

Salude^{a la} Salud

Aetna Better Health[®] of Texas: su plan de salud Texas STAR, CHIP y STAR Kids

Bienvenido a su nuevo plan de salud

Sepa a dónde acudir
para recibir atención

Respuestas a preguntas comunes

Manténgase saludable



TEXAS
Health and Human
Services



TEXAS  STAR
Your Health Plan ★ Your Choice

TEXAS  Kids
Your Health Plan ★ Your Choice

aetnabetterhealth.com/texas

86.22.302.0-TX (X/19)

Salude a los beneficios

Estimado miembro:

Bienvenido y gracias por elegir Aetna Better Health® of Texas. Todo lo que hacemos empieza y termina con usted, nuestro miembro.

En Aetna, sabemos que la salud es más que sentirse bien. Por ello, nos complace ofrecerle un plan que se ocupa de todo su ser: cuerpo, mente y espíritu. Desde nuestra línea de enfermería hasta nuestros servicios de valor agregado, nos enfocamos en su salud y bienestar plenos.

La membresía en nuestro plan de salud ofrece acceso a nuestras áreas de prestación de servicios. Esto significa que usted cuenta con más opciones mientras lo acompañamos en su camino hacia una buena salud. Nuestro atento equipo del Departamento de Servicios para Miembros está preparado para satisfacer sus necesidades especiales.

Puede hacer preguntas en cualquier momento. Estamos disponibles durante las 24 horas, los 7 días de la semana. Llámenos de forma gratuita a los siguientes números:

Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant)
CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant)
Medicaid STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**

Los miembros sordos o con problemas auditivos pueden llamar de manera gratuita al **1-800-735-2989**.

Siempre puede encontrar respuestas en su manual para miembros, en el sitio web aetnabetterhealth.com/texas o en nuestra aplicación móvil, Aetna Better Health.

Esperamos poder brindarle sus beneficios de atención médica.

A su salud.

Jay N. Powell, *director de operaciones*
Aetna Better Health of Texas

Contenido

4 **Todo para usted**
Beneficios y servicios principales



6 **La atención adecuada en el momento adecuado**
Sepa a dónde acudir para recibir atención

Obtenga más información

13 **Manténgase saludable**
Controle su salud

16 **Feliz y saludable**
Sentirse bien comienza por usted

20 **Cúidese bien**
Respuestas a las preguntas sobre renovación

22 **Seamos locales**
Recursos en su vecindario

24 **Su recuperación puede comenzar hoy**
Apoyo para superar la adicción

30 **Todo sonrisas**
Obtenga más información sobre la atención dental



10 **Usted y su bebé**
Tenga un embarazo y un bebé saludables



Todo para usted

Beneficios que no querrá perderse

Con nuestro plan, usted y sus hijos tienen acceso a algunos servicios especiales.



Obtenga transporte cuando lo necesite

Si necesita transporte para ir al consultorio de su médico, el Programa de transporte médico (MTP) puede ayudar. Llame al MTP para programar el servicio de transporte, al menos, dos días hábiles antes de la cita. Si debe cancelar el servicio de transporte, llame al MTP, al menos, un día hábil antes de la cita. El MTP también puede ayudar con dinero para el combustible para quien lo lleve a la cita. Los conductores pueden ser sus familiares, vecinos u otros voluntarios.

Para saber más sobre el MTP o hacer una reserva, llame a los siguientes números:

- **1-877-633-8747**, Logística del MTP (Bexar)
- **1-855-687-3255**, Logística del MTP (Tarrant)

LogistiCare recibe solicitudes de transporte de rutina por teléfono de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.

Su línea de enfermería las 24 horas

Como miembro de Aetna Better Health, puede hablar con un enfermero cuando tenga preguntas sobre salud. Puede llamar a la línea de enfermería durante las 24 horas, los 7 días de la semana, sin cargo.

- Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant)
- STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**
- CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant)
- TTY/TDD: **1-800-735-2989**

- ▼ Si tiene una emergencia, llame al **911**.
- Los miembros sordos o con problemas auditivos pueden llamar de manera gratuita al **1-800-735-2989**.



La atención adecuada en el momento adecuado

Ahorre tiempo y estrés

Sepa cuándo acudir a la sala de emergencias

Todos hemos estado en esa situación: nos sentimos enfermos o con dolor, pero no sabemos a quién llamar o a dónde ir. Ya sea para un hijo enfermo o por un accidente, la atención adecuada puede ahorrarle tiempo y estrés.



Piense en su PCP para la mayoría de sus necesidades

Su médico de atención primaria (PCP) puede tratar muchos problemas de salud en una visita al consultorio. Su PCP lo ayudará con toda su atención médica, incluidos los controles, medicamentos y suministros médicos. Si es después del horario de atención, intente llamar de todos modos. Es posible que el consultorio médico tenga un servicio de respuesta o una persona que pueda dirigirlo a un proveedor de guardia.

No olvide intentar estar al día con su atención preventiva. Los controles y los exámenes de detección son la mejor manera de mantenerse saludable, para usted y para su familia. Programe una cita con su médico dentro de los 60 días de convertirse en miembro.

Incluso puede solicitar traslado a las consultas planificadas con el PCP o de atención médica: está cubierto. Consulte la descripción del Programa de transporte médico (MTP) en la página 5.

Consulte con su PCP en los siguientes casos:

- Cuando se quede sin medicamento.
- Si tiene alguna pregunta sobre su medicamento.
- Cuando tenga dolor de oído, tos, resfriado, fiebre o dolor de garganta.
- Cuando tenga una lesión, quemadura o corte leves.
- Cuando necesite atención de rutina para el asma.
- Cuando necesite vacunas.



Use la atención de urgencia en situaciones que no sean de emergencia cuando no pueda consultar con su PCP

¿Qué debe hacer si tiene una preocupación urgente sobre su salud? No es una verdadera emergencia, pero no puede visitar a su PCP de inmediato. Este es el momento adecuado para acudir a un centro de atención de urgencia o fuera del horario de atención. Los resfríos, la gripe y los dolores de oído son algunos ejemplos. La atención de urgencia puede ahorrarle tiempo. Es conveniente que realice un seguimiento con su PCP después de recibir atención de urgencia.



