a obtener información sobre los programas y los servicios que se ofrecen. Puede obtener más información acerca de los siguientes servicios:

### Programa de Mejoramiento de Calidad

- Molina Marketplace utiliza encuestas y herramientas para evaluar todos los servicios y la atención que usted recibe cada año.
- Recopilamos información sobre los servicios tales como vacunas, exámenes de bienestar y cuidado de la diabetes para mejorar nuestros servicios.
- Le ayudamos a usted y a su familia a cuidarse mejor:
  - Nos comunicamos por correo postal o por teléfono para recordarle que se someta a los exámenes de bienestar y se vacune.
  - Le entregamos información acerca de servicios especiales.
  - Le ayudamos a aprender sobre cualquier problema de salud actual.

### Administración de la Salud de la Población

- Molina Marketplace cuenta con servicios para mantenerle saludable y cuidar cualquier enfermedad que pueda padecer.
- Contamos con programas de administración de cuidados, transición de atención médica, embarazo y más.

Los programas se encargan de los siguientes aspectos:

- Brindarle información sobre cómo obtener ayuda adicional.
- Proporcionarle consejos para mantenerse saludable.
- Ayudarle a encontrar y obtener los servicios.
- Ayudarlo(a) a coordinar la transición de un entorno a otro.
- Conectarle con los recursos comunitarios si actualmente tiene una afección de salud.
- Brindarle información sobre cómo inscribirse en estos programas o cancelar la inscripción.

**En esta Guía, se proporciona información detallada acerca de cómo realizamos las siguientes tareas:**

**1. Le brindamos protección. Nosotros:**

- a. Protegemos su privacidad manteniendo privada su información de salud protegida (PHI). La PHI incluye su nombre, dirección, número de teléfono, raza, etnia, necesidades sociales, riesgos sociales, orientación sexual, identidad de género u otros elementos que lo identifican.
- b. Usamos y compartimos su información solo para proporcionar beneficios, realizar tratamientos, pagos y funciones de atención médica.
- c. Trabajamos con doctores dentro de la red para asegurarnos de que obtenga una atención médica segura.
- d. Revisamos los nuevos avances para asegurarnos de que se haya demostrado que los nuevos servicios son seguros.
- e. Brindamos información sobre los pasos que debe seguir para presentar una queja (reclamo) si tiene problemas con su atención médica o con nuestro servicio.

**2. Tomamos decisiones acerca de su atención médica. Nosotros:**

- a. Buscamos nuevos servicios para ofrecer como parte de los beneficios que cubrimos.
- b. Le brindamos información sobre sus derechos y responsabilidades como miembro.

**3. Le ayudamos con las acciones relacionadas con la atención médica. Nosotros:**

- a. Le guiamos en el proceso para recibir atención médica después del horario de atención o durante una emergencia.
- b. Le ayudamos a encontrar respuestas a sus preguntas sobre los beneficios de los medicamentos.
- c. Le proporcionamos información detallada acerca de los servicios para la salud mental, la salud conductual y el consumo de sustancias.
- d. Le brindamos consejos acerca de cómo conseguir una segunda opinión de otro doctor.
- e. Le mostramos cómo obtener atención médica fuera de la red de Molina Marketplace.
- f. Proporcionamos información con respecto a los pasos que debe seguir para apelar un servicio denegado o presentar un reclamo cuando este no se pague.
- g. Le indicamos cómo obtener información acerca de los doctores de la red en el Directorio de Proveedores en Línea.
- h. Le ayudamos a aprender cómo se completa una directiva anticipada para la toma de decisiones sobre la atención médica cuando no pueda tomarlas por sí mismo.

