

# Guía de Referencia Rápida de Beneficios

¡Enfóquese en estar sano! Utilice este folleto como una ayuda para entender mejor su nuevo plan de salud y beneficios.



## REVISE EL CONTENIDO PARA OBTENER INFORMACIÓN SOBRE LO SIGUIENTE:



Cómo configurar su cuenta.



Servicios de atención médica.



Dónde ir para obtener cuidados.



Cómo ganar dólares de recompensa.



Cómo encontrar y elegir un médico.



Beneficios de valor agregado.



# Bienvenido a Delaware First Health, su plan de seguro de Medicaid.

Como su plan de seguro de Medicaid, Delaware First Health está aquí para ayudarlo a obtener la atención que necesita para mantenerse saludable. En esta guía, le daremos información importante sobre su plan de salud. Usted aprenderá cómo encontrar un médico, hacer citas, entender sus beneficios y aprender acerca de las muchas recompensas y beneficios adicionales que ofrecemos a nuestros miembros. Nuestro objetivo es hacer que su experiencia en la atención médica sea sencilla y fácil.



## **Cómo utilizar esta guía:**

Utilice esta guía para asegurarse de que está sacando el máximo partido a su plan de salud. Esta guía es una “referencia rápida” que lo ayuda a responder preguntas, realizar un seguimiento de los pasos siguientes y encontrar formularios que pueda necesitar.



## Lista de Comprobación para Nuevos miembros

Esta lista de comprobación tiene tareas importantes que usted debe hacer en sus **primeros 30 días** como miembro. Lo ayudará a comenzar su experiencia de atención médica y a asegurarse de que saque el máximo partido a su plan de salud. También puede ganar recompensas de My Health Pays® por completar más actividades.



Para obtener más información, visite nuestro sitio web **DelawareFirstHealth.com**.

Si tiene alguna pregunta sobre los puntos de esta lista de comprobación o necesita ayuda, llame a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

- Configure su portal para miembros.** Puede obtener una **recompensa de \$10** por crear una cuenta. Para obtener más información sobre cómo configurar su cuenta, visite la página 6. Si necesita ayuda, puede llamar a Servicios para Miembros.
- Inscríbese en una sesión de orientación para miembros nuevos.** Puede inscribirse visitando **DelawareFirstHealth.com/events**. Estas sesiones tienen lugar todos los meses y puede unirse en línea o por teléfono.
- Complete su Evaluación de Riesgos para la Salud (HRA) y gane una recompensa de \$20.** Puede completarlo de la siguiente manera:
  - Llame a Servicios para Miembros.
  - Inicie sesión en su cuenta del portal para miembros en línea (en Health Screenings).
  - Complete el formulario de HRA que recibió en este paquete y enviándolo por correo.
- Elija a un Proveedor de Cuidado Primario (PCP).** Este es un médico o enfermero que le proporciona y planifica servicios de atención médica o lo ayuda a acceder a estos. Usted puede ganar **\$15** por confirmar a su PCP.
- Después de elegir a su PCP,  **programe su primera cita y gane \$25** por una consulta de control de salud para adultos o **\$25** por una consulta de control de salud para niños (para niños de entre 2 y 18 años).
- Inscríbese para la próxima reunión del Consejo Asesor de Miembros (MAC).** Puede inscribirse para la reunión en **DelawareFirstHealth.com/events** o llamando a Servicios para Miembros. Puede asistir a la reunión en persona, en línea o por teléfono. Los miembros que asistan recibirán una **tarjeta de regalo de \$50**.
- Tenga su tarjeta de ID de miembro de Delaware First Health con usted en todas las consultas.** Si no ha recibido su tarjeta de ID por correo, llame a Servicios para Miembros.
- Esté atento a una llamada de bienvenida de Servicios para Miembros de Delaware First Health. Si pierde nuestra llamada, puede llamarnos al **1-877-236-1341** (TTY: **711**). Cuando llame, podremos actualizar su información de contacto y asegurarnos de que pueda obtener información importante sobre su salud por teléfono y correo electrónico.



