

live WELL

UNA PUBLICACIÓN PARA  
MIEMBROS DE LA TERCERA EDAD  
Y MIEMBROS CON NECESIDADES  
ESPECIALES DE L.A. CARE



L.A. Care  
Medicare Plus<sup>SM</sup>  
(HMO D-SNP)



¡Desterremos los  
mitos sobre la gripe!

## Mes Nacional de CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA VACUNACIÓN DE 2024

El Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación (*National Immunization Awareness Month, NIAM*) destaca la importancia de mantenerse al día con las vacunas de rutina para personas de todas las edades.

No espere hasta enfermarse para ir al médico. Realizar una visita cuando se encuentre bien permitirá que el médico se concentre en usted en lugar de su enfermedad.

Como sea que desee llamarlas —inmunizaciones, vacunas o inyecciones— todos las necesitamos en algún momento de nuestras vidas.



Agosto es el Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación (NIAM) y sirve como un recordatorio perfecto para ponerse al día con sus vacunas y las de sus hijos antes del inicio del año escolar.

Las vacunas contra la gripe son fundamentales para mantenerse saludable y proteger a quienes le rodean.

- Para casi todas las personas mayores de seis meses, es una buena idea vacunarse contra la gripe todos los años.
- La mejor época para vacunarse es antes de la temporada de gripe, en agosto o septiembre.
- Las vacunas contra la gripe son especialmente importantes para los adultos mayores y las personas con problemas de salud a largo plazo.
- Los adultos mayores también deberían vacunarse contra la neumonía y la COVID.

Para obtener más información sobre las vacunas y calendarios fáciles de leer para todas las edades, visite [www.cdc.gov/vaccines/schedules/index.html](http://www.cdc.gov/vaccines/schedules/index.html).

Comuníquese con su médico hoy mismo para hablar sobre las vacunas de rutina durante el Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación (NIAM) y durante todo el año.



## Protéjase contra el **SARAMPIÓN**

### ¡Los casos de sarampión están aumentando!

Los viajes internacionales son un factor que contribuye al aumento de los casos de sarampión, particularmente en los Estados Unidos. Los viajeros no vacunados pueden contraer el sarampión, traer el virus y así poner en riesgo a las personas que no están vacunadas, mayormente a los niños.

#### Los síntomas de sarampión incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Goteo nasal
- Ojos enrojecidos
- Erupción

#### Las personas con más probabilidades de tener complicaciones graves a causa del sarampión son:

- Niños menores de **5 años**
- Mujeres **embarazadas**
- Personas con sistemas **inmunitarios debilitados**

#### La vacuna incluye dos dosis y brinda protección para toda la vida:

- La primera dosis se aplica entre los **12 y 15** meses
- La segunda dosis se aplica entre los **4 y 6** años



Hable con su médico hoy mismo para obtener más información sobre la vacuna MMR y asegúrese de contar con la mejor protección para usted y sus hijos.



Si es adulto y no recibió las dos dosis de la vacuna MMR, hable con su médico para vacunarse antes de realizar un viaje internacional.

La vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (Measles, Mumps, Rubella, MMR) es la mejor manera de prevenir el sarampión.



# ¿QUÉ ES LA INTERVENCIÓN TEMPRANA?

Los niños alcanzan determinados hitos del desarrollo a una cierta edad a través de la forma en que juegan, aprenden, hablan, actúan y se mueven.



Estos servicios y referencias pueden evaluar y examinar a su hijo para brindarle los servicios de intervención temprana apropiados.

Los hitos del desarrollo son habilidades tales como:



Dar el primer paso



Sonreír por primera vez



Saludar con la mano

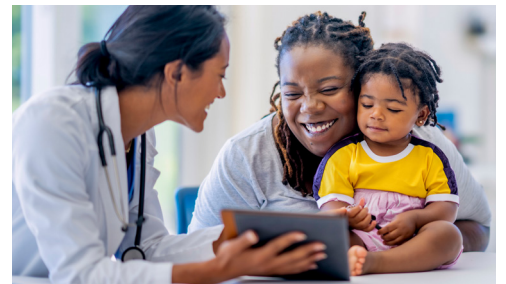
Si su hijo no está alcanzando los hitos del desarrollo, hable con el médico de su hijo hoy mismo, comparta sus inquietudes y consúltelo sobre las evaluaciones del desarrollo.

