

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)



## ¡AÑO NUEVO, VIDA NUEVA!

Pierda Peso con el Programa de Prevención de la Diabetes



ESTE ES UN PROGRAMA GRATUITO PARA USTED



Comience el Año Nuevo aprendiendo a hacer pequeños cambios en sus elecciones alimentarias con el apoyo de L.A. Care. El Programa de Prevención de la Diabetes (Diabetes Prevention Program, DPP) lo puede ayudar. ¡Ni siquiera tendrá que salir de casa!

El DPP incluye un año completo de apoyo de consejeros de salud. Lo ayudarán a tomar mejores decisiones sobre alimentos y ejercicios. Estos cambios pueden tener un gran impacto en su salud y en la pérdida de peso. Para poder acceder al programa, debe cumplir los siguientes requisitos:

- Tener al menos 18 años.
- Tener sobrepeso en función de su altura y peso.
- No tener diabetes.
- Tener otros riesgos de desarrollar diabetes (como antecedentes familiares o antecedentes de diabetes gestacional).

Para saber si cumple los requisitos, llame a Diabetes Care Partners al 1.877.227.3889 (TTY 711), de lunes a viernes, de 9 AM a 6 PM, hora estándar del Pacífico.



## 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](http://lacare.org)

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.



# CONSERVE SU L.A. CARE MEDICARE PLUS PLAN

¡disfrute de mayor cobertura, espere mejores beneficios!



## Estimados miembros de Medicare Plus,

Esperamos que esté bien. Mientras nos preparamos para un nuevo y emocionante año, queremos tomarnos un momento para agradecerle por ser un miembro tan valioso. L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) continúa asegurándose de que sea fácil para usted mantener todos los beneficios y servicios adicionales en un solo plan. Nuestro proceso de renovación es automático para que su experiencia sea lo más fluida posible.

Esto significa que su membresía con L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) se renovará automáticamente para el próximo año, sin que deba realizar ninguna acción.

Seguirá disfrutando de todos sus beneficios y servicios sin tener que preocuparse por pasos adicionales o plazos. No se pierda nuestros beneficios exclusivos que recibirá en 2025.

Atentamente,

El equipo de L.A. Care

## ESTAS SON LAS NOVEDADES CON RESPECTO A SUS BENEFICIOS DE 2025

### Beneficios clave:



**Artículos OTC\***: como parte de la asignación de la tarjeta Mastercard® prepaga de beneficios, todos los miembros recibirán una asignación mensual de \$120, precargados en su tarjeta prepaga de beneficios, para usar en comestibles, facturas de servicios públicos del hogar, gasolina en el surtidor y artículos de venta libre (Over-the-Counter, OTC).



**Visión**: un examen de la vista de rutina anual y hasta \$500 en anteojos (marcos y cristales) o en lentes de contacto cada dos años.



**Dental\*\***: obtenga más cobertura dental con Liberty Dental. Nuestro plan ofrece una cobertura adicional que incluye servicios preventivos y completos, procedimientos restaurativos y más, todo sin copago ni deducible. También es posible que tenga cobertura dental adicional disponible a través del Medi-Cal Dental Program.

Additional dental coverage may also be available through the Medi-Cal Dental Program.



**Transporte**: viajes de ida y vuelta ilimitados todos los años a lugares aprobados por el plan.



**Inscripción para el gimnasio (online classes available).**

SilverSneakers le brinda acceso a una red nacional de gimnasios participantes y ubicaciones comunitarias con clases grupales de entrenamiento en lugares seleccionados. Inscríbese en tantas como desee. Clases para todos los niveles de entrenamiento (clases en línea disponibles)

¡Y mucho más!