# Saque el máximo partido a su plan de salud el resto del año y cada año después.

Después de completar su lista de comprobación de 30 días, hay muchas cosas que puede hacer para sacar el máximo partido a su plan de salud y mantenerse saludable e informado. Esta lista de comprobación tiene actividades saludables importantes para que usted y su familia las hagan durante todo el año. **Usted puede ganar recompensas de My Health Pays® por muchas de estas actividades.**

## ¡Consiga recompensas por sus consultas de salud y vacunas!

- Consulta de control de salud anual para adultos (\$25)
- Consulta de control de salud anual para niños (\$25)
- Consulta dental anual (\$20)

### Exámenes de salud

- Cáncer de cuello uterino (\$30 por una prueba de detección cada tres años)
- Cáncer de mama (\$25 por una prueba de detección cada dos años (edad 40-74))
- Cáncer colorrectal (\$20 por una prueba de detección cada dos años (edad 50-75))
- Clamidia
- Prueba de glucosa en sangre para adultos con diabetes
- HbA1c anual para adultos con diabetes de 18 a 75 años (\$20)
- Examen de retina anual para adultos con diabetes (\$25)

### Vacunación

- Vacuna anual contra la gripe (\$15)
- Neumocócica (protege contra las infecciones bacterianas como la neumonía)
- Td/Tdap (puede prevenir el tétanos (T), la difteria (D) y la tos ferina (aP))
- Zoster (puede prevenir el herpes zóster)



Si tiene alguna pregunta sobre los artículos de esta lista de comprobación o necesita ayuda, puede llamar a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341 (TTY: 711)**.



## Manténgase al Día.

Aparte de completar actividades saludables, hay otras maneras de asegurarse de que obtiene todo lo que Delaware First Health tiene para ofrecer. Visite **DelawareFirstHealth.com**.

- Compruebe nuestro calendario de eventos para ver qué eventos hay en su comunidad.
- Lea los boletines trimestrales para miembros de *Whole You* en nuestro sitio web.
- Encuentre recursos de la comunidad como despensa de alimentos, refugios o recursos de trabajo visitando nuestro registro de recursos en **DelawareFirstHealth.findhelp.com**.
- Cada año, usted necesitará completar su renovación de Medicaid (también conocida como Redeterminación) para mantener su cobertura de Medicaid.
- Asegúrese de actualizar su información con DHSS. Para ello, vaya a **assist.dhss.delaware.gov**. O llamando al Departamento de Relaciones con el Cliente al **1-866-843-7212**.





## Números de Teléfono Importantes

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

### **Para obtener ayuda con Crisis de Salud Conductual, puede llamar a:**

- Línea Nacional de Prevención del Suicidio: **988**
- Línea(s) directa(s) gratuita(s) de la DSAMH para crisis de salud conductual:
  - Línea Directa de Northern Delaware: **1-800-652-2929**
  - Línea Directa de Southern Delaware: **1-800-345-6785**
  - Apoyo a Crisis Juvenil DSCYF 24/7: **1-800-969-4357**

### **Llame a Servicios para Miembros al 1-877-236-1341 (TTY: 711) para las necesidades de los miembros que no sean de emergencia, tales como:**

- Preguntas sobre beneficios.
- Ayuda para cambiar o seleccionar un Proveedor de Cuidado Primario (PCP).
- Servicios de la visión.
- Servicios dentales.
- Servicios de farmacia.
- **Línea de Asesoramiento de Enfermería (24/7):** Nuestra Línea de Asesoramiento de Enfermería está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana, todos los días del año, para responder a sus preguntas sobre salud.
- **Administración de Cuidados:** La administración de cuidados y la orientación son parte de sus beneficios y se le proporcionan sin costo alguno.



## Solicitar Información Adicional y Traducción Oral

Delaware First Health puede ayudarlo si necesita servicios de interpretación para cualquiera de sus servicios de atención médica. También puede solicitar que se le envíe esta guía o cualquiera de nuestros materiales sin costo alguno. Si necesita información adicional, o servicios que incluyen interpretación oral, traducción oral, ayudas y servicios auxiliares, información escrita en idiomas predominantes distintos del inglés e información escrita en formatos alternativos, llámenos al **1-877-236-1341 (TTY: 711)**.



## Encuentre Documentos y Recursos en Línea

Visite **DelawareFirstHealth.com** para ver todos los beneficios de su plan de salud y para llenar formularios importantes en línea. Estos beneficios incluyen: médico, salud conductual, dental, visión y más.

**Estos documentos importantes están disponibles en nuestro sitio web.  
Visite DelawareFirstHealth.com y busque lo siguiente:**



### **DIRECTORIO DE PROVEEDORES**

Puede encontrar el Directorio de Proveedores del plan Delaware First Health en línea. Para obtener la lista de médicos más actualizada, utilice nuestra herramienta “Find a Provider” (Buscar un Proveedor) para realizar búsquedas en línea. Esta lista se actualiza diariamente.