**4. Satisfacemos sus necesidades de comunicación. Nosotros:**

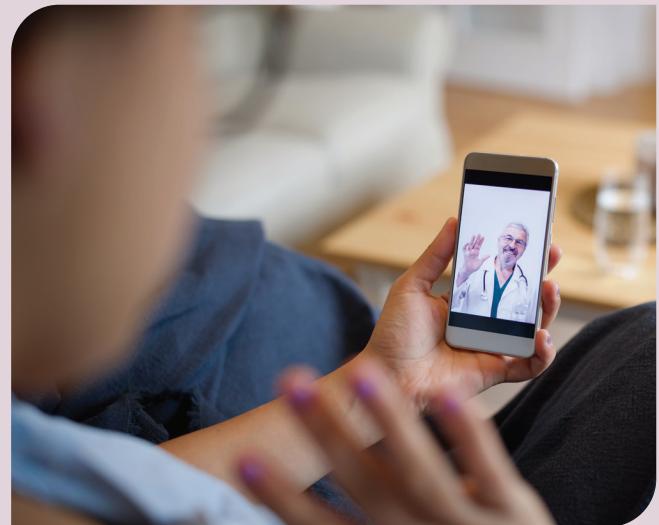
- a. Ofrecemos servicios TTY/TDD en caso de que necesite ayuda con la audición o el habla.
- b. Ofrecemos servicios de traducción lingüística si los necesita.
- c. Le brindamos información sobre cómo utilizar herramientas en línea, como el portal para miembros.



Puede imprimir la Guía y cualquier otra información que necesite desde nuestro sitio web. Para obtener la Guía en su idioma de preferencia o en un formato accesible, llame al Departamento de Servicios para Miembros al (888) 560-4087 (TTY/TDD: 711). Puede llamar de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 6:00 p. m., hora local. También puede solicitar que le enviemos una copia de los materiales por correo postal.

# El acceso a la telesalud ya está disponible con la mayoría de los médicos

Ahora puede contactar virtualmente a su médico gracias a la telesalud.



Son muchas las ventajas de la telesalud:

- Asistencia sanitaria en cualquier lugar
- Asistencia y diagnósticos más rápidos
- Reduce la exposición a otras enfermedades

Hable con su proveedor para conocer sus opciones de visita virtual y cómo programar una visita de telesalud.

## Encuentre un médico al alcance de su mano

Utilice nuestro Directorio de proveedores en línea para encontrar un proveedor de atención primaria (PCP) de forma rápida y al alcance de su mano. También puede localizar un hospital, una farmacia o un médico especialista para los planes de Medicaid, Marketplace o Medicare.

¡Es fácil! Para encontrar un médico cerca de su casa, utilice nuestro directorio en línea "Buscar un médico o una farmacia" en [MolinaProviderDirectory.com/MI](http://MolinaProviderDirectory.com/MI). Cuando visite nuestro sitio:

1. Seleccione su plan/programa
2. Seleccione su ciudad y estado
3. Utilice la barra de búsqueda para localizar médicos, farmacias, hospitales y mucho más



# Las comidas sanas dan más energía

## Pastas griegas al horno

### Ingredientes

3-1/3 tazas de pasta integral en espiral o pasta penne sin cocer

4 tazas de pechuga de pollo cocida cortada en dados

1 lata (29 onzas) de salsa de tomate

1 lata (14-1/2 onzas) de tomates cortados en dados sin sal añadida, escurridos

1 paquete (10 onzas) de espinacas picadas congeladas, descongeladas y escurridas

2 latas de (2-1/4 onzas cada una) de aceitunas maduras en rodajas, escurridas

1/4 taza de cebolla roja cortada en rodajas finas

1/4 taza de pimiento verde picado

1 cucharadita de albahaca seca

1 cucharadita de orégano seco.

1 taza de queso mozzarella rallado

1/2 taza de queso feta desmenuzado

Opcional: Orégano fresco picado o albahaca fresca

### Instrucciones

1. Precalentar el horno a 400°. Cocer la pasta según las instrucciones del paquete; escurrirla. En un tazón grande, mezcle la pasta, el pollo, la salsa de tomate, los tomates, las espinacas, las aceitunas, la cebolla, el pimiento verde, la albahaca y el orégano.
2. Pasar a una fuente de horno de 13x9 pulgadas untada con aceite en aerosol. Espolvorear con los quesos. Hornee, sin tapar, hasta que esté bien caliente y el queso se haya derretido, unos 25 minutos. Si se desea, adornar con orégano o albahaca.



# ¿Tiene preguntas sobre su salud?

## ¡Descargue la aplicación móvil Mi Molina hoy mismo!

Acceda a su plan de salud con su smartphone. Con la aplicación móvil, podrá ver fácilmente su tarjeta de identificación, imprimirla o enviársela a su médico. Busque nuevos médicos, cambie de proveedor de atención primaria (PCP) y mucho más. En cualquier momento y lugar.