Es posible que su hijo sea elegible para los servicios y las referencias de California's Early Start de California.

Los servicios y las referencias de Early Start de California ofrecen:

- Equipos de coordinadores de servicios
- Proveedores de atención médica
- Especialistas en intervención temprana
- Terapeutas

Para obtener más información sobre los servicios y las referencias de California's Early Start llame al **800.515.BABY (800.515.2229)**.



La intervención temprana ayuda a los bebés y los niños pequeños a alcanzar los hitos del desarrollo.

Si necesita asistencia para programar la próxima visita preventiva de su hijo, llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care Health Plan al **888.839.9909**. Nuestros representantes están listos para ayudarle.



# Community Resource Center

## Venga a nuestra Orientación PARA MIEMBROS

y reciba una tarjeta de recompensas saludables de **\$10**

¡Acompáñenos en un Centro Comunitario de Recursos (Community Resource Center, CRC) que le quede cerca para saber cómo obtener más beneficios, servicios y atención médica sin ningún costo para usted!

Use su beneficio de Papa para obtener transporte de ida y vuelta al evento.

Consulte a continuación el calendario de agosto, ¡y asegúrese de no perderse esta gran oportunidad!



Aviso legal sobre la tarjeta de recompensas: Los miembros de L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) que asistan a la Orientación para miembros de L.A. Care de 2024 son elegibles para recibir una (1) tarjeta de recompensas saludables, con un límite de una por año.

### Orientación para miembros de AGOSTO en persona

Fecha	Hora	Idioma	CRC	Dirección
Miércoles, <b>21 de agosto de 2024</b>	1:30pm - 2:30pm	Inglés	Lynwood	3200 East Imperial Hwy. Lynwood, CA 90262
Miércoles, <b>28 de agosto de 2024</b>	1:30pm - 2:30pm	Español	Lynwood	3200 East Imperial Hwy. Lynwood, CA 90262
Lunes, <b>26 de agosto de 2024</b>	3pm - 4pm	Inglés	Long Beach	5599 Atlantic Ave. Long Beach, CA 90805
Miércoles, <b>28 de agosto de 2024</b>	1pm - 2pm	Español	Long Beach	5599 Atlantic Ave. Long Beach, CA 90805

¡Esperamos verlo allí!

# Una sonrisa saludable nunca envejece:

## CUBRE SU PRÓXIMA CITA DENTAL



Las visitas dentales regulares son esenciales para prevenir problemas de salud en la boca. Los dentistas pueden detectar problemas que usted quizás ni siquiera note.

Estas visitas son cruciales para identificar temprano la presencia de gingivitis, caries, enfermedad de las encías y otras condiciones.

Esto ayuda a prevenir complicaciones más graves en el futuro, como dolor, infecciones y pérdida de los dientes.

Estas visitas dentales están cubiertas para los miembros de Medi-Cal.

Para buscar un dentista que acepte pacientes nuevos, puede visitar [SmileCalifornia.org](https://www.smilecalifornia.org) o llamar al Centro de Servicio Telefónico (Telephone Service Center, TSC) de Medi-Cal Dental al **1.800.322.6384**.

Obtenga más información sobre los servicios dentales cubiertos por Medi-Cal en [SmileCalifornia.org/Seniors](https://www.smilecalifornia.org/Seniors).

### Para mantener sus dientes saludables, tenga en cuenta estos consejos:

- Cepílese los dientes al menos dos veces al día usando un dentífrico con flúor.
- Pásese hilo dental a diario.
- Reduzca los bocadillos y las bebidas con azúcar para prevenir las caries. to prevent cavities.
- Limite el consumo de alcohol y evite todos los productos con tabaco para prevenir las manchas en los dientes, el mal aliento y el cáncer.