### **MANUAL PARA MIEMBROS**

Su Manual para Miembros de Delaware First Health se puede encontrar en nuestro sitio web en la sección Miembros. Incluye información útil sobre su cobertura y beneficios.



### **LISTA DE MEDICAMENTOS PREFERIDOS (PDL)/FORMULARIO**

Puede encontrar información sobre la PDL/Formulario en nuestro sitio web. Esta es una lista de medicamentos cubiertos por Delaware First Health.



### **BOLETÍN DE NOTICIAS PARA MIEMBROS**

Delaware First Health proporciona un boletín trimestral para miembros en nuestro sitio web con detalles y consejos para que pueda mantenerse saludable e informado.



### **EVENTOS**

Encuentre información sobre cualquiera de nuestros próximos eventos, incluidos baby showers comunitarios, consejos asesores para miembros, orientaciones para nuevos miembros y mucho más.

**Para solicitar una copia impresa de cualquiera de los puntos enumerados anteriormente llame a Servicios para Miembros al 1-877-236-1341 (TTY: 711). Le proporcionaremos estos materiales sin costo alguno.**

### **Si no tiene acceso a Internet, podemos ayudarlo**

Servicios para Miembros puede enviarle cualquier documento, ayudarlo a encontrar un médico, ayudarlo a configurar cuentas o responder a cualquier otra pregunta que tenga, todo sin costo para usted. Llame a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341 (TTY: 711)**.

También hay algunos formularios útiles al final de esta guía y en el paquete que se incluye. Si necesita ayuda, puede llamar a Servicios para Miembros y ellos pueden llenar los formularios por usted por teléfono. También puede llenar los formularios a mano y enviarlos por correo usando los sobres con franqueo pagado incluidos en su paquete.



## Cree su Cuenta de Miembro en Línea

Obtener su información médica en línea es fácil. También puede obtener una **recompensa de \$10 en su tarjeta de recompensas de My Health Pays®**.

Para comenzar, visite **Member.DelawareFirstHealth.com** y haga clic en “Create New Account” (Crear Cuenta Nueva) para crear una cuenta con EntryKeyID. Si ya tiene una cuenta de EntryKeyID, puede utilizar el mismo correo electrónico y contraseña para el portal para miembros de Delaware First Health. Si necesita ayuda para establecer su cuenta, puede encontrar más información en el Manual del Miembro en línea o puede llamar a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

English

delaware  
first health

### Log In

Email Address \*

CONTINUE

[Create New Account](#)

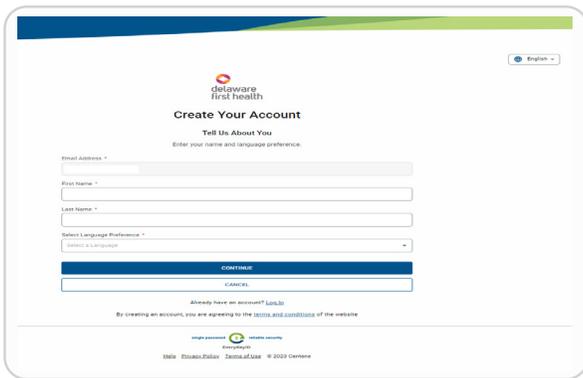
single password  reliable security  
EntryKeyID

[Help](#) [Privacy Policy](#) [Terms of Use](#) © 2023 Centene

## SIGA LOS PASOS QUE SE INDICAN A CONTINUACIÓN PARA CREAR SU CUENTA:

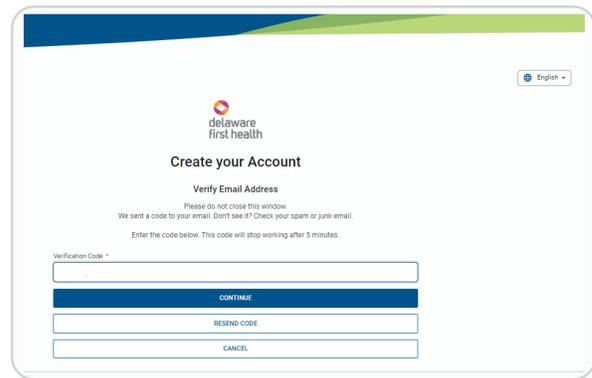
### Para crear una cuenta, necesitará lo siguiente:

- Una dirección de correo electrónico.
- Su nombre, apellido y fecha de nacimiento.
- Su identificación (ID) de miembro, tal y como aparece en su tarjeta de miembro.