Los miembros de L.A. Care Medicare Plus tienen acceso a servicios de atención médica las 24 horas, los 7 días de la semana. Estos incluyen:

- ❖ **Línea de Enfermería:** en primer lugar, hablemos acerca de nuestra Línea de Enfermería. Nuestros/as enfermeros/as están disponibles las 24 horas del día para responder sus preguntas relacionadas con la salud, brindarle consejos y ayudar a obtener atención médica de urgencia o emergencia. Puede encontrar el número de teléfono en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro.
- ❖ **Telesalud:** a continuación, tenemos nuestro servicio de Telesalud. Este le permite hablar con médicos de nuestra red las 24 horas del día, los 7 días de la semana a través de consultas telefónicas y por video gratuitas. Es una manera cómoda de obtener la atención médica que necesita sin salir de su casa.
- ❖ **Find My Urgent Care:** por último, tenemos el servicio Find My Urgent Care. Este servicio le ayuda a localizar el centro de atención médica de urgencia más cercano de nuestra red, a cualquier hora del día. Puede acceder a este servicio al **1.844.FIND-URG**, y este número también se encuentra en su tarjeta de identificación de miembro.
- ❖ **Además,** los números de teléfono de todos estos servicios también están en el imán para la nevera que le enviamos, por lo que siempre están a su alcance.

L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) ofrece beneficios combinados en un mismo plan de salud con una atención médica completa que realmente satisface sus necesidades, y más. Para obtener más información, llámenos al **1.833.522.3767** o visite nuestro sitio web en [medicare.lacare.org](http://medicare.lacare.org).

Estamos aquí para que pueda tomar la mejor decisión para su salud y bienestar.

Avisos legales:

*\*El beneficio de OTC no forma parte del Modelo de Diseño de Seguro Basado en el Valor (Value Based Insurance Design, VBID). Sin embargo, se ofrece como un beneficio complementario.*

*\*\*Nuestro plan se asocia con Liberty Dental para brindarle sus beneficios dentales. Es posible que se apliquen exclusiones y limitaciones de beneficios. Puede haber excepciones si fueran médicamente necesarias. Hay servicios dentales adicionales disponibles a través del Medi-Cal Dental Program. Para obtener más información, puede visitar [dental.dhcs.ca.gov](http://dental.dhcs.ca.gov).*



## Alfabetización digital sobre LA SALUD



Tener alfabetización digital sobre la salud significa ser capaz de utilizar tecnologías como Internet para encontrar y utilizar información sobre la atención médica. Si tiene problemas para usar un teléfono inteligente o una computadora, puede pedir ayuda a L.A. Care. Responda este cuestionario para determinar su nivel de alfabetización digital sobre la salud.

Marque “**Sí**” o “**No**” para cada una de estas preguntas.

Pregunta	Sí	No
1. Sé cómo encontrar recursos útiles en Internet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Sé cómo usar Internet para obtener respuestas a mis preguntas de salud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sé qué recursos de salud están disponibles en Internet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sé dónde encontrar recursos de salud útiles en Internet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sé cómo usar la información de salud que encuentro en Internet a mi favor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Tengo las habilidades que necesito para evaluar los recursos de salud que encuentro en Internet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Puedo distinguir la alta calidad de la baja calidad en relación con los recursos de salud en Internet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Siento que puedo utilizar con seguridad la información de Internet para tomar decisiones de salud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si respondió “**No**” a alguna de estas preguntas, averigüe cómo L.A. Care puede serle de ayuda. Para obtener más información, llame al Departamento de Educación de la Salud (Health Education Department) al **1.866.528.7604**.



## Indicaciones del médico ¡TOME SUS MEDICAMENTOS!

—  
**¿Toma muchos medicamentos o algunas veces se olvida de resurtirlos?** Ahora puede surtir sus medicamentos crónicos por hasta 100 días a la vez. Pídale a su médico que le recete suministros para 100 días