Aproveche sus beneficios dentales de Medi-Cal y visite a su dentista al menos una vez al año.



**¡Recuerde que estar al día con sus visitas dentales regulares es esencial para mantener los dientes sanos y asegurarse de tener una sonrisa saludable todo el verano y durante el año!**



### ¿Su sonrisa necesita un viaje al dentista?

Para obtener transporte para ir a su próxima cita dental, visite [SmileCalifornia.org/Transportation](https://www.smilecalifornia.org/Transportation) o llame al TSC al **1.800.322.6384**.





Recordatorio importante para que revise



## SU COBERTURA DE MEDI-CAL ANUALMENTE

Como miembro de L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP), es importante que renueve su cobertura de Medi-Cal todos los años para evitar interrupciones en la cobertura y seguir siendo miembro de L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP).

Si recibe un formulario de renovación, debe completarlo y enviar la información adicional solicitada.

Complete su renovación antes de la fecha límite impresa en el formulario; de lo contrario, perderá su cobertura de Medi-Cal.

La manera más sencilla de completar su formulario de renovación es en línea a través de **BenefitsCal.com**. Si no tiene una cuenta, puede proporcionar la información de su renovación por correo, en su oficina local del DPSS o llamando al **1.866.613.3777 (TTY) 1.800.660.4026**.

Si necesita ayuda, solo tiene que llamarnos y estaremos a su disposición para ayudarle.

Llámenos al **1.833.LAC-DSNP (1.833.522.3767)**.

Si desea reunirse con un asistente especializado en uno de nuestros Centros Comunitarios de Recursos de L.A. Care y Blue Shield Promise para que le ayude a completar su solicitud o responda sus preguntas, llame para coordinar una cita en uno de nuestros Centros Comunitarios de Recursos detallados a continuación.



INFORMACIÓN DE RENOVACIÓN PARA MEDI-CAL



Infórmeles que necesita ayuda para completar su renovación anual de Medi-Cal.



**SEDES DE LOS CENTROS  
COMUNITARIOS DE RECURSOS**  
[communityresourcecenterla.org](http://communityresourcecenterla.org)

CRC	Dirección	Numero Telefonico
1 East L.A.	4801 Whittier Blvd. Los Angeles, CA 90022	213.438.5570
2 El Monte	3570 Santa Anita Ave. El Monte, CA 91731	213.428.1495
3 Inglewood	2864 W. Imperial Hwy. Inglewood, CA 90303	310.330.3130
4 Long Beach	5599 Atlantic Ave. Long Beach, CA 90805	562.256.9810
5 Lynwood	3200 East Imperial Hwy. Lynwood, CA 90262	310.661.3000
6 Metro L.A.	1233 S. Western Ave. Los Angeles, CA 90006	213.428.1457
7 Norwalk	11721 Rosecrans Ave. Norwalk, CA 90650	562.651.6060
8 Palmdale	2072 E. Palmdale Blvd. Palmdale, CA 93550	213.438.5580
9 Panorama City	7868 Van Nuys Blvd., Panorama City, CA 91402	213.438.5497
10 Pomona	696 W. Holt Ave. Pomona, CA 91768	909.620.1661
11 West L.A.	11173 W. Pico Blvd. Los Angeles, CA 90064	310.231.3854
12 Wilmington	911 North Avalon Blvd. Wilmington, CA 90744	213.428.1490



**Apertura 2024**

13 Lincoln Heights 14 South L.A.





Ahora puede surtir un suministro para hasta 100 días de sus medicamentos crónicos, sin necesidad de ir tan seguido a la farmacia.



## Indicaciones del médico ¡TOME SUS MEDICAMENTOS!

Su copago, si lo hubiere, seguirá siendo el mismo que por el suministro para 30 días. Pídale a su médico que le recete suministros para 100 días.