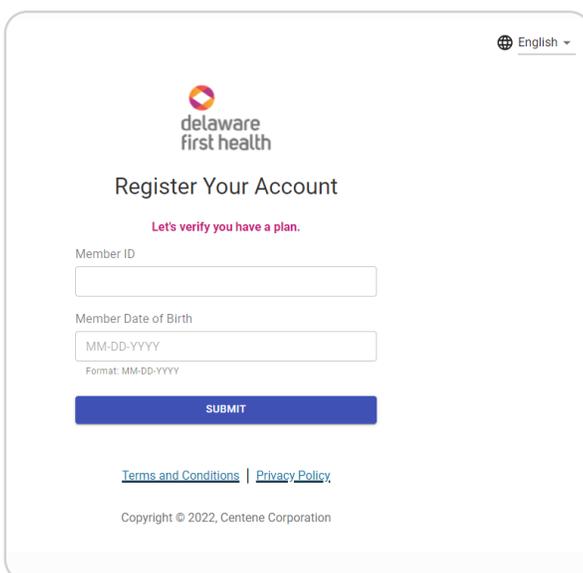
### PASO 1:

Siga los pasos que aparecen en la pantalla para crear su cuenta y contraseña. Para continuar, tendrá que verificar su dirección de correo electrónico mediante un código de verificación.



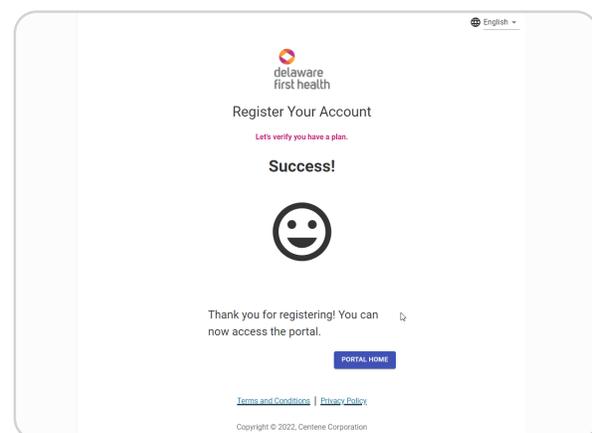
### PASO 2:

Después de iniciar sesión, tendrá que introducir su ID de miembro y su fecha de nacimiento para vincular su nuevo EntryKeyID.



### PASO 3:

Una vez que su cuenta esté configurada en el portal para miembros de Delaware First Health, podrá ver su tarjeta de ID, datos de salud, reclamaciones, evaluaciones de riesgo y mucho más. Su EntryKeyID también se puede utilizar para acceder a sus datos médicos desde aplicaciones de terceros que admiten el acceso de pacientes.



Ahora puede acceder a su cuenta en el portal para miembros. Para ello, vaya a **Member.DelawareFirstHealth.com** e inicie sesión.



# Comience a Ganar *myhealthpays*<sup>®</sup>, Dólares de Recompensa

## Es fácil ganar dólares de recompensa de *My Health Pays*<sup>®</sup>.

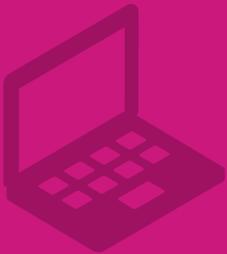
Como miembro de Delaware First Health, lo recompensamos por hacer actividades saludables. Después de completar una actividad saludable, añadiremos los dólares de recompensa que haya ganado directamente a su tarjeta prepaga *My Health Pays*<sup>®</sup> Visa<sup>®</sup>.

Le enviaremos por correo su tarjeta prepaga *My Health Pays*<sup>®</sup> Visa<sup>®</sup> una vez que haya completado su primera actividad saludable. Puede seguir acumulando recompensas de *My Health Pays*<sup>®</sup> realizando más actividades saludables. Las recompensas se agregarán a su tarjeta una vez que se nos notifique.

## UTILICE SUS RECOMPENSAS DE *myhealthpays*<sup>®</sup> PARA AYUDAR A PAGAR LO SIGUIENTE:

- Servicios Públicos
- Educación
- Traslado
- Renta
- Telecomunicaciones (facturas telefónicas)
- Artículos de uso diario al comprar en Walmart\*
- Servicios de Cuidado de Niños

Usted puede ganar recompensas por hacer cosas como completar ciertos formularios, exámenes anuales, consultas anuales de bienestar, pruebas y más. Puede ganar recompensas desde **\$10 hasta \$50 por actividad**.