### Consejos útiles:

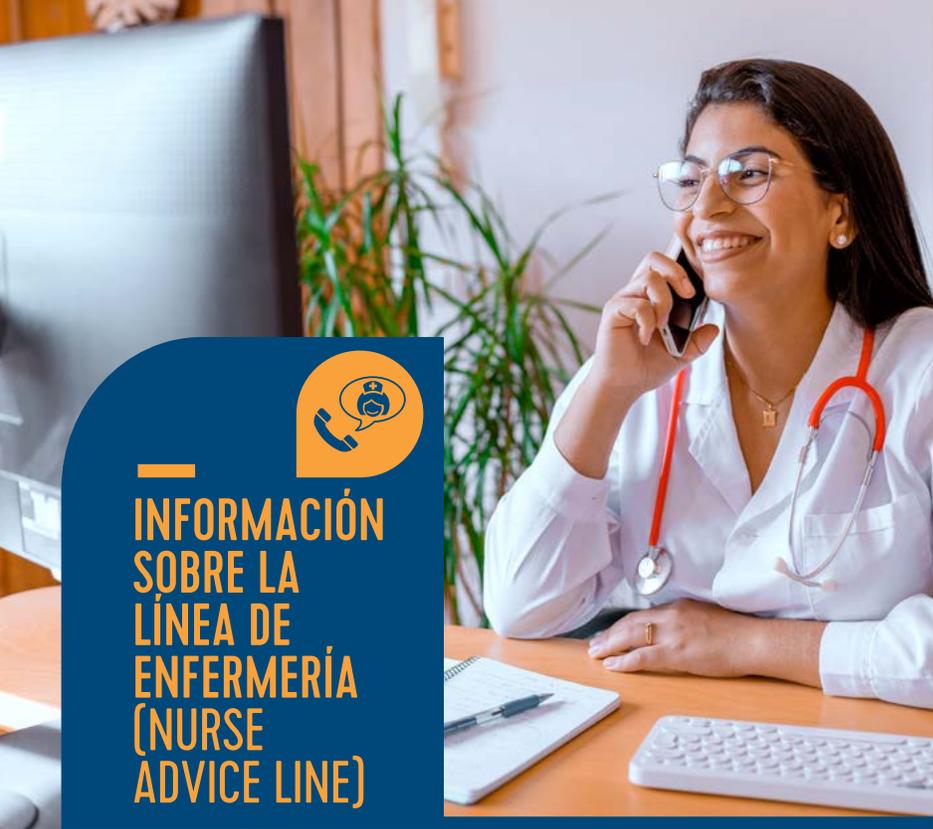
- Utilice el pedido por correo para recibir sus medicamentos en su casa SIN CARGO!
- ¿Le interesa? Llame a Servicios para los Miembros para comenzar.
- Tome sus medicamentos con otra actividad diaria (p. ej., después de cepillarse los dientes por la mañana).
- Use un calendario y anote cada vez que tome una dosis.
- Use un pastillero y rellénelo cada semana.
- Siempre tenga suficientes medicamentos como para que nunca se quede sin ellos.
- Llame a nuestros expertos en medicamentos para obtener respuestas a todas sus preguntas. ¡L.A. Care se asocia con Navitus Clinical Engagement Center para ofrecer el programa de administración de la terapia de medicamentos (Medication Therapy Management, MTM) SIN CARGO!
- ¿Le interesa? Llame al **213.584.2028** para ver si califica o visite [medicare.lacare.org/members/part-d-prescription-drugs](https://www.lacare.org/members/part-d-prescription-drugs)



¿Tiene dudas? Llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care Medicare Plus al **1.833.522.3767 (TTY: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos.

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





## INFORMACIÓN SOBRE LA LÍNEA DE ENFERMERÍA (NURSE ADVICE LINE)

### Para miembros de L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP):

Beneficios de la Línea de Enfermería:

- Acceso a enfermeros/as las 24 horas del día, los 7 días de la semana: llame en cualquier momento si tiene preguntas relacionadas con la salud.
- Idiomas: obtenga ayuda en su idioma sin costo.



#### Información de contacto

- Número de teléfono: 1.800.249.3619 (TTY 711).
- Disponibilidad: las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



#### Cuándo llamar a la Línea de Enfermería

- Preguntas de salud: llame a la Línea de Enfermería si tiene preguntas generales sobre la salud. Esto incluye cosas como enfermedades menores, síntomas o consejos de salud.
- Preguntas para el médico: llame al consultorio de su médico si tiene preguntas sobre su atención médica continua. Esto incluye tratamientos específicos, recetas o atención médica de seguimiento.
- Emergencia: llame al 911 si tiene una emergencia. La Línea de Enfermería no reemplaza a su médico.



#### Qué esperar cuando llama

- Cuando llama por primera vez a la Línea de Enfermería, la primera persona con la que hable será un/a enfermero/a. El/La enfermero/a escuchará sus preguntas de salud y le brindará ayuda o información sobre ellas.

**LA LLAMADA Y LOS SERVICIOS SON GRATUITOS.**

## ¡Próximamente habrá un nuevo portal para miembros!



¡L.A. Care se complace en anunciar que nuestro nuevo Portal para Miembros llegará pronto!

El nuevo portal modernizado ofrece a nuestros miembros acceso a una variedad de funciones nuevas y mejoradas, brindándole más información y más recursos en línea al alcance de su mano.

El nuevo Portal para miembros ofrece una interfaz intuitiva y fácil de usar que permite la fácil adopción de esta nueva y emocionante tecnología; capacidades y características mejoradas que le permiten hacer más en línea y una plataforma optimizada que le permite interactuar de manera más eficiente con nosotros a través del portal.

En el nuevo portal, los miembros podrán ver e imprimir su tarjeta de identificación digital de miembro, cambiar su médico de atención primaria, clínica o grupo médico, ver su elegibilidad actual, acceder a los beneficios de su plan en tiempo real y ¡MUCHO MÁS!



### Más novedades se avecinan

L.A. Care enviará comunicaciones adicionales en las próximas semanas con información más detallada sobre las nuevas funciones del portal, cómo obtener acceso y dónde encontrar otros recursos.

¡Estén atentos para más actualizaciones!

¡Gracias por ser parte de estos emocionantes cambios que se avecinan en L.A. Care!



## Recordatorio importante

# RENOVACIÓN ANUAL DE MEDI-CAL

L.A. Care Medicare Plus (HMO-D-SNP) ofrece servicios de Medicare y Medi-Cal a las personas que son elegibles para ambos programas.

Como miembro de L.A. Care Medicare Plus, es importante renovar su Medi-Cal cada año para evitar brechas en la cobertura y mantener su membresía con nuestro plan.

### Proceso de renovación

❖ **Recepción de su formulario:** si recibe un formulario de renovación de Medi-Cal, complételo y envíe la información correspondiente antes del plazo previsto que figura en el formulario para continuar con su cobertura.

❖ **Instrucciones:** siga cuidadosamente las instrucciones proporcionadas y asegúrese de que toda la documentación se envíe a tiempo.

### Renovación de sus beneficios: en línea, por correo, en persona o por teléfono

❖ **En línea:** La forma más sencilla de realizar la renovación es en línea en [BenefitsCal.com](https://www.BenefitsCal.com). Si no tiene una cuenta, puede crear una fácilmente.

❖ **Por correo o en persona:** también puede enviar su información de renovación por correo o proporcionarla en persona en la oficina local del Departamento de Servicios Sociales Públicos (Department of Public Social Services, DPSS) del condado de Los Ángeles.

❖ **Teléfono:** si prefiere brindar información a DPSS por teléfono, llame al **1.866.613.3777 (TTY: 711)**. Esta llamada es gratuita.

## ¿NECESITA AYUDA?



### UBICACIONES DE LOS CENTROS COMUNITARIOS DE RECURSOS

[communityresourcecenterla.org](https://communityresourcecenterla.org)

**Llámenos:** Servicios para los Miembros de L.A. Care Medicare Plus está listo para asistir con la renovación o con cualquier pregunta que pueda tener. Llámenos al **1.833.522.3767 (TTY: 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos.

**Ayuda en persona:** para reunirse con un ayudante de solicitud para completarla en uno de nuestros Centros Comunitarios de Recursos de L.A. Care y Blue Shield Promise, llame para programar una cita.

Informe si necesita ayuda con la renovación de Medi-Cal.



Nuestro equipo está aquí para darle asistencia para que pueda completar su solicitud y para responder a sus preguntas.



## Tratamiento para los trastornos de la conducta (BEHAVIORAL HEALTH TREATMENT, BHT)/ Servicios de análisis de comportamiento aplicado (APPLIED BEHAVIOR ANALYSIS, ABA)

¿Sabía que L.A. Care Health Plan ofrece ayuda para niños que tienen problemas para hablar, oír, caminar o comportarse?

El equipo de salud conductual de L.A. Care puede verificar si su hijo/a reúne los requisitos para recibir tratamiento para los trastornos de la conducta (BHT), también llamado servicios de análisis de comportamiento aplicado (ABA). Esta terapia ayuda a los niños a aprender habilidades sociales, mejorar los buenos comportamientos y reducir los desafiantes.

El BHT se puede llevar a cabo en el hogar, en la escuela, en parques, en los centros de ABA o en otros lugares de la comunidad. Si su hijo/a tiene entre 0 y 21 años de edad y ha recibido una recomendación para los servicios de BHT/ABA, podría reunir los requisitos. Si cree que hay un problema con la forma en que su hijo/a juega, aprende, habla o actúa, puede reunirse con el médico de su hijo/a o puede llamar a L.A. Care Health Plan al **1.888.347.2264** Para terapia ocupacional, del habla o física, programe una visita con el médico de su hijo/a para un chequeo. El médico puede solicitar una referencia al grupo médico adecuado para estos servicios.

También puede llamar a Carelon Behavioral Health al **1.877.344.2858** para obtener servicios adicionales de salud mental para su hijo/a. Se realizará una vinculación con una persona en vivo que puede ofrecerle referencias para un terapeuta, psiquiatra o psicólogo que esté capacitado para ayudar.



## ¿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).

# Manténgase informado



Apoyo a toda hora para problemas de salud que no representen una emergencia

- Asistencia general: Llame a Servicios para los Miembros al 1.833.522.3767 (TTY: 711).
- Línea de Enfermería: Llame al 1.800.249.3619 (TTY: 711).
- Telesalud (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.



# Conozca sus derechos y responsabilidades

COMO MIEMBRO DE L.A. CARE, USTED TIENE DERECHO A...



**Recibir un trato respetuoso y cortés.**

- Tiene derecho a que los proveedores y el personal del plan de salud lo traten con respeto y cortesía.
- Tiene derecho a que no haya ningún tipo de consecuencias cuando se tomen decisiones sobre la atención médica que recibe.

**Gozar de privacidad y confidencialidad.**

- Tiene derecho a tener una relación privada con su proveedor y a mantener en privado sus expedientes médicos.
- También tiene derecho a recibir una copia de su expediente médico y a solicitar que se hagan correcciones en el mismo.
- Si es menor de edad, tiene derecho a recibir ciertos servicios que no requieren la autorización de sus padres.

**Escoger y participar en la atención médica que recibe.**

- Tiene derecho a recibir información sobre su plan de salud, sus servicios, sus médicos y otros proveedores.

- También tiene derecho a conseguir citas en un tiempo razonable.
- Tiene derecho a hablar con franqueza con su médico sobre todas las opciones de tratamiento para su afección, a pesar del costo o la cobertura de beneficios, y participar en la toma de decisiones sobre su atención médica.
- Tiene derecho a decir “no” al tratamiento y tiene derecho a pedir una segunda opinión.
- Tiene derecho a decidir qué tipo de atención quiere recibir en caso de que tenga una enfermedad o lesión que ponga en peligro su vida.

### Recibir un servicio al cliente oportuno.

- Tiene derecho a esperar 10 minutos como máximo para hablar con un representante de servicio al cliente durante el horario de atención habitual de L.A. Care.

### Expresar sus preocupaciones.

- Tiene derecho a quejarse sobre L.A. Care, los planes de salud y los proveedores con los que trabajamos, o sobre la atención médica que recibe, sin temor a perder sus beneficios.
- \*L.A. Care le ayudará con el proceso. Si usted no está de acuerdo con una decisión, tiene derecho a apelarla, es decir, a solicitar una revisión de la decisión.
- Tiene derecho a cancelar la membresía en su plan de salud cuando usted lo desee. Como miembro de Medi-Cal, tiene derecho a solicitar una Audiencia Imparcial del Estado.

### Servicio fuera de la red de proveedores de su plan de salud.

- Tiene derecho a recibir servicios de emergencia o de urgencia, además de los servicios de planificación familiar y de enfermedades de transmisión sexual, fuera de la red de su plan de salud.
- Tiene derecho a recibir tratamiento de emergencia de la siguiente manera:
  - Para los miembros de Medi-Cal y Medicare: los servicios de atención médica de emergencia están cubiertos en todo momento y en cualquier lugar de los Estados Unidos, México y Canadá.
  - Los miembros de L.A. Care Medicare Plus tienen cubiertos los servicios de emergencia y de urgencia necesarios recibidos fuera de los Estados Unidos y sus territorios hasta \$10,000 en total por año calendario.
  - Para la atención médica de emergencia cubierta por Medicare proporcionada fuera de los Estados Unidos y sus territorios que no está cubierta por Medi-Cal, usted puede recibir una factura del proveedor.
  - Miembros del Consejo de Servicios de Asistencia Personal y Sindicato Internacional de Empleados de Servicios (Personal Assistance Services Council and Service Employees International Union, PASC-SEIU): los servicios de atención médica de emergencia están cubiertos las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en cualquier lugar.

### Recibir servicios e información en su idioma.

- Tiene derecho a solicitar los servicios de un intérprete sin costo. Tiene derecho a recibir toda la información para los miembros en su idioma o en otro formato (como audio o letra grande).

### Conocer sus derechos.

- Tiene derecho a recibir información sobre sus derechos y responsabilidades.
- Tiene derecho a hacer recomendaciones sobre estos derechos y responsabilidades.

## COMO MIEMBRO DE L.A. CARE, USTED TIENE LA RESPONSABILIDAD DE...

### Actuar de manera cortés y respetuosa.

- Es responsable de tratar a su médico, a todos los proveedores y al personal con respeto y cortesía.
- Es responsable de llegar puntualmente a sus visitas o de llamar al consultorio de su médico por lo menos 24 horas antes de la visita para cancelarla o reprogramarla.

### Dar información actualizada, correcta y completa.

- Tiene la responsabilidad de dar información correcta que sus proveedores y L.A. Care necesitan para proporcionarle atención médica.
- Tiene la responsabilidad de hacerse chequeos regulares y de informar a su médico sobre los problemas de salud que tenga antes de que estos se agraven.

### Seguir las recomendaciones de su médico y participar en su atención médica.

- Es responsable de hablar sobre sus necesidades de atención médica con su médico, de establecer y acordar las metas, de hacer su mejor esfuerzo por entender sus problemas de salud y de cumplir con los planes de tratamiento que acuerden usted y el médico.

### Utilizar la sala de emergencias solo en caso de emergencia.

- Es responsable de usar la sala de emergencias en casos de emergencia o según lo indique su médico.

### Informar acerca de actos indebidos.

- Es responsable de denunciar ante L.A. Care cualquier fraude o delito relacionado con la atención médica.
- Puede denunciarlos de forma anónima comunicándose con la Línea de Ayuda de Cumplimiento de L.A. Care llamando al número gratuito **1.800.400.4889 (TTY 711)**. También puede visitar [lacare.ethicspoint.com](http://lacare.ethicspoint.com) o comunicarse con la Línea Directa para Fraude y Abuso de Medi-Cal del Departamento de Servicios de Salud (Department of Health Care Services, DHCS) de California llamando al número gratuito **1.800.822.6222 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

# L.A. CARE trabaja para usted

En L.A. Care, informamos, educamos y hacemos participar a nuestros miembros. Queremos empoderarle para que tome el control de su salud y bienestar.

**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 MEDICARE PLUS

1.833.522.3767 (TTY 711)

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

##### 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

##### 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**



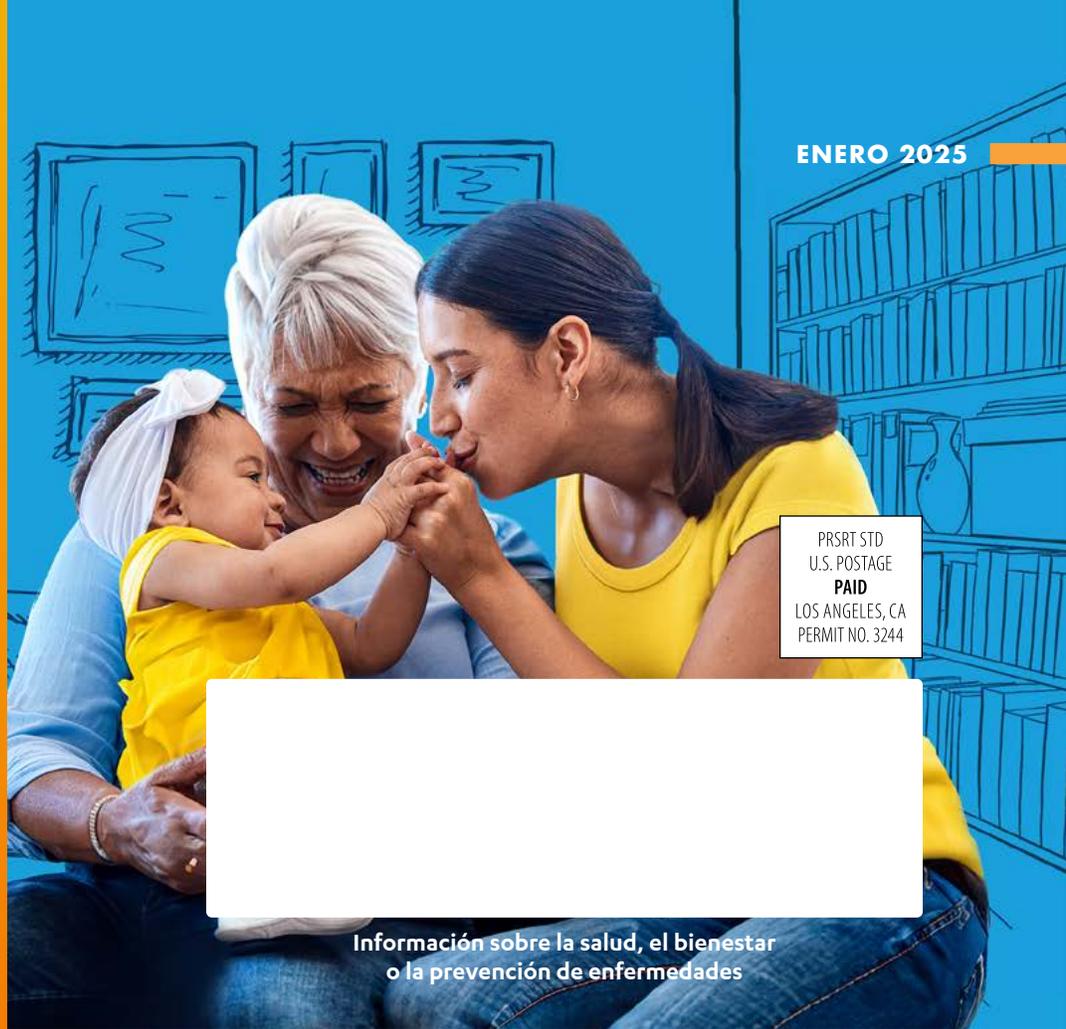
# live WELL

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

**EN ESTE VOLUMEN**

- ¡Año nuevo, vida nueva! ..... 1
- Conserve su L.A. Care Medicare Plus Plan ..... 2
- Indicaciones médicas: ¡tome sus medicamentos! ..... 4
- Información sobre la Línea de Enfermería ..... 5
- ¡Próximamente habrá un nuevo portal para miembros! ..... 5
- Manténgase informado ..... 8
- Conozca sus derechos y responsabilidades ..... 8
- ¿Necesita servicios de idiomas? ..... 12

[medicare.lacare.org](http://medicare.lacare.org)



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



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

¡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](http://lacare.org/live-well) para recibirlo por correo electrónico. Síguenos en Facebook, Instagram, X, LinkedIn y YouTube.

Síguenos     

## Necesita servicios DE IDIOMAS?



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

- Puede recibir documentos de L.A. Care en su idioma.
- Puede solicitar un médico que hable su idioma.
- Puede pedirle a alguien que le interprete durante sus visitas al médico.

Si desea que alguien le interprete durante su visita al médico, llámenos al menos 10 a 15 días antes de su cita. Podemos proporcionar un intérprete capacitado en cualquier idioma, incluido el lenguaje de señas americano.

L.A. Care podría preguntarle sobre su idioma, raza y origen étnico. Lo hacemos para comprender lo que necesita y cómo podemos mejorar nuestros servicios.

**Pero no se preocupe, esto no cambia ninguno de sus beneficios o cobertura de atención médica. También nos aseguramos de que su información privada se mantenga segura.**

**Servicios para los Miembros de L.A. Care Health Plan 833.522.3767 (TTY: 711).**