Acuda a la sala de emergencias solo para emergencias que pongan en peligro la vida

Una verdadera emergencia es el momento adecuado para acudir a la sala de emergencias. Dolor en el pecho, hemorragia continua, huesos rotos, convulsiones y sobredosis son buenos ejemplos. Consulte otros en la tabla de la página siguiente. Simplemente recuerde que una consulta en la sala de emergencias puede llevar mucho tiempo, y también puede ser estresante. Es conveniente que realice un seguimiento con su PCP después de acudir a la sala de emergencias. También es una buena idea llamar a su plan de salud a uno de los números a continuación:

- Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant)
- STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**
- CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant)
- **1-800-735-2989** (para personas con problemas auditivos)



Hable con un médico a través de un teléfono inteligente, una tableta o una computadora

Otro beneficio que ofrecemos es una consulta por video con un proveedor. Puede ser con un proveedor de salud física o de salud mental. Y es sin cargo.

Sepa a dónde acudir para recibir atención



Acuda a un centro de atención de urgencia*

- Alergias
- Bronquitis
- Sinusitis
- Resfriado y gripe
- Dolores de garganta
- Diarrea
- Dolores de oído
- Presión arterial alta
- Dolor lumbar
- Cortes y quemaduras leves
- Hematomas y sarpullidos leves
- Lesiones oculares leves
- La mayoría de los dolores de cabeza
- Algunas infecciones o fiebres bajas
- Lesiones deportivas
- Esguinces
- Náuseas y dolor de estómago (generalmente no son emergencias)
- Vómitos



Acuda a la sala de emergencias más cercana o llame al 911*

- Quemaduras y heridas graves
- Reacciones alérgicas graves
- Dolor de cabeza grave, repentino o inusual
- Huesos rotos
- Dolores de pecho o dolor en el brazo o la mandíbula
- Trabajo de parto (cuando no hay tiempo para viajar de manera segura a un hospital)
- Ahogo o problemas respiratorios
- Peligro de perder una extremidad o la vida
- Fiebre alta con dolor de cabeza o cuello rígido
- Incapacidad para moverse
- Hemorragia continua o vómitos con sangre
- Desvanecimiento (desmayos) o convulsiones
- Envenenamiento o sobredosis de drogas/medicamentos
- Intentos de suicidio
- Rotura de un diente natural
- Caída de un diente permanente
- Dolor muy agudo en las encías alrededor de un diente, con fiebre
- Inflamación o infección bucal o facial
- Inflamación facial aguda prolongada

Número de teléfono/dirección del PCP:

Número de teléfono/dirección del centro de atención de urgencia preferido:

Número de teléfono/dirección de la sala de emergencias preferida:

* No son listas completas. Llame a la línea de enfermería disponible las 24 horas, los 7 días de la semana si no está seguro del tipo de atención que necesita. Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant). STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**. CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant). TTY/TDD: **1-800-735-2989**.



Controle su salud sobre la marcha

Con la aplicación móvil de Aetna Better Health, puede acceder a pedido a las herramientas que necesita para mantenerse saludable. Es fácil. Simplemente descargue la aplicación en su dispositivo móvil o tableta.

Con la aplicación, puede hacer lo siguiente:

- Buscar un médico
- Ver o solicitar su identificación de miembro
- Cambiar de PCP
- Ver sus reclamaciones y recetas
- Enviar mensajes al Departamento de Servicios para Miembros si tiene alguna pregunta o necesita ayuda
- Actualizar su número de teléfono, dirección y otros datos

Cómo descargar la aplicación

Puede descargar la aplicación desde la App Store® de Apple® y desde la tienda de Google Play™. La descarga es gratuita. Esta aplicación está disponible en determinados dispositivos y sistemas operativos.

Apple es una marca registrada de Apple Inc., registrada en los EE. UU. y otros países. App Store es una marca de servicio de Apple Inc. Android y Google Play son marcas registradas de Google LLC.



Usted y su bebé

La ayudamos a tener un **embarazo saludable**

Coordinación de servicios y administración de casos

Nuestros coordinadores de servicios y administradores de casos pueden ayudarla en lo siguiente:

- Programar citas
- Obtener transporte para ir a las citas
- Inscribirse para recibir recordatorios a través de mensajes de texto
- Obtener información sobre buenos alimentos y ejercicios
- Ponerse en contacto con recursos comunitarios como mujeres, bebés y niños (WIC)

Programa de *baby shower* para mamás

Los *baby showers* de Aetna Better Health se realizan cada dos meses solo en el área de Tarrant. Estos eventos están disponibles para todas las miembros embarazadas y se realizan en nuestra oficina de Aetna® Arlington, TX.

Si asiste, recibirá lo siguiente:

- Información sobre educación prenatal/ posparto y recursos comunitarios
- Pañales y toallitas húmedas
- Un babero de Aetna
- Juguetes para bebés pequeños

Para ver el cronograma de *baby showers* y realizar una reserva, visite aetnabetterhealth.com/texas/wellness/women/pregnancy.

Programa prenatal

Nuestro programa especial prenatal ofrece un paquete de pañales, toallitas húmedas y una bolsa de regalo (por un valor de \$50) sin costo cuando una miembro embarazada completa diez consultas prenatales y una de posparto con su médico. El programa ayuda a que usted y su bebé se mantengan saludables. Deberá llamarnos al número gratuito que figura en su tarjeta de identificación para pedir su paquete.

Consejos de salud y recordatorios enviados a su teléfono celular

Inscríbese para recibir mensajes de texto personalizados gratis con Text4baby. Recibirá recordatorios sobre consultas con el médico. También obtendrá consejos de salud sobre el crecimiento de su bebé.