Descargue hoy mismo la aplicación My Molina Mobile desde la App Store de Apple o la Play Store de Google.

Otras Funciones:

- Consulte los beneficios de un vistazo.
- Verifique su elegibilidad.
- Comuníquese con su administrador de atención.
- Busque una farmacia cerca de usted.
- Busque un centro de cuidado urgente cerca de usted.
- Consulte su historia clínica.
- Llame a nuestro equipo del Departamento de Servicios para Miembros.
- Hable con un miembro del personal de enfermería a través de nuestra Línea de Consejos de Enfermería, disponible las 24 horas.
- Reciba notificaciones importantes



### ¡Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas!

Los problemas de salud pueden ocurrir en cualquier momento, incluso en las noches y los fines de semana. Como miembro de Molina, usted puede hablar con un profesional de enfermería de inmediato. Nuestra Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas es un servicio cubierto que está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Hable con un profesional de enfermería en los siguientes casos:

- Cuando tenga una pregunta médica en cualquier momento del día o de la noche.
- Cuando tenga una duda después de la consulta con su doctor.
- Cuando se sienta enfermo(a) y no esté seguro(a) de qué hacer.
- Cuando se sienta enfermo(a) o sufra una lesión y no sepa a dónde acudir para recibir atención.



**Mantenga estos números de teléfono a mano**

**English: (888) 275-8750**

**Español: (866) 648-3537**

**TDD/TTY: 711**



### Buscador de Ayuda de Molina

Somos parte de su comunidad y nos esforzamos para que esta sea más sana. El

Buscador de Ayuda de Molina es su ventanilla única para encontrar recursos de bajo costo o gratuitos en su comunidad cuando los necesite. Encuentre servicios cerca de usted utilizando nuestra herramienta de búsqueda en línea

**MolinaHelpFinder.com.** Puede buscar ayuda y servicios para cubrir necesidades básicas como:

- |                        |                |
|------------------------|----------------|
| • Comida.              | • Educación    |
| • Vivienda.            | • Trabajo      |
| • Transporte           | • Legal        |
| • Salud                | • Y mucho más. |
| • Capacitación laboral |                |
| • Cuidado de niños     |                |



**Para obtener más información, visite**  
**MolinaHelpFinder.com.**

# Fraude, Derroche y Abuso en la Atención Médica

Molina Healthcare of Michigan se dedica a garantizar que no se produzcan fraudes, derroches ni abusos. Si considera que existe un caso de fraude, derroche o abuso, puede informarlo de forma anónima. Puede comunicarse con Molina de manera anónima de la siguiente manera:



**En línea:** [MolinaHealthcare.alertline.com](http://MolinaHealthcare.alertline.com)

**Correo electrónico:** [MHMCompliance@MolinaHealthcare.com](mailto:MHMCompliance@MolinaHealthcare.com)

**Teléfono:** (866) 606-3889 Fax: (248) 925-1797



**Correo postal:** Molina Healthcare of Michigan  
Attention: Compliance Director  
880 West Long Lake Road  
Troy, MI 48098-4504



**O puede comunicarse**

**En línea:** [michigan.gov/fraud](http://michigan.gov/fraud)

**Teléfono:** (855)-MI-FRAUD (855) 643-7283



**Correo postal:** Michigan Department of Health and Human Services  
(MDHHS) Office of Inspector General  
P.O. Box 30062  
Lansing, MI 48909

**Para obtener más información, visite:**

[molinahealthcare.com/members/mi/en-US/mem/medicaid/overvw/quality/Pages/fraud.aspx](http://molinahealthcare.com/members/mi/en-US/mem/medicaid/overvw/quality/Pages/fraud.aspx)

Molina Healthcare of Michigan (Molina) cumple las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color de piel, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Usted tiene derecho a obtener esta información sin costo adicional en un formato diferente, como audio, sistema Braille o letra grande debido a sus necesidades especiales, o bien a obtener esta información en su idioma.

Usted tiene derecho a obtener esta información sin costo adicional en un formato diferente, como audio, sistema Braille o letra grande debido a sus necesidades especiales, o bien a obtener esta información en su idioma.

**ATENCIÓN:** si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-560-4087 (TTY: 711).