Aquí le brindamos unos consejos útiles:

- ❖ ¿Le gustaría recibir sus medicamentos a domicilio? Llame a nuestro servicio gratuito de pedido por correo, **Quality Drug Clinical Care Pharmacy** al **949.471.0223** y diga que es miembro de L.A. Care.
- ❖ Tome sus medicamentos a la misma hora todos los días, preferentemente con una rutina diaria, y use un pastillero.
- ❖ Use un calendario o un recordatorio, y anote cada vez que tome una dosis.
- ❖ Tenga siempre una cantidad suficiente de sus medicamentos para no quedarse sin su medicación.

L.A. Care se asocia con Navitus Clinical Engagement Center para ofrecer el programa de Gestión de Terapias con Medicamentos (*Medication Therapy Management, MTM*) y tiene expertos en medicamentos para responder sus preguntas. Para saber si califica, llame al **1.213.584.2028**.

Para obtener más información, puede llamar al **1.833.522.3767 (TTY: 711)** o visitar [medicare.lacare.org/members/part-d-prescription-drugs](https://www.medicare.lacare.org/members/part-d-prescription-drugs).

L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) es un plan de salud que tiene contratos con Medicare y Medi-Cal para brindar los beneficios de ambos programas a las personas inscritas.





## DIVERSIÓN DE VERANO: EXPLORE NUESTROS Centros Comunitarios de Recursos

Desde Palmdale hasta Long Beach, y desde West L.A. hasta Pomona, nuestros centros ofrecen clases y programas gratuitos para todos, incluidos niños de todas las edades.

Mientras dura el receso escolar, nuestros centros les ofrecen a los niños una variedad de oportunidades para mantenerse físicamente activos y estimular sus mentes.

### Los niños pueden participar en:

- Proyectos de ciencia para aumentar sus conocimientos de matemáticas y química.
- Entrenamientos tipo *boot camp* para canalizar su energía y mantenerse en forma.
- Demostraciones prácticas de cocina saludable para aprender sobre nutrición.
- Sesiones de lectura en nuestras minibibliotecas para perfeccionar sus habilidades de lectura.



Estamos a mediados del verano, ¡pero las actividades de aprendizaje y diversión de los Centros Comunitarios de Recursos de L.A. Care y Blue Shield Promise todavía están que arden!



Nuestros Centros Comunitarios de Recursos están abiertos de **lunes a viernes**, de **9:00 am a 5:00 pm**, para que le resulte fácil visitarnos y explorar todo lo que tenemos para ofrecer.



¡Visite [CommunityResourceCenterLA.org](http://CommunityResourceCenterLA.org) para obtener más información y continuar sus aventuras de verano con nosotros!



Community Resource Center



¡Comience su paso  
para dejar de fumar!



## ¿HA ESTADO PENSANDO EN DEJAR DE FUMAR?

Dejar de fumar no es fácil.  
Lleva tiempo y necesitará un plan.

Con un buen plan y apoyo, sus probabilidades de éxito aumentarán. Ya sea que fume cigarrillos, vapee o mastique tabaco, usted puede dejar el hábito de la siguiente manera:



### Hable

con su médico sobre los medicamentos que pueden ayudarle a dejar el tabaco.



### Participe

en talleres para dejar el tabaco a través de *My Health in Motion*, el sitio de salud y bienestar de L.A. Care



### Llame

a *Kick it California*, que ofrece asesoría telefónica gratuita para las personas que desean dejar el tabaco.

Dejar de fumar puede ser difícil, pero no es necesario que lo haga solo. Con determinación y el apoyo adecuado, puede dejarlo para siempre.



## KICK IT

California

Para obtener más información, comuníquese con

### Kick It California:

Llame al **1.800.300.8086** si desea hablar en inglés.

Llame al **1.800.600.8191** si desea hablar en español.

visita este sitio web  
[kickitca.org](http://kickitca.org)





# Infórmese sobre SU COBERTURA



Cuando se inscriba en L.A. Care por primera vez, y cada año en lo sucesivo, recibirá un paquete de información importante sobre su cobertura de atención médica.

Por favor, léalo y si tiene alguna pregunta, llámenos al **1.855.270.2327 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos.

Puede visitar el sitio web de L.A. Care en [lacare.org](http://lacare.org) para obtener la información que figura a continuación y mucha información más:

## Información básica

- ❖ Qué beneficios y servicios están cubiertos.
- ❖ Qué beneficios y servicios no están cubiertos.
- ❖ Cómo toma decisiones su plan de salud sobre cuándo los nuevos tratamientos se convertirán en beneficios.
- ❖ Qué atención médica puede y no puede recibir cuando se encuentra fuera del condado de Los Ángeles o la red de L.A. Care.
- ❖ Cómo acceder a atención médica cuando está fuera del condado de Los Ángeles.
- ❖ Cómo cambiar de médico de atención primaria (Primary Care Physician, PCP) o recibir atención médica de su PCP.
- ❖ Cómo obtener información sobre los médicos.
- ❖ Cómo obtener una referencia para recibir atención médica especializada, para recibir servicios de atención médica para trastornos de la conducta o para ir al hospital.
- ❖ Qué hacer cuando necesita atención médica de inmediato o el consultorio está cerrado.
- ❖ Qué hacer si tiene una emergencia.
- ❖ Cómo surtir sus recetas, otra información sobre los programas de farmacia y actualizaciones.
- ❖ Copagos y otros cargos.
- ❖ Qué hacer si recibe una factura.
- ❖ Guía para saber lo que debe hacer para que usted y su familia se mantengan saludables.
- ❖ Cómo su plan de salud evalúa la nueva tecnología para decidir si debería ser un beneficio cubierto.
- ❖ Cómo presentar una queja.

## Programas especiales

- ❖ Programas de Mejora de la Calidad, que nos dicen cómo podemos mejorar la calidad de la atención médica, la seguridad y los servicios para nuestros miembros. Estos programas nos permiten medir nuestra evolución para poder alcanzar nuestras metas, brindar servicios de calidad y decidir qué deberíamos cambiar.
- ❖ Programas de Administración de la Atención Médica para los miembros que tienen necesidades médicas continuas.
- ❖ Programas para controlar mejor enfermedades como la diabetes o el asma.

## Infórmese sobre

- cómo se toman las decisiones sobre su atención médica en [lacare.org](http://lacare.org)
- ❖ Cómo los médicos y el personal toman decisiones sobre su atención médica basándose únicamente en sus necesidades y sus beneficios. No alentamos a los médicos a brindar menos atención médica de la que usted necesita, y tampoco se les paga para que denieguen la atención médica.
- ❖ Cómo contactarnos si desea obtener más información sobre cómo se toman las decisiones sobre su atención médica.
- ❖ Cómo apelar una decisión sobre su atención médica, incluida una revisión independiente externa.

## Asuntos de los miembros

- ❖ Sus derechos y responsabilidades como miembro de un plan de salud.
- ❖ Cómo presentar una queja si no está satisfecho.
- ❖ Qué hacer si el plan cancela su membresía.
- ❖ Cómo L.A. Care protege y usa su información médica personal.
- ❖ Cómo obtener ayuda si habla un idioma diferente.



## ¿Necesita servicios DE IDIOMAS?



Comprender su salud es importante. Por eso queremos asegurarnos de que pueda recibir la atención médica en su idioma. Todos estos servicios son gratuitos:

- Puede recibir los documentos de L.A. Care en su idioma.
- Puede pedir un médico que hable en su idioma.
- Puede solicitar los servicios de un intérprete durante sus visitas médicas.

Si desea solicitar un intérprete para una visita médica, llámenos al menos **10-15 días** antes de su cita. Podemos brindarle un intérprete capacitado en cualquier idioma, incluido el lenguaje de señas americano.

Es posible que L.A. Care le pregunte su idioma, raza y origen étnico. Esta información nos sirve para entender lo que necesita y cómo podemos mejorar nuestros servicios.

## ¡Buscamos miembros de L.A. Care QUE DESEEN UNIRSE A UN GRUPO DE COLABORACIÓN COMUNITARIA!



¿Desea ayudar a mejorar la atención médica de su familia?

¿Desea compartir sus ideas sobre cómo L.A. Care puede mejorar los servicios de salud para sus miembros?

Si respondió que sí, ¡L.A. Care quisiera invitarle a unirse a nuestro grupo de colaboración comunitaria (*Community Engagement Group, CEG*)!

Como miembro de un CEG, usted recibirá información sobre los programas de L.A. Care, capacitaciones sobre temas de salud y habilidades que le ayuden a ser un defensor de su comunidad. ¡Lo mejor de todo es que conocerá a otros miembros que desean marcar una diferencia para mejorar la atención médica de más de 2 millones de miembros de L.A. Care en el condado de Los Ángeles!



Si está interesado en formar parte del CEG o tiene preguntas, envíe un correo electrónico a [coeadvisory@lacare.org](mailto:coeadvisory@lacare.org).



Pero no se preocupe, esto no cambiará su cobertura ni sus beneficios de atención médica. También nos aseguramos de que su información privada esté protegida.

Servicios para los Miembros de L.A. Care Health Plan Services  
1.855.270.2327.



# Manténgase informado



Ayuda las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para necesidades de salud que no sean de emergencia

- Para obtener ayuda general: Llame a Servicios para los Miembros al **1.833.522.3767** (TTY: 711).
- Consejos de enfermeros: Llame al **1.800.249.3619** (TTY: 711).
- Telehealth (Teladoc®): Hable con un médico por teléfono o por videollamada al **1.800.835.2362** (TTY: 711).



Atención médica de emergencia o de urgencia

- No se necesitan referencias para recibir atención médica de emergencia o de urgencia.
- Para buscar un centro de atención médica de urgencia, visite [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org) o llame a Servicios para los Miembros.



Proveedores de la red

- Cambie de proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP) en cualquier momento con solo llamar a Servicios para los Miembros o usar el portal para miembros en [members.lacare.org](https://members.lacare.org).
- Su PCP le dará una referencia si usted necesita un especialista.



L.A. Care connect – Su portal para miembros

- Vea su elegibilidad y sus beneficios.
- Solicite, vea o imprima su tarjeta de identificación.
- Cambie de médico o grupo médico.
- Administre sus medicamentos, vea su historial de medicamentos, busque una farmacia y acceda a los beneficios de farmacia.
- Cree su cuenta en el portal para miembros en [members.lacare.org](https://members.lacare.org).



Descubra más

- Obtenga algunas vacunas para adultos en farmacias de la red.
- Visite [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org) para obtener información importante sobre el plan, incluida la lista de medicamentos cubiertos (formulario). Llame a Servicios para los Miembros para obtener una copia impresa.
- Avísenos si recibe una factura por servicios cubiertos; está prohibido por la ley.



Servicios para los Miembros

- ¿Tiene preguntas o necesita ayuda? Llame a Servicios para los Miembros al **1.833.522.3767** (TTY: 711), **disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana**, incluso los días festivos.



¡CUIDE EL MEDIOAMBIENTE Y RECIBA EL BOLETÍN INFORMATIVO LIVE WELL EN FORMA ELECTRÓNICA!



¿Le gustaría recibir el boletín informativo Live Well por correo electrónico?

Suscríbese en nuestro sitio web en [lacare.org/live-well](https://www.lacare.org/live-well) para recibirlo por correo electrónico. Síguenos en Facebook, Instagram, X, LinkedIn and YouTube.



# L.A. CARE

## trabaja para usted

En L.A. Care, informamos, educamos y hacemos participar a nuestros miembros. Queremos empoderarle para que esté bien y feliz con su atención médica.

Llegamos a más de 2 millones de miembros por medio del correo postal, el correo electrónico, el teléfono, los sitios web, los boletines informativos, ¡e incluso a través de su médico!

Permítanos ayudarle con su atención médica cuando la necesite y del modo que la necesite. Llámenos al **1.888.839.9909 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos. También puede visitar nuestro sitio web en [lacare.org](http://lacare.org).



## NÚMEROS de teléfono importantes

### ¿Tiene alguna pregunta sobre sus beneficios?

Vea la información de contacto a continuación para obtener ayuda y respuestas.



#### L.A. Care Health Plan

##### L.A. CARE MEDI-CAL PLAN

1.888.839.9909 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

##### L.A. CARE PASC-SEIU HEALTH PLAN

1.844.854.7272 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

##### L.A. CARE MEDICARE PLUS

1.833.522.3767 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

##### CENTROS COMUNITARIOS DE RECURSOS DE L.A. CARE

Sus centros de salud y bienestar

1.877.287.6290 (TTY 711)

##### L.A. CARE COVERED

1.855.270.2327 (TTY 711)

De lunes a viernes, 9 AM – 5 PM

##### LÍNEA DE AYUDA DE CUMPLIMIENTO DE L.A. CARE

Para denunciar casos de fraude o abuso

1.800.400.4889 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

##### SERVICIOS DE IDIOMAS/ INTERPRETACIÓN DE L.A. CARE

1.888.839.9909 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

##### LÍNEA DE ENFERMERÍA DE L.A. CARE

Para asesoramiento médico en situaciones que no son de emergencia

1.800.249.3619 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

#### Otros

##### SERVICIOS DE TRANSPORTE

Transporte Medi-Ride sin costo al médico

1.888.839.9909 (TTY 711)

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana

##### CARELON BEHAVIORAL HEALTH

Atención para la salud conductual

1.877.344.2858 (TTY 1.800.735.2929)

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

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana

##### TELADOC®

1.800.835.2362 (TTY 711)

Hable con un médico si necesita atención médica de urgencia

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos

**EN CASO DE EMERGENCIA,  
LLAME AL: 911**







live WELL

UNA PUBLICACIÓN PARA MIEMBROS DE LA TERCERA EDAD Y MIEMBROS CON NECESIDADES ESPECIALES DE L.A. CARE

EN ESTE VOLUMEN

Mes nacional de concientización sobre la vacunación... 1
¡Protéjase contra el sarampión!... 2
Venga a nuestra orientación... 4
Recordatorio para Medi-Cal... 6
Indicaciones del médico... 8
Infórmese sobre su cobertura... 11
Manténgase informado... 13
Números de teléfono importantes... 14

medicare.lacare.org

JULIO 2024

PRSR STD U.S. POSTAGE PAID LOS ANGELES, CA PERMIT NO. 3244

Información sobre la salud, el bienestar o la prevención de enfermedades

Medicamentos recetados incluidos EN EL SITIO WEB DE L.A. CARE

Para obtener más información sobre la lista de medicamentos cubiertos de L.A. Care denominada Formulario, y las actualizaciones mensuales, visite la sección "Formulary Updates" (Actualizaciones del Formulario) en el sitio web:

lacare.org/members/getting-care/pharmacy-services

También encontrará información sobre los límites o topes, los medicamentos genéricos y de marca, las restricciones a la cobertura de medicamentos, el proceso para solicitar medicamentos, las preferencias de medicamentos y los procedimientos para usar el Formulario.



La Línea de Enfermería PUEDE AYUDARLE



¿Tiene alguna pregunta sobre su salud? ¿Necesita asesoramiento médico rápido? La Línea de Enfermería está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Los miembros pueden acceder a un enfermero titulado consejero de salud (Registered Nurse Health Coach, RN/HC) en directo para recibir apoyo con el control de síntomas y condiciones, información de salud general, orientación para encontrar recursos y mucho más. Estos RN/HC también pueden orientar a los miembros hacia recursos como la telesalud o referirles a departamentos internos como el Departamento de Administración de la Atención Médica, el Departamento de Salud Conductual y el Departamento de Servicios Sociales.

Utilice la biblioteca de audio para escuchar mensajes grabados acerca de muchos temas diferentes relacionados con la salud.



Llame a la Línea de Enfermería de L.A. Care al 1.800.249.3619 (TTY 711)



Chatee con un enfermero en línea de forma gratuita. Para acceder a la función para chatear con un enfermero,



visite lacare.org y haga clic en "Ingreso de miembros" para iniciar sesión.

Síguenos