**VISITE [DELAWAREFIRSTHEALTH.COM/VAB](http://DELAWAREFIRSTHEALTH.COM/VAB) PARA MÁS  
DETALLES Y UNA LISTA COMPLETA DE TODAS LAS *myhealthpays*<sup>®</sup>  
RECOMPENSAS**

*\* Esta tarjeta no se puede utilizar para comprar alcohol, tabaco o productos de armas de fuego.*

*Esta tarjeta es emitida por The Bancorp Bank, N.A., miembro de la FDIC, de acuerdo con una licencia de Visa U.S.A. Inc. La tarjeta no se puede utilizar en todos los lugares donde se acepten tarjetas de débito Visa. Consulte el Acuerdo del Titular de la Tarjeta para ver las restricciones de uso completas.*

*Los fondos caducan 90 días después de la finalización de la cobertura del seguro o 365 días después de la fecha en que se obtuvo la recompensa, lo que ocurra primero.*



## Gane Recompensas Completando su HRA

Delaware First Health quiere ayudarlo a estar y mantenerse sano. Nuestra Evaluación de Riesgos de Salud (HRA) nos ayuda a estar actualizados sobre sus necesidades de salud actuales. **También obtendrá una recompensa de \$20 de My Health Pays® cuando termine su HRA.**

Utilizamos este formulario para averiguar cualquier cambio que haya experimentado en su salud. Por eso es importante completar este formulario cada año. Con esta información, podemos satisfacer sus necesidades de salud específicas a través de servicios o asistencia adicionales.



### COMPLETE SU FORMULARIO DE EVALUACIÓN DE RIESGOS DE SALUD (HRA)

Este formulario es confidencial. Esto significa que su información se mantiene privada y segura. Puede encontrar el formulario en el paquete que se incluye con esta guía. Si decide enviarlo por correo, utilice el sobre de “Medical Management Notifications” (Notificaciones de gestión médica). Asegúrese de completar un formulario por cada miembro de Delaware First Health en su hogar. Si necesita más formularios o desea completar este formulario en línea, puede iniciar sesión en su portal para miembros visitando **Member.DelawareFirstHealth.com**. También puede llamar a Servicios para Miembros para obtener más formularios o para completar el formulario por teléfono. Llame hoy al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

**Escanee el código QR con su teléfono para completar este formulario en el portal para miembros.**





## Proveedor de Cuidado Primario (PCP)

**Su Proveedor de Cuidado Primario (PCP) es su médico personal principal.**

Cuando se convierte en miembro de Delaware First Health, debe elegir un PCP en un plazo de 30 días corridos. Si no elige un PCP, seleccionaremos uno para usted. Si confirma su PCP dentro de los 30 días de la inscripción, puede ganar una recompensa de **\$15 de My Health Pays®**. Puede cambiar su PCP en cualquier momento.

**Comuníquese siempre con su PCP cuando se sienta enfermo o cuando tenga alguna pregunta de salud, para que pueda recibir los mejores cuidados.**

### CÓMO ELEGIR O CAMBIAR SU PCP.

- 1** Utilice el portal seguro para miembros en nuestro sitio web en **Member.DelawareFirstHealth.com**.
- 2** Llame a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**) si necesita ayuda. Pida hablar con un Defensor de Miembros para entender más acerca de este proceso y sus beneficios.

**Le enviaremos una nueva tarjeta de ID de miembro de Delaware First Health después de que elija un nuevo PCP.**

### ENCUENTRE UN PCP

Visite el directorio de proveedores de **DelawareFirstHealth.com** en línea.

**-o bien-**

Llámenos al **1-877-236-1341** (TTY: **711**). Podemos ayudarle a encontrar un PCP.

También puede llamarnos si desea saber más sobre un PCP. Podemos decirle qué idioma habla el proveedor, si está en nuestra red, dónde está ubicado y sus adaptaciones de accesibilidad a la ubicación.

Escanee el código QR  
con su teléfono para  
acceder al Directorio de  
Proveedores



## ¿CÓMO SÉ QUIÉN ES MI PCP?

Usted puede encontrar a su PCP revisando su tarjeta de ID de miembro, ingresando a su portal para miembros, o llamando a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

## SU CHEQUEO RUTINARIO ANUAL

Después de elegir a su PCP, llame para programar su primera visita.