Luego de que nazca su bebé, le enviaremos recordatorios sobre las consultas de bienestar infantil y las vacunas. Recibirá consejos sobre buenas elecciones de alimentos y sobre qué esperar a medida que su bebé crece. Además, este servicio puede ayudar a que se sienta mejor física y mentalmente, lo que significa que podrá completar su lista de pendientes y enfrentar el mundo.

Para inscribirse, envíe un mensaje de texto con la palabra **BABY** (bebé) al **511411** o ingrese en text4baby.org.

Controles prenatales

En general, los controles prenatales se realizan en los siguientes momentos:

- **Semana 4 a 28:** un control por mes
- **Semana 28 a 36:** dos veces por mes
- **Semana 36 hasta el nacimiento:** todas las semanas



Buena nutrición

Los bebés necesitan vitaminas para crecer y estar saludables. Es posible que su médico le recete vitaminas prenatales. También puede conseguirlas sin receta médica. Tome una que tenga ácido fólico, hierro, y otras vitaminas y minerales.

Beba mucha agua

¿Cuánto es mucho? Pruebe controlando la orina. Debería ser de color amarillo pálido o incolora. Y usted no debería tener sed. Trate de evitar las bebidas con cafeína y azúcar.







Manténgase saludable

Controle su salud

La atención preventiva es una de las mejores maneras de mantenerse saludable, para usted y para su familia. Es fácil comenzar con la atención preventiva. Simplemente realícese el examen de bienestar. Puede brindarle tranquilidad y ayudar a su PCP a encontrar problemas de salud de manera temprana, cuando se pueden tratar mejor.

Actúe proactivamente con respecto a su salud y siga estos pasos:

1. Elija su PCP.

Puede buscar un PCP en aetnabetterhealth.com/texas/find-provider o simplemente llamar a los números que se indican a continuación en cualquier momento:

- Departamento de Servicios para Miembros de Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant)
- Medicaid STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**
- CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant)
- **1-800-735-2989** (para personas con problemas auditivos)

2. Llame a su PCP, programe una cita y realícese su examen de bienestar.

3. Solicite transporte para su examen de bienestar.

Puede solicitar transporte: está cubierto a través del Programa de transporte médico (MTP). Consulte la página 5 para obtener más información sobre el MTP.



Muévase, manténgase motivado

Mantenerse en forma no implica tener un entrenador personal ni pelear por un lugar en el gimnasio. Puede realizar un buen entrenamiento haciendo algunos ejercicios simples en su hogar.

Vea los frutos del ejercicio frecuente

Hacer ejercicio con frecuencia ayuda a mantener la mente y el cuerpo saludables, de la cabeza a los pies. En la página siguiente, encontrará entrenamientos que puede hacer en el hogar. Simplemente corte todas las tarjetas y siga las instrucciones. Asegúrese de consultar con su médico si estos ejercicios son seguros para usted.

Maneras de mantenerse motivado

Hacer ejercicio no es tan fácil. La mitad de la batalla es levantarse del sillón. Pero, una vez que empieza, no existe una mejor sensación. Estos son algunos consejos para mantenerse en movimiento:



Busque compañía

Consiga compañía para hacer ejercicio. Las investigaciones demuestran que hacer ejercicio en compañía hace más fácil el proceso de levantarse y moverse. Hacer ejercicio con alguien más se siente menos como una tarea y se disfruta más.



Registre su progreso

Puede tener un cuaderno a mano para anotar los objetivos de acondicionamiento físico diarios. Es una manera excelente de registrar su progreso y ver cuán lejos ha llegado.



Programe su mente

Comience fijando objetivos que sean realistas y sígalos. Encuentre, al menos, tres lapsos de 30 minutos por semana para dedicar a la actividad física.

Nueve ejercicios para hacer fuera del gimnasio que puede hacer en el hogar



Sentadillas con silla

Párese en frente de una silla. Agáchese hasta que los glúteos toquen el borde. Vuelva a pararse.



Superman/Superwoman

Recuéstese boca abajo con los brazos sobre la cabeza. Suavemente, levante los brazos y las piernas del piso. Vuelva a la posición inicial. Repítalo.



Postura del niño

Comience sobre las manos y las rodillas, luego junte las rodillas y los pies mientras se sienta con los glúteos sobre los talones y estira los brazos hacia adelante.



Rodillas arriba

Párese con los pies separados al ancho de las caderas. Corra en el lugar, subiendo las rodillas hacia el pecho lo más alto que pueda mientras acompaña con los brazos.



Abducción lateral de caderas

Recuéstese de lado con el brazo debajo de la cabeza. Suavemente, levante la pierna y luego regrese a la posición inicial.



Gato contento, gato enfadado

Comience sobre las manos y las rodillas. Inhale mientras deja caer el abdomen. Levante el mentón y el pecho, y mire hacia el techo. Exhale y arquee la espalda hacia el techo.



Levantamiento de pantorrillas

Exhale y levante lentamente los talones del piso, manteniendo las rodillas extendidas y sin rotar los pies. Ponga las manos en la pared para sostener el cuerpo.



Patadas de burro

Comience sobre las manos y las rodillas. Lleve la rodilla derecha hacia el pecho. Patee hacia arriba con la pierna derecha en dirección al cielo, y luego bájela. Repita con el otro lado.



Flexiones de bíceps con latas de sopa

Flexione el brazo derecho con una lata de sopa hacia el hombro mientras exhala. Al inhalar, estire el brazo derecho nuevamente hacia abajo por el lateral hacia la posición inicial. Repita con el otro lado.

Feliz y saludable

Sentirse bien comienza por usted

Realícese sus controles, están cubiertos

Es importante que se realice controles regulares, incluso cuando no está enfermo. Los controles pueden ayudar a su PCP a encontrar o prevenir problemas de salud de manera temprana. Es en ese momento que son más fáciles de tratar.

Su PCP cubre mucho en poco tiempo

¿Qué ocurre durante un control o una consulta de bienestar? Su médico le hará un examen completo, en el que se controlan la altura, el peso, la audición y la vista. Usted puede hacer preguntas y analizar sus preocupaciones sobre la salud. No lo dude. Las respuestas pueden ayudarlo a mantenerse saludable.

Controles de bienestar infantil

Los controles regulares de bienestar infantil están disponibles para niños, adolescentes y jóvenes adultos, desde el nacimiento hasta los 20 años. Los controles pueden ayudar en lo siguiente:

- Encontrar problemas de salud antes de que empeoren y sean más difíciles de tratar
- Prevenir los problemas de salud que dificultan que los niños aprendan y crezcan como otros de su edad
- Hacer que su hijo tenga una sonrisa saludable

Su hijo puede obtener lo siguiente:

- Controles médicos regulares desde el nacimiento sin cargo
- Controles dentales desde los 6 meses sin cargo





Protéjase y proteja a su familia

Cubrimos las vacunas antigripales para nuestros miembros. Vacúnese hoy mismo.

Todos los adultos y los niños de 6 meses y mayores deben colocarse una vacuna antigripal cada año. ¿Por qué? El virus de la gripe cambia constantemente. Si se vacunó contra la gripe el año pasado, no estará protegido este año.

Colocarse la vacuna antigripal es fácil

Simplemente llame a su proveedor de atención primaria (PCP). Es posible que pueda colocársela durante una consulta con un enfermero en el consultorio del PCP. O puede visitar **aetnabetterhealth.com/texas** para ver un listado de las farmacias minoristas de nuestra red. Antes de ir a la farmacia que encontró en su zona, asegúrese de que brinde vacunas antigripales.

Tome medidas adicionales para mantenerse saludable

También puede protegerse a usted mismo y a los demás de la gripe de las siguientes maneras:

- Lávese las manos con frecuencia,
- No se toque los ojos, la nariz ni la boca,
- Cúbrase la boca y la nariz al estornudar o toser,
- Quédese en casa cuando está enfermo

¿Tiene preguntas? Llame al Departamento de Servicios para Miembros:

- Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar),
1-800-306-8612 (Tarrant)
- STAR Kids: **1-844-STRKIDS**
(1-844-787-5437)
- CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar),
1-800-245-5380 (Tarrant)
- **1-800-735-2989** (para personas con problemas auditivos)

O visite **aetnabetterhealth.com/texas**.

Qué debe hacer si su hijo tiene un resfriado

¿Cuándo debo obtener ayuda?

Debe consultar con el PCP de su hijo o acudir a un centro de atención de urgencia (cuando no pueda consultar con el PCP) en los siguientes casos:

- Fiebre en un bebé de 2 meses o menor
- Fiebre de 102 grados o más a cualquier edad
- Problemas respiratorios
- Falta de deseo de comer o beber
- Dolor de oídos
- Irritabilidad o somnolencia adicional
- Tos que dura más de 2 semanas
- Síntomas que empeoran

¿Cuándo debo acudir a la sala de emergencias?

Acuda a la sala de emergencias cuando su hijo tenga lo siguiente:

- Dificultad para respirar
- Labios azules
- Fiebre alta con dolor de cabeza y cuello rígido
- Fiebre alta que no mejora con medicamentos

¿Qué puedo hacer con el resfriado de mi hijo?

Un resfriado tiene que seguir su curso. Su hijo puede beber abundante líquido. Las bebidas calientes ayudan a calmar la garganta. Descansar mucho también ayuda.

¿Qué medicamentos puedo darle a mi hijo para un resfriado?

Los resfriados pueden durar hasta dos semanas, pero por lo general, desaparecen sin medicamentos. Hable con el PCP de su hijo antes de administrar un medicamento de venta libre. Los medicamentos indicados a continuación no son adecuados para un resfriado y pueden provocar problemas graves en los niños:

- Descongestivos/descongestionante
- Antihistamínicos
- Aspirina (ácido acetilsalicílico o ASA)
- Antibióticos

¿Qué sucede si necesito más ayuda?

Si tiene preguntas, llame al PCP de su hijo. Puede encontrar un médico en aetnabetterhealth.com/texas. Haga clic en "Provider Search" (Búsqueda de proveedores). O simplemente llámenos a los siguientes números:

1-800-245-5380 (Tarrant CHIP)

1-866-818-0959 (Bexar CHIP)

1-800-306-8612 (Tarrant Medicaid)

1-800-248-7767 (Bexar Medicaid)

1-800-735-2989 (TTY)

También puede obtener consejos de salud en la línea de enfermería disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.





Por qué

las vacunas son importantes para sus hijos

Las vacunas ayudan a proteger a su hijo de muchas infecciones. Las infecciones pueden causar problemas de salud graves. Su proveedor administrará vacunas durante los controles de bienestar infantil, de ser necesario. Asegúrese de llevar el registro de vacunas de su hijo a cada visita.

- ▼ Las guarderías y las escuelas exigen que todos los niños estén al día con las vacunas.

Cúidese bien



Cómo renovar la cobertura de su hijo

Es importante renovar la cobertura de Medicaid de su hijo a tiempo. De lo contrario, la cobertura de su hijo podría terminar. Funciona de la siguiente manera:

- La Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas (HHSC) le enviará por correo un paquete de renovación dos meses antes de que la cobertura de su hijo esté por terminar.
- La solicitud tendrá parte de la información ya completa, pero usted tendrá que completar el resto.
- Hay tres maneras de renovar Chip/Medicaid para niños: en línea, por correo o por fax.

Renueve la cobertura, no la pierda. Para obtener más información, llame al **2-1-1** o visite el sitio web **yourtexasbenefits.com**.



Programa para trabajadores agrícolas

¿Viaja de un lugar a otro para trabajar en granjas o campos? Queremos que sus hijos reciban los servicios de atención médica que necesiten. Podemos ayudarle a programar los controles y las vacunas que tal vez deban realizarse o aplicarse cuando usted está trabajando fuera del área. Llame al número que aparece en el reverso de su tarjeta de identificación para obtener más información.

Controles de rutina

Las consultas regulares al PCP son importantes, incluso aunque sus hijos estén saludables. Los controles de bienestar infantil están disponibles sin cargo para los miembros. Los bebés, los niños y los adolescentes necesitan controles. Siga este cronograma:

Calendario del control de bienestar infantil

- | | | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 2 semanas | <input type="checkbox"/> 6 meses | <input type="checkbox"/> 15 meses | <input type="checkbox"/> 30 meses | <input type="checkbox"/> De 5 a 20 años:
Todos los años,
dentro de los
30 días posteriores
al cumpleaños |
| <input type="checkbox"/> 2 meses | <input type="checkbox"/> 9 meses | <input type="checkbox"/> 18 meses | <input type="checkbox"/> 3 años | |
| <input type="checkbox"/> 4 meses | <input type="checkbox"/> 12 meses | <input type="checkbox"/> 24 meses | <input type="checkbox"/> 4 años | |

¿Necesita más información sobre la cobertura de su hijo?

Llame al Departamento de Servicios para Miembros a los números que figuran a continuación:

- Medicaid (Tarrant): **1-800-306-8612**
- Medicaid (Bexar): **1-800-248-7767**
- CHIP (Tarrant): **1-800-245-5380**
- CHIP (Bexar): **1-866-818-0959**
- STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**
- TTY/TDD: **1-800-735-2989**

Seamos locales

El personal de nuestro departamento de extensión comunitaria, normalmente, se encuentra en los vecindarios asistiendo a ferias de salud y eventos locales destinados a brindar a los miembros existentes y potenciales información sobre nuestro plan.

Además de brindar un resumen de nuestro plan, el personal de extensión comunitaria informa a la gente sobre STAR/CHIP/STAR Kids, los controles de bienestar infantil, la renovación de los beneficios y los servicios acelerados para hijos de trabajadores agrícolas que viajan. Examine estos servicios adicionales que ofrece nuestro equipo de extensión.



Aunt Bertha

Obtenga información sobre programas locales en Texas. Encontrar la ayuda que necesita es simple: visite **[aetna-tx.auntbertha.com](https://www.aetna-tx.auntbertha.com)** para buscar.



Educación para proveedores

Sesiones educativas para consultorios de proveedores para ayudar a identificar a los hijos de trabajadores agrícolas que viajan para ayudarlos a recibir los servicios de atención médica que puedan necesitar.



Educación para miembros

Sesiones educativas personales con un miembro que deben realizarse en una sala privada en el consultorio del proveedor. El personal de extensión comunitaria, por lo general, coordinará una fecha/hora con un proveedor cuando se programen sesiones con varios miembros.

Para obtener más información sobre nuestros servicios y programas de valor agregado, llame al **1-877-751-9951**.

Su recuperación puede comenzar hoy

Obtenga el apoyo que necesita para superar la adicción



La adicción es real, pero se puede tratar. Si usted o algún conocido están luchando contra un trastorno por abuso de sustancias, no están solos. La mayoría de las personas con adicciones pueden beneficiarse de un tratamiento, sin importar cuán grave parezca el problema.

Servicios de tratamiento de adicciones y recuperación

Su plan cubre una variedad de opciones de tratamiento. Nuestros proveedores ofrecen atención para pacientes externos/internados y terapia asistida con medicamentos. Su equipo de atención médica trabajará con usted para encontrar el programa que mejor se adapte a sus necesidades. Hay programas especiales para mujeres y futuras mamás.

Para obtener ayuda con los beneficios y las remisiones a proveedores, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Estas llamadas son confidenciales.

- Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant)
- Medicaid STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**
- CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant)
- **1-800-735-2989** (para personas con problemas auditivos)



Ayuda para los Tejanos

Los centros de extensión, pruebas de detección, evaluación y remisión pueden ayudar a quienes buscan ayuda para un trastorno por abuso de sustancias. Puede acceder a ayuda inmediata y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana por teléfono llamando al **1-877-541-7905**.

Por un Texas sin Drogas

Por un Texas sin Drogas es el programa oficial de prevención de Texas. Puede obtener más información en **hhs.texas.gov/services/health/prevention/drug-free-texas**.



Programas para dejar de fumar de Texas

Ayuda gratuita para dejar de fumar

Ofrecemos un programa para nuestros miembros (de 12 años o mayores) que deseen recibir ayuda para dejar de fumar. El programa incluye evaluación y asesoramiento. Los miembros de 18 años y mayores pueden recibir productos de reemplazo de nicotina con una receta de su PCP. Si compra un producto de reemplazo de nicotina, llámenos al número gratuito que figura en su tarjeta de identificación para averiguar dónde enviar el recibo.

Si lo desea, también puede consultar otros programas para dejar de fumar:

SmokefreeTXT

Visite el sitio web smokefree.gov/smokefreetxt-keywords para obtener más información.

Quitline de Texas

Llame al **1-877-YES QUIT (1-877-937-7848)** o visite el sitio web yesquit.com para obtener más información.

Nicotina Anónimos

Solicite un kit gratuito para principiantes al **1-877-879-6422** o envíe un correo electrónico a info@nicotine-anonymous.org para conocer las reuniones grupales de su localidad. Obtenga más información en nicotine-anonymous.org.





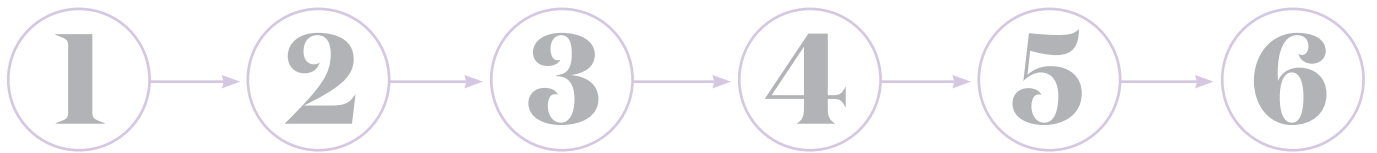
Sea consciente



Una mente sana es tan importante como un cuerpo sano. Por eso, deseamos que usted y su familia estén plenamente saludables: en la mente y en el cuerpo. Conciencia plena significa permanecer en el presente y prestar atención a lo que está pasando en el momento. Significa ser consciente y mantener la mente abierta. A continuación, mencionamos algunas sugerencias para ayudarlo a aliviar el estrés, relajarse y enfocarse en lo que es importante.

Calmar la mente

Pruebe este ejercicio simple de conciencia plena en cualquier momento y en cualquier lugar.



1 Deténgase y coloque los pies en el suelo.

2 Sienta los pies en contacto con el piso.

3 Lleve su atención a la respiración.

4 Siga su inhalación y exhalación siete veces.

5 Observe cómo se siente ahora.

6 Haga este ejercicio tres veces por día.

Haga que la conciencia plena forme parte de su día



Es fácil incorporar la conciencia plena a la rutina diaria. Si se siente estresado, pruebe estas ideas rápidas.

Haga una cosa por vez. Es fácil verse abrumado con tareas. escoja una y comience desde allí.

Deje de hacer lo que está haciendo y escuche. Dedique un minuto a escuchar el sonido a su alrededor.

Piense en cómo se siente en el momento. Acepte sus sentimientos, pensamientos y sensaciones.

Muévase y haga gimnasia, tome su colchoneta de yoga o, simplemente, estírese y camine por el lugar.

Haga una pausa y respire antes de reaccionar ante algo.

Programe tiempo para usted. Destine 15 minutos por día a hacer algo solo para usted.

Disfrute de una comida y preste atención a todo lo relacionado con el alimento que está comiendo.

¿Necesita ayuda?

Si se siente totalmente abrumado o estresado, sepa que no está solo. Estamos a su disposición para ayudarlo si las cosas no van bien. Llame a los siguientes números:

Línea directa de crisis

Obtenga ayuda en casos de crisis durante las 24 horas, los 7 días de la semana llamando al número que figura en el reverso de su tarjeta de identificación.

Red Nacional de Prevención del Suicidio

Llame al **1-800-273-8255** para obtener ayuda gratuita y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana.

Línea directa para jóvenes de Texas

Llame al **1-800-989-6884**. Encontrará voluntarios capacitados disponibles para ayudar las 24 horas, los 7 días de la semana.

¿No tiene ganas de hablar?

Envíe un mensaje de texto con la palabra TALK (hablar) al **741741** para comunicarse sin cargo con un asesor de crisis capacitado de Crisis Text Line durante las 24 horas, los 7 días de la semana.

Envíe un mensaje de texto al **512-872-5777** para comunicarse con la Línea directa para jóvenes de Texas. También puede usar el chat en línea en **www.dfps.state.tx.us/youth_hotline**.

En caso de emergencia, llame al **911**.

Todo sonrisas



Controle su dentadura

La atención dental es muy importante para su salud en general. Los controles dos veces al año pueden ayudar a que su dentista encuentre problemas de manera temprana, cuando son más fáciles de tratar. Una caries no tratada puede provocar dolor e infección.

Proteja sus dientes blancos

Siga estos consejos de la Asociación Dental Americana:

- Cepille sus dientes dos veces al día. No se apure, tómese su tiempo.¹
- Practique una buena técnica. Sostenga su cepillo de dientes con una leve inclinación. Cepíllese suavemente con movimientos cortos hacia adelante y atrás. Asegúrese de cepillar el exterior, el interior y la superficie de masticación de los dientes. No se olvide de la lengua.¹
- Mantenga su cepillo de dientes limpio. Siempre enjuáguelo con agua. Déjelo secar al aire antes de usarlo nuevamente.¹
- Utilice hilo dental todos los días.

¿Cuál es el momento adecuado para un primer control?

Cuando sale el primer diente del niño o antes de su primer cumpleaños. Luego, consulte cada seis meses. Puede realizar dos consultas dentales preventivas por año para niños menores de 20 años. Y no necesita una remisión para consultar con un dentista o un especialista dental.

¹Personal de Mayo Clinic. Oral health: brush up on dental care basics. Mayo Clinic. Disponible en: [mayoclinic.org/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/dental/art-20045536](https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/dental/art-20045536). Consultado el 13 de septiembre de 2018.



Haga que cepillarse los dientes sea divertido

No siempre es fácil lograr que los niños se cepillen los dientes. Pero, si lo hace divertido, podrá lograrlo. Dejar que los niños elijan un cepillo de dientes y una crema dental especiales es un buen comienzo. Para hacer que el cepillado dure, al menos, 2 minutos, intente cantar o tararear una canción. También puede poner un cronómetro; haga lo que deba hacer. Asegúrese de usar solo una cantidad de crema dental fluorada del tamaño de una arveja en niños de 3 a 6 años. Y “escupe, no tragues” es una buena norma para seguir.

¿Cuándo comienzo con los controles dentales de mi hijo?

- Los controles dentales deben comenzar cuando sale el primer diente del niño o antes de su primer cumpleaños.
- Los controles dentales deben realizarse cada seis meses, a menos que el dentista necesite ver a su hijo con más frecuencia.
- No necesita una remisión de su PCP.
- Los niños menores de 6 meses pueden recibir servicios dentales en caso de una emergencia.

El poder de saber

Proveedores de su red

Obtenga información sobre los proveedores de la lista

Es posible que quiera obtener más información sobre su proveedor. Consulte el Directorio de proveedores y farmacias. Está disponible en aetnabetterhealth.com/texas. O puede solicitar que le envíen una copia impresa por correo llamando al Departamento de Servicios para Miembros. Puede averiguar si el proveedor está aceptando nuevos pacientes o si el consultorio es accesible. También puede encontrar información básica, como la siguiente:

- Nombre, dirección y número de teléfono del proveedor
- Especialidad del proveedor y certificación del consejo (busque el símbolo 🏥 para corroborar la certificación)
- Idiomas que habla el proveedor y otros detalles

¿No consulta con un proveedor de la lista?

Simplemente, llame al Departamento de Servicios para Miembros a los números que figuran más abajo. Tenemos la información más actualizada sobre los proveedores de la red.

- Medicaid STAR: **1-800-248-7767** (Bexar), **1-800-306-8612** (Tarrant)
- Medicaid STAR Kids: **1-844-STRKIDS (1-844-787-5437)**
- CHIP o CHIP Perinate: **1-866-818-0959** (Bexar), **1-800-245-5380** (Tarrant)
- **1-800-735-2989** (para personas con problemas auditivos)

La atención hospitalaria está cubierta

Usted está cubierto si tiene una emergencia y necesita atención hospitalaria. También está cubierto si necesita atención hospitalaria planificada. Esto incluye cirugías u otros procedimientos. Simplemente asegúrese de obtener la aprobación primero (autorización previa). También es conveniente usar un hospital que sea uno de nuestros proveedores de la red. Los siguientes son algunos aspectos que revisamos sobre su hospitalización:

- La atención que recibe: queremos asegurarnos de que recibe la atención que necesita y que es necesario que sea en un hospital.
- Los registros del hospital sobre todos los días que usted estuvo allí: necesitamos los registros para aprobar el pago; de lo contrario, podríamos no aprobarlo.

Algunos factores pueden afectar el pago de la atención hospitalaria. Usted no será responsable de los pagos, aunque le digamos al hospital que nosotros no pagaremos. ¿Tiene preguntas? Simplemente llame al Departamento de Servicios para Miembros al número que aparece en su tarjeta de identificación.

Consulte el sitio web para obtener más información

¿Necesita obtener más información sobre los beneficios, servicios y límites de su plan? Para obtener respuestas rápidas, simplemente, visite el sitio web aetnabetterhealth.com/texas. Haga clic en "For Members" (Para miembros). Luego, haga clic en "Handbook" (Manual).

Cuando visita el sitio web, puede obtener información sobre cómo recibir servicios de atención médica y medicamentos. También puede presentar una reclamación para pagos, enviar un reclamo o apelar una decisión. ¿Siente curiosidad sobre cómo evaluamos la nueva tecnología? Simplemente, ingrese en aetnabetterhealth.com/texas.

Conozca sus derechos y responsabilidades

Como miembro, usted tiene derechos. También tiene responsabilidades. Estas responsabilidades son las cosas que debe hacer. ¿Necesita ayuda con sus derechos y responsabilidades? Solo llame al Departamento de Servicios para Miembros. También puede obtener una copia de ellos.

Conozca sus derechos

Algunos de sus derechos incluyen lo siguiente:

- Recibir un trato respetuoso y digno
- No sufrir discriminación por cuestiones de edad, raza, sexo, religión, nacionalidad u otro motivo que esté en contra de la ley
- Tener la capacidad de sugerir cambios en sus derechos y responsabilidades

Nuestros proveedores también deben respetar estos derechos.

Conozca sus responsabilidades

Usted tiene algunas responsabilidades. Cumpla con lo que usted y su proveedor acuerden hacer. Asegúrese de realizar citas de seguimiento. Si su proveedor le receta un medicamento, tómelo. Siga las indicaciones de su proveedor para su atención.

Obtenga más información en el manual y en línea

Puede obtener más información sobre sus derechos y responsabilidades en el manual para miembros. También puede visitar aetnabetterhealth.com/texas.

Ayude a detener el fraude

El fraude, el uso indebido y el abuso son comunes en la industria de la atención médica y, por lo general, ocasionan un aumento en los costos de atención médica. Aetna Better Health of Texas se dedica a luchar contra el fraude, el uso indebido y el abuso a través de su Programa de prevención del fraude. Este programa está diseñado para detectar y eliminar el fraude, el uso indebido y el abuso en la atención médica.

Los tipos más comunes de fraude, uso indebido y abuso en la atención médica son los siguientes:

- Facturar servicios que nunca se brindaron
- Facturar servicios más costosos de los que realmente se brindaron
- Dar un diagnóstico incorrecto para recibir un pago mayor
- Llevar a cabo servicios innecesarios para recibir un pago mayor
- Tergiversar procedimientos no cubiertos como médicamente necesarios
- Vender o compartir el número de identificación de un miembro con el propósito de presentar reclamaciones falsas

Para denunciar las sospechas de fraude o abuso, llame a la línea directa de fraude y abuso al **1-866-519-0916** o a la línea directa de la Oficina del Inspector General (OIG) al **1-800-436-6184**. O puede completar el formulario de fraude, uso indebido y abuso en nuestro sitio web en aetnabetterhealth.com/texas. Nuestro Departamento de Prevención de Fraude revisará la información y mantendrá el nivel de confidencialidad más alto según lo permita la ley.

Aviso de no discriminación

Aetna cumple con las leyes federales de derechos civiles vigentes y no discrimina por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Aetna no excluye a las personas ni las trata de manera diferente por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

Aetna hace lo siguiente:

- Proporciona asistencia y servicios gratuitos a las personas que tienen discapacidades para que se comuniquen con nosotros de manera eficaz, como los siguientes:
 - o Intérpretes de lenguaje de señas calificados
 - o Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- Brinda servicios de idiomas gratuitos a personas cuya lengua materna no es el inglés, como los siguientes:
 - o Intérpretes calificados
 - o Información escrita en otros idiomas

Si necesita un intérprete calificado, información escrita en otros formatos, servicios de traducción u otros servicios, llame al número que aparece en su tarjeta de identificación o al **1-800-385-4104**.

Si considera que Aetna no le proporcionó estos servicios o lo discriminó de alguna otra manera por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante nuestro coordinador de Derechos Civiles:

Dirección:	Attn: Civil Rights Coordinator 4500 East Cotton Center Boulevard Phoenix, AZ 85040
Teléfono:	1-888-234-7358 (TTY 711)
Correo electrónico:	MedicaidCRCoordinator@aetna.com

Puede presentar una queja en persona o por correo postal o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, nuestro coordinador de Derechos Civiles está disponible para brindarle ayuda.

También puede presentar un reclamo de derecho civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Sociales de los Estados Unidos por vía electrónica a través del portal de reclamos de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>; o bien, puede hacerlo por correo o por teléfono a: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201, 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Los formularios de reclamo están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Aetna es la marca que se utiliza para los productos y servicios proporcionados por uno o más de los grupos de compañías subsidiarias de Aetna, lo que incluye a Aetna Life Insurance Company y sus filiales.

Servicios de interpretación en varios idiomas (Texas)

TTY: 711

INGLÉS: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call the number on the back of your ID card or **1-800-385-4104** (TTY: 711).

ESPAÑOL: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al número que aparece en el reverso de su tarjeta de identificación o al **1-800-385-4104** (TTY: 711).

VIETNAMITA: CHÚ Ý: nếu bạn nói tiếng việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Hãy gọi số có ở mặt sau thẻ id của bạn hoặc **1-800-385-4104** (TTY: 711).

CHINO: 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電您的 ID 卡背面的電話號碼或 **1-800-385-4104** (TTY: 711)。

COREANO: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 귀하의 ID 카드 뒷면에 있는 번호로나 **1-800-385-4104** (TTY: 711) 번으로 연락해 주십시오.

ARABIC: ملحوظة: إذا كنت تتحدث باللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل على الرقم الموجود خلف بطاقتك الشخصية أو على **1-800-385-4104** (للصم والبكم: 711).

URDU: توجہ دیں: اگر آپ اردو زبان بولتے ہیں، تو زبان سے متعلق مدد کی خدمات آپ کے لئے مفت دستیاب ہیں۔ اپنے شناختی کارڈ کے پیچھے موجود نمبر پر یا **1-800-385-4104** (TTY: 711) پر رابطہ کریں۔

TAGALO: PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng wikang Tagalog, mayroon kang magagamit na mga libreng serbisyo para sa tulong sa wika. Tumawag sa numero na nasa likod ng iyong ID card o sa **1-800-385-4104** (TTY: 711).

FRANÇÉS : ATTENTION : si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le numéro indiqué au verso de votre carte d'identité ou le **1-800-385-4104** (ATS: 711).

HINDI: ध्यान दें: यदि आप हिंदी भाषा बोलते हैं तो आपके लिए भाषा सहायता सेवाएं नि:शुल्क उपलब्ध हैं। अपने आईडी कार्ड के पृष्ठ भाग में दिए गए नम्बर अथवा **1-800-385-4104** (TTY: 711) पर कॉल करें।

PERSIAN: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، به صورت رایگان می توانید به خدمات کمک زبانی دسترسی داشته باشید. با شماره درج شده در پشت کارت شناسایی یا با شماره **1-800-385-4104** (TTY: 711) تماس بگیرید.

ALEMÁN: ACHTUNG: Wenn Sie deutschen sprechen, können Sie unseren kostenlosen Sprachservice nutzen. Rufen Sie die Nummer auf der Rückseite Ihrer ID-Karte oder **1-800-385-4104** (TTY: 711) an.

GUJARATI: ધ્યાન આપો: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાયતા સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. તમારા આઈડી કાર્ડની પાછળ આપેલા નંબર પર અથવા **1-800-385-4104** પર કોલ કરો (TTY: 711).

RUSO: ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, вам могут предоставить бесплатные услуги перевода. Позвоните по номеру, указанному на обратной стороне вашей идентификационной карточки, или по номеру **1-800-385-4104** (TTY: 711).

JAPONÉS: 注意事項:日本語をお話になる方は、無料で言語サポートのサービスをご利用いただけます。IDカード裏面の電話番号、または**1-800-385-4104** (TTY: 711)までご連絡ください。

LAOTIAN: ເຊີນຊາບ: ຖ້າວ່າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທຫາເບີໂທທີ່ຢູ່ດ້ານຫຼັງບັດປະຈຳຕົວຂອງທ່ານ ຫຼື **1-800-385-4104** (TTY: 711).



Diga su opinión

Comparta sus ideas y mejore su plan

Todos pueden mejorar, ¿verdad? Ahora puede unirse al **Grupo de Asesoramiento de Miembros (MAG)**. Los cuidadores también se pueden unir. El MAG se reúne para revisar la información del plan, compartir ideas y hablar sobre cambios o programas nuevos.

Para unirse al MAG, usted debe cumplir con lo siguiente:

- Tener, al menos, 18 años
- Ser miembro (o cuidador de un miembro) de Aetna Better Health® of Texas durante, al menos, los últimos 90 días
- Tener la voluntad de asistir a reuniones en persona o por teléfono cuatro veces por año

No se preocupe por los costos de viaje. Le devolveremos el dinero si asiste en persona. Recuerde que su opinión cuenta. Y sus ideas hacen que las cosas sean mejores para todos.

Llame al número del Departamento de Servicios para Miembros que aparece en su tarjeta de identificación para unirse hoy mismo.

Tenga estos números a mano

Departamento de Servicios para Miembros

Medicaid STAR
1-800-248-7767 (Bexar)
1-800-306-8612 (Tarrant)

STAR Kids
1-844-STRKIDS
(1-844-787-5437)

CHIP o CHIP Perinate
1-866-818-0959 (Bexar)
1-800-245-5380 (Tarrant)

TTY/TDD: **1-800-735-2989**

Línea de enfermería disponible las 24 horas, los 7 días de la semana

Medicaid STAR
1-800-248-7767 (Bexar)
1-800-306-8612 (Tarrant)

STAR Kids
1-844-STRKIDS
(1-844-787-5437)

CHIP o CHIP Perinate
1-866-818-0959 (Bexar)
1-800-245-5380 (Tarrant)

TTY/TDD: **1-800-735-2989**

Programa para trabajadores agrícolas **1-800-327-0016**

Para denunciar fraude o abuso

Línea directa de fraude y abuso de Aetna
1-866-519-0916

Línea directa de la Oficina del Inspector General (OIG)
1-800-436-6184

Esta información médica es de carácter general y no debe reemplazar las instrucciones o la atención de su proveedor. Siempre consulte con su proveedor sobre sus necesidades de atención médica particulares.