



PO Box 298
Monroe, WI 53566-0298

Molina Healthcare of Michigan

Boletín para miembros de Summer Marketplace 2025



[MolinaMarketplace.com](https://www.MolinaMarketplace.com)

33823NLTMPMIES | 250604

Tabla de contenidos

Guía para obtener atención médica de calidad	3
Estoy enfermo, ¿a dónde debo ir?	5
Infecciones del tracto urinario (UTI), ¿qué debo saber?	6
¡El acceso a la telesalud ya está disponible para la mayoría de los médicos!	7
¡Encuentre un médico con facilidad!	7
Las comidas saludables le aportan más energía	8
¿Tiene preguntas sobre su salud?	9
Fraude, Derroche y Abuso en la Atención Médica	10



Guía para obtener atención médica de calidad

¡Conozca hoy mismo los programas y servicios que ofrece Molina Marketplace!

Molina Healthcare of Michigan tiene excelentes programas y servicios para ayudarle 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)**. Consulte o imprima una copia en línea en 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 realice los exámenes de bienestar y se vacune.
 - Le proporcionamos información sobre 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.
- 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.



Molina es móvil. Escanee el código QR para descargar la aplicación móvil My Molina® para que usted y su familia tengan acceso a la información que necesitan en cualquier momento.

- Proporcionarle consejos para mantenerse saludable.
- Ayudarle a encontrar y obtener los servicios.
- Ayudarle 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:

- 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 le identifican.
- Usamos y compartimos su información solo para proporcionar beneficios, realizar tratamientos, pagos y funciones de atención médica.
- Trabajamos con médicos dentro de la red para asegurarnos de que obtenga una atención médica segura.
- Revisamos los nuevos avances para asegurarnos de que se haya demostrado que los nuevos servicios son seguros.
- 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:

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

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

- Le guiamos en el proceso para recibir atención médica después del horario de atención o durante una emergencia.
- Le ayudamos a encontrar respuestas a sus preguntas sobre los beneficios de los medicamentos.
- Le proporcionamos información detallada acerca de los servicios para la salud mental, la salud conductual y el consumo de sustancias.
- Le brindamos consejos acerca de cómo conseguir una segunda opinión de otro médico.
- Le mostramos cómo obtener atención médica fuera de la red de Molina Marketplace.
- Le brindamos información respecto a los pasos que debe seguir para apelar un servicio denegado o presentar una reclamación cuando este no se pague.
- Le indicamos cómo obtener información acerca de los médicos de la red en el Directorio de proveedores en línea.
- 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:

- Ofrecemos servicios TTY/TDD en caso de que necesite ayuda con la audición o el habla.
- Ofrecemos servicios de traducción lingüística si los necesita.
- 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.

Estoy enfermo, ¿a dónde debo ir?

Saber adónde acudir puede ser una decisión difícil cuando usted o su ser querido tiene un problema de salud o se siente enfermo. Utilice la guía a continuación para decidir cuál es la mejor manera de buscar atención médica.

Proveedor de atención primaria (PCP)

Llame a su PCP cuando tenga un problema de salud menor que necesite atención médica:

- Resfriado o tos
- Gripe
- Chequeos médicos regulares
- Dolor de oído
- Dolor de garganta
- Medicamentos o resurtidos
- Diarrea

Atención médica de urgencia o salud virtual

Los centros de atención de urgencias y Teladoc son excelentes opciones si necesita atención médica fuera del horario de atención. Cuando no es una emergencia pero necesita atención inmediata:

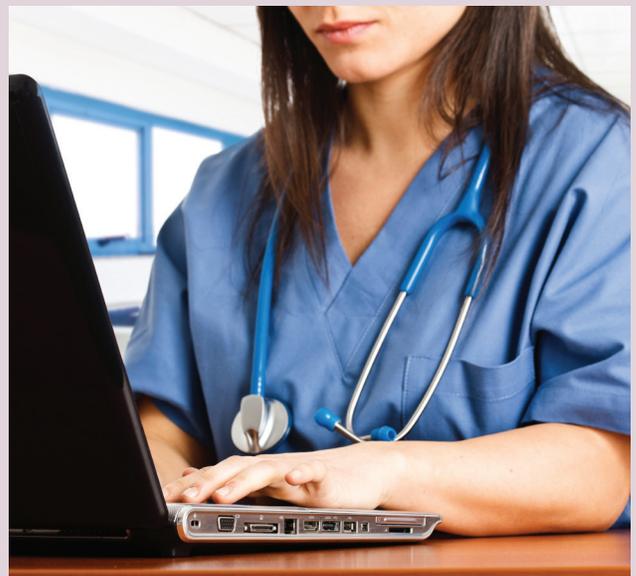
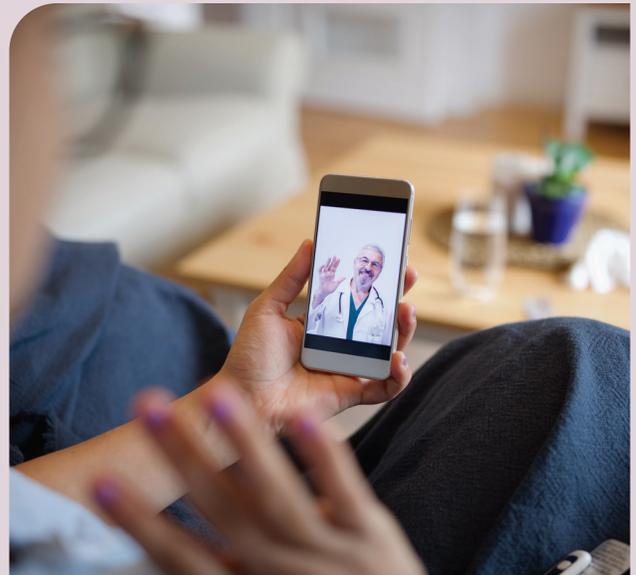
- Síntomas severos de resfriado o gripe
- Dolor de oído
- Dolor de garganta
- Gastroenteritis vírica
- Herida que necesita puntos
- Esguince, torcedura o hematoma profundo

Sala de emergencias (ER)

Llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana cuando crea que su vida o su salud están en peligro:

- Hemorragia muy grave
- Dolor o presión en el pecho
- Lesión o trauma en la cabeza
- Dolor de estómago muy fuerte
- Mareos repentinos o dificultad para ver

Para encontrar un Centro de atención de urgencia o una sala de emergencias más cercana, visite MolinaProviderDirectory.com/MI.



Infecciones del tracto urinario (UTI), ¿qué debo saber?

Las infecciones del tracto urinario (UTI) son una de las infecciones más conocidas y comunes. Asegúrese de conocer los síntomas a tener en cuenta y qué hacer si siente que tiene una UTI.

¿Qué es una UTI?

Una infección del tracto urinario (UTI) es una infección bacteriana que puede ocurrir en la vejiga, los riñones, los uréteres o la uretra.

Síntomas de una UTI

- Dolor o ardor al orinar
- Orinar con frecuencia
- Orina turbia o con sangre
- Dolor abdominal o de espalda
- Fiebre

Si experimenta uno o más de estos síntomas, consulte a su médico de atención primaria (PCP) o visite el centro de atención de urgencias más cercano.

Aumento de los factores de riesgo para el desarrollo de UTI

- Ser mujer
- Embarazo
- Diabetes
- Edad avanzada
- Cálculos renales

Tratamiento

- Tome todos los medicamentos según las indicaciones de su médico, incluso si se siente mejor
- Beba mucha agua

Opciones preventivas

- Beber muchos líquidos
- Orinar con frecuencia y cuando se presenta la necesidad
- Lavarse las manos con regularidad
- Utilizar toallas y ropa interior limpias

Para obtener más información sobre las infecciones urinarias, hable con su médico.



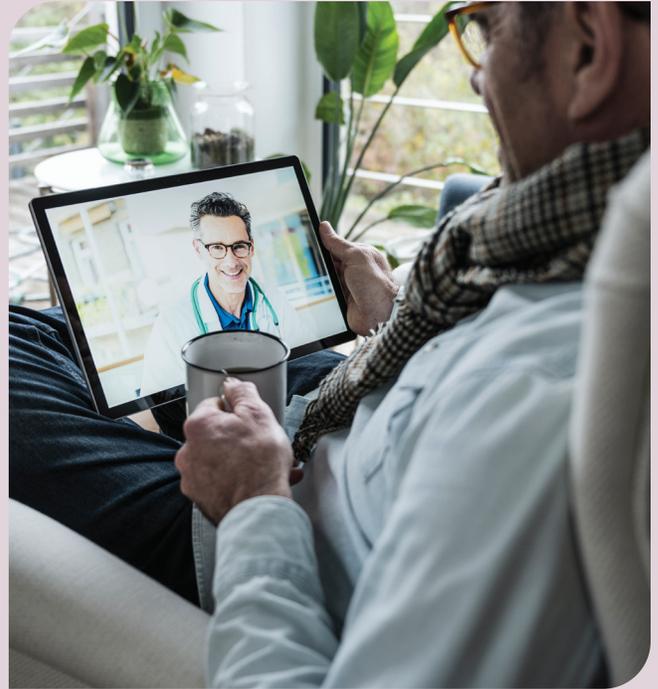
¡El acceso a la telesalud ya está disponible para la mayoría de los médicos!

Es posible que ahora pueda comunicarse con su médico virtualmente con telesalud.

El uso de la telesalud tiene muchos beneficios, como:

- Proporciona atención médica en cualquier lugar
- Proporciona apoyo 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.



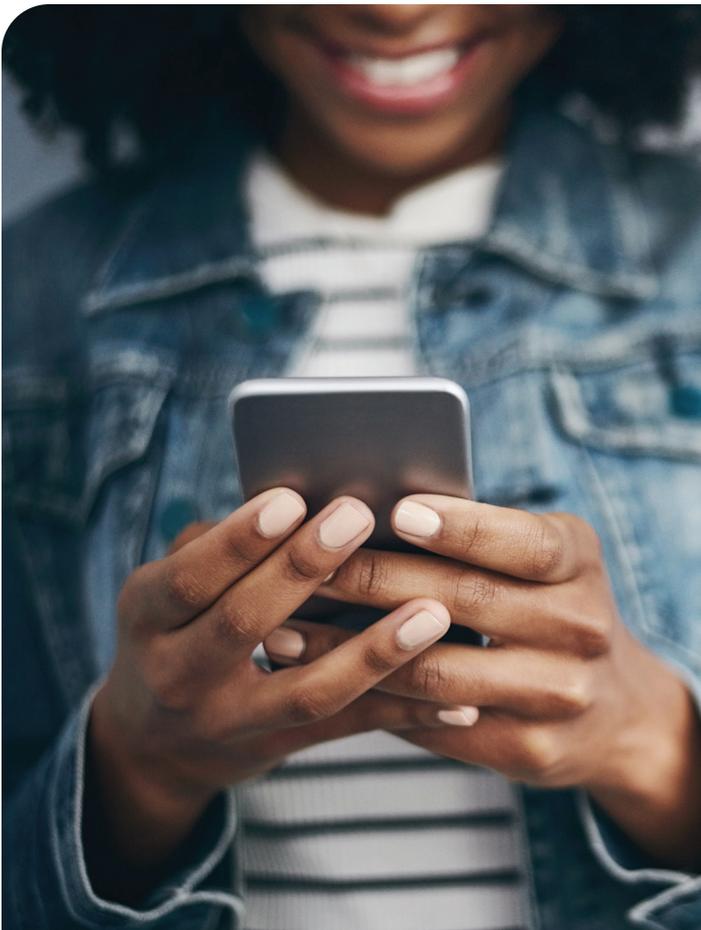
¡Encuentre un médico con facilidad!

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

¡Es fácil! Para encontrar un médico cerca de su hogar utilice nuestro directorio en línea "Find a Doctor or Pharmacy" (Buscar un médico o una farmacia) en [MolinaProviderDirectory.com/MI](https://www.molina.com/provider-directory).

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 más!



Las comidas saludables le aportan más energía

Chuletas de cerdo al sartén con manzanas y cebolla

Tiempo de preparación: 10 min

Tiempo de cocción: 10 min

Ingredientes

- 4 chuletas de lomo de cerdo deshuesadas (6 onzas cada una)
- 3 manzanas medianas, cortadas en rodajas
- 1 cebolla grande, cortada en rodajas finas
- 1/4 taza de agua
- 1/3 de taza de vinagreta balsámica
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/4 de cucharadita de pimienta

Instrucciones

1. Coloque una sartén antiadherente grande a fuego medio; dore las chuletas de cerdo de ambos lados, aproximadamente 4 minutos. Retire de la sartén.
2. En la misma sartén, mezcle manzanas, cebolla y agua. Coloque las chuletas de cerdo sobre la mezcla de manzanas; rocíe las chuletas con vinagreta. Añada sal y pimienta. Reduzca el calor; cocine a fuego lento, tapado, hasta que un termómetro insertado en las chuletas marque 145°, de 3 a 5 minutos.



¿Tiene preguntas sobre su salud?

¡Descargue la aplicación móvil Mi Molina ahora mismo!

Obtenga un plan de salud con su teléfono inteligente. Con la aplicación móvil, podrá ver fácilmente su tarjeta de identificación, imprimirla o enviarla por correo electrónico 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 móvil My Molina desde la App Store de Apple o la Play Store de Google.

Otras Funciones:

- Consulte los beneficios con tan solo un vistazo.
- Verifique su elegibilidad.
- Comuníquese con su administrador de atención.
- Busque una farmacia cercana a su domicilio.
- Busque un centro de atención de urgencia cercano a su domicilio.
- 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 médico.
- 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
Spanish: (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 y gratuitos en su comunidad cuando los necesite. Busque servicios cerca de usted usando nuestra herramienta en línea en MolinaHelpFinder.com. Puede buscar ayuda y servicios para cubrir necesidades básicas como:

- Comida
- Vivienda
- Transporte
- Salud
- Capacitación laboral
- Cuidado de niños
- Educación
- Trabajo
- Ayuda legal
- Y mucho más



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 y abuso, puede informarlo de forma anónima. Puede comunicarse con Molina de manera anónima de la siguiente manera:



En línea: MolinaHealthcare.alertline.com

Correo electrónico: MHMCompliance@MolinaHealthcare.com

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



Por correo postal: Molina Healthcare of Michigan
Attention: Compliance Director
1201 Woodward Avenue, Suite 900
Detroit, MI 48226



O puede comunicarse en línea: michigan.gov/fraud

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



Por 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