Un chequeo anual con su PCP es la mejor manera de mantenerse informado sobre su salud. También puede ganar recompensas de *My Health Pays*<sup>®</sup> por ir a sus chequeos anuales. **Los adultos pueden ganar \$25 y los niños de 2 a 18 años pueden ganar \$25.** Hable con su médico sobre cualquier cambio de salud que haya detectado o sobre las preocupaciones que pueda tener.

Su PCP puede recomendar pruebas u otros servicios de atención preventiva para ayudar a controlar su salud, como exámenes de detección del cáncer de cuello uterino, exámenes de detección del cáncer de mama o exámenes de detección del cáncer colorrectal. Aproveche esta oportunidad y plantee todas las preguntas que tenga.



**Si necesita ayuda para programar esta consulta, llámenos al 1-877-236-1341 (TTY: 711).**



# Obtenga más Información Sobre Su Cobertura

## **Delaware First Health ofrece una amplia gama de servicios de atención médica.**

Ofrecemos muchos beneficios para nuestros miembros. Algunos se enumeran a continuación. Para obtener una lista completa de nuestros beneficios, visite **DelawareFirstHealth.com** y vaya a “Benefits and Services” (Beneficios y Servicios). A continuación, seleccione “Benefits List” (Lista de Beneficios). O encuentre la lista en nuestro Manual del Miembro.

**También puede escanear el código QR para ir directamente a nuestra Lista de Beneficios**



### **Servicios Médicos**

- Visitas al consultorio del proveedor.
- Medicación.
- Exámenes de Laboratorio.
- Radiografías.
- Cuidado de la salud en el hogar.
- Admisiones en un hospital.
- Suministros médicos.



### **Servicios de Salud Conductual**

- Servicios de la salud mental de pacientes internados/ambulatorios.
- Servicios de abuso de sustancias y abuso de alcohol.
- Servicios de rehabilitación de salud mental.
- Servicios de análisis conductual aplicados.



### **Servicios de Visión para Miembros Mayores de 21 Años (Beneficio de Valor Agregado)**

Los beneficios del cuidado de los ojos son un servicio de valor agregado que Delaware First Health proporciona a nuestros miembros de 21 años de edad o más. Esto no está disponible en los beneficios estándar.

- Examen ocular anual con refracción.
- Los exámenes oculares médicamente necesarios están cubiertos.
- Hasta \$160 para marcos, lentes y actualizaciones de lentes o lentes de contacto (incluye ajustes) cada año.
- No hay copagos.

### **Servicios de Visión para Miembros Menores de 21 años (Beneficio de Medicaid)**

- Examen ocular anual con refracción, exámenes médicos necesarios ilimitados.
- Anteojos anuales o lentes de contacto médicamente necesarios.
- Sustitución y reparaciones cubiertas.
- Gafas de repuesto, según sea necesario, por cualquier motivo (anteojos o lentes de contacto médicamente necesarios).
- No hay copagos.



### Cobertura de Farmacia

Llame al **1-877-236-1341** (TTY: **711**) para obtener más detalles sobre su cobertura de farmacia.



### Cuidado de Maternidad

Para más detalles sobre la cobertura, vea la sección Beneficios de Salud Materna e Infantil en esta guía.



### Servicios Dentales

- Los servicios dentales están disponibles para miembros de 20 años y menores. Incluye servicios como:
  - Limpiezas, fluoruro, selladores, cuidado de cavidades, canales de raíces, exámenes por un ortodoncista y más.
  - No hay copagos.
- Los servicios dentales están disponibles para miembros de 21 años y mayores. Incluye servicios como:
  - \$1,000 de cobertura por año para servicios dentales (limpiezas, radiografías, empastes para caries y mucho más).
  - Copago de \$3 por consulta.
- Extracción de las muelas de juicio con impacto óseo para todos los miembros.



### Servicios y Beneficios de DSHP Plus Long-Term Services and Support (LTSS)

- Servicios diurnos para adultos.
- Servicios de cuidado de un asistente.
- Alternativas residenciales en la comunidad que incluyen centros de residencia asistida.
- Comidas entregadas a domicilio.
- Pequeñas modificaciones en el hogar.
- Servicios en centro de enfermería.
- Apoyos nutricionales.
- ¡Y más!



### También ofrecemos estos beneficios:

- Asistencia adicional para afecciones de salud complejas mediante nuestros programas de Administración de Atención Médica y Enfermedades.
- Transporte (viajes) a las citas proporcionadas por el Estado. Llame al **1-866-412-3778**.
- Debe llamar con 72 horas de anticipación para programar un viaje.
- Coordinación de la atención médica con programas y servicios de su comunidad.
- El Equipo del Defensor del Miembro lo ayudará a entender sus beneficios, programar y llegar a citas, y ayudar con el proceso de quejas (reclamo) y apelaciones.
- La Línea de Asesoramiento de Enfermería está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana para brindarle asesoramiento inmediato sobre cualquier problema relacionado con la salud.

**Si necesita estos servicios, llámenos al 1-877-236-1341 (TTY: 711).**



# Beneficios de Salud Materna e Infantil

## Manténgase Informado sobre la Salud de su Hijo(a)

Los bebés y niños pequeños también necesitan acudir periódicamente a consultas con su médico. Es importante que su hijo tenga una visita anual de control de salud, incluso cuando no esté enfermo. En la siguiente tabla, se muestra la edad en que los bebés, niños pequeños y adolescentes deben ver a un PCP. Usted también puede ganar recompensas por llevar a su hijo a sus chequeos de salud.

### PROGRAMA DE CONTROL DE LA SALUD



#### *Nacimiento*

- De 3 a 5 días
- 1 mes
- 2 meses
- 3 meses
- 4 meses
- 6 meses
- 9 meses



#### *Primera Infancia*

- 12 meses
- 15 meses
- 18 meses
- 24 meses
- 30 meses
- 3 años
- 4 años
- 5 años



#### *Infancia Media y Adolescencia*

- Cada año hasta que su hijo cumpla 21 años

**El control de salud de su hijo incluye un examen y vacunas para ayudar a prevenir enfermedades. Hable con el médico de su hijo acerca de cualquier problema o preocupación de salud.**

## Recompensas por Salud Materna e Infantil

¿Sabía usted que puede ganar recompensas por completar actividades saludables mientras está embarazada, después de dar a luz, durante los primeros 30 meses de vida de su bebé e incluso durante la infancia y la adolescencia de su bebé?

Cuando realice actividades saludables, como acudir a las consultas al médico, el monto de recompensa se añadirá a su tarjeta de recompensas de *My Health Pays*®. Puede usar la tarjeta de recompensas para pagar servicios públicos, facturas de teléfonos celulares, servicios de cuidado de niños y comprar artículos cotidianos en Walmart. Para obtener una lista completa de las actividades y los montos de las recompensas, visite **[DelawareFirstHealth.com/VAB](http://DelawareFirstHealth.com/VAB)**.



## Beneficios de Maternidad

Sus beneficios Standard Medicaid cubren la atención antes (prenatal), durante (trabajo de parto y parto) y después del parto (posparto).

También puede recibir:

- Servicios de Doula. El beneficio incluye:
  - Tres (3) consultas prenatales durante el embarazo.
  - Apoyo durante el trabajo de parto y el parto.
  - Tres (3) consultas después del nacimiento.
- Visitas a domicilio.
- Cobertura del extractor de leche.
- Citas de telesalud bajo demanda.
- Servicios de apoyo a la lactancia materna.
- Apoyos nutricionales posparto: Este beneficio incluye comidas, pañales y toallitas después de dar a luz a su bebé.\*

\* Llame a Servicios para Miembros hoy para obtener más información sobre cualquiera de estos beneficios:

**1-877-236-1341** (TTY: **711**).



# Cuide de Usted y de su Bebé

## *Start Smart for Your Baby*

Nuestro programa Start Smart for Your Baby® ofrece asistencia y atención personalizadas para embarazadas y padres primerizos. Este programa la ayuda a centrarse en su salud durante y después del embarazo, así como en la salud de su bebé.

### **START SMART FOR YOUR BABY® LE OFRECE ESTOS BENEFICIOS SIN COSTO ALGUNO:**

- Información sobre el cuidado durante el embarazo y el cuidado del recién nacido.
- Ayuda comunitaria con la vivienda, comida, ropa y cunas.
- Apoyo y recursos para la lactancia materna.
- El personal médico trabajará con usted y su médico si experimenta algún problema durante el embarazo.
- Consejos de salud por mensaje de texto y correo electrónico para usted y su recién nacido.

## **Notificación de Embarazo**

Si está embarazada, complete el formulario de Notificación de Embarazo (NOP). Usted puede **ganar \$20** en su tarjeta de recompensas de *My Health Pays*® por completar este formulario. Complételo en línea a través del portal para miembros en **Member.DelawareFirstHealth.com** o complete el formulario incluido con esta guía y devuélvalo en el sobre con franqueo pagado. Si decide enviarlo por correo, utilice el sobre para “**Medical Management Notifications**” (Notificaciones de Gestión Médica).

**Escanee el código QR para completar su NOP.**





# Uso de sus Beneficios y Cobertura

## Calificación y Registro para la Administración de Casos

La administración de casos está disponible para los miembros de DSHP Plus LTSS. Los administradores de casos son profesionales de la salud que actúan como defensores, apoyando, guiando y coordinando la atención para usted, su familia y sus cuidadores. Los administradores de casos coordinan toda su salud física y conductual con los servicios y apoyos a largo plazo.

Si cree que puede calificar para los servicios de Administración de casos o si está interesado en aprender más, llame a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

## Servicio y Coordinación de la Atención

La Coordinación de la Atención está disponible para todos los **miembros de DSHP y DSHP Plus**. Un coordinador de atención médica es la persona que lo ayuda a administrar y crear su plan de atención médica. También son la persona indicada para cualquier pregunta o preocupación que usted pueda tener acerca de sus beneficios. Esto es parte de sus beneficios cubiertos, que se le proporciona sin costo alguno.

## Autorización Previa

Delaware First Health debe aprobar algunos servicios antes de que se le puedan proporcionar. Esto se llama autorización previa. Compruebe si se necesita una autorización previa visitando **DelawareFirstHealth.com**. Puede encontrar la lista en “Benefits and Services” (Beneficios y Servicios) y haciendo clic en “Prior Authorization/Referral” (Autorización/Remisión Previa). Si quiere obtener una copia del aviso, llame al Departamento de Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

## Servicios de Atención Médica que son Médicamente Necesarios

Usted debe obtener servicios de atención médica que son médicamente necesarios a través de los proveedores participantes. Hay algunas excepciones, como la atención de emergencia. Puede llamarnos si tiene preguntas sobre cualquier servicio. Llame a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).



## Beneficios de Valor Agregado para DSHP y DSHP Plus

Como miembro de Delaware First Health, usted puede obtener beneficios adicionales además de su cobertura estándar de Medicaid. Estos se denominan beneficios de valor agregado (VAB).

Trabajamos constantemente para añadir beneficios adicionales y actualizar los actuales. Si tiene preguntas o necesita más información sobre los beneficios actuales o nuevos, visite [DelawareFirstHealth.com/VAB](http://DelawareFirstHealth.com/VAB) o llame a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

Beneficios de Valor Agregado	DESCRIPCIÓN GENERAL
OTC de la farmacia	<b>\$120 cada año</b> (por hogar) para productos de venta libre (OTC). Incluye artículos como pañales, detergente para la ropa, artículos para bebés, productos para el periodo y mucho más.
Programas de Bienestar Comunitarios	Programas basados en la comunidad para apoyar los objetivos de bienestar: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Niños (menores de 18 años): Boys and Girls club u otros programas.</li> <li>• Adultos mayores de 18 años con IMC superior a 25: WeightWatchers®.</li> <li>• Adultos mayores de 60 años: Membresía del centro para personas mayores y programas y servicios adicionales.</li> </ul>
Tutorías y exámenes de GED	Los miembros mayores de 16 años que no estén matriculados en la escuela pueden <b>obtener hasta \$200</b> en servicios de tutoría y exámenes de GED.
Recompensas de My Health Pays®	Obtenga recompensas por completar actividades saludables elegibles. Estas incluyen su consulta de control de salud anual, la vacuna contra la gripe y los exámenes preventivos específicos. Los miembros pueden ganar <b>premios desde \$10 hasta \$50 por actividad</b> . Visite nuestro sitio web para obtener una lista completa de todas las recompensas.
Teléfono celular	Ayuda para conseguir un celular sin costo para usted. Para miembros que trabajan con un administrador de casos o un coordinador de atención.
Beneficios de la Visión	Los adultos (desde 21 años y mayores) reciben exámenes oculares de rutina y pagan <b>\$160 cada año para exámenes oculares y gafas</b> .
Tutoría	<b>Hasta seis horas</b> de tutoría por año para los miembros en los grados K-12 en riesgo de quedarse atrás en una o más materias.
Vivienda	<b>Hasta \$2500 en recursos de vivienda</b> están disponibles para los miembros elegibles que no tienen hogar o necesitan ayuda para trasladarse de una instalación* o cuidado de crianza a vida independiente. No puede superar los \$2500/de por vida. (* Esto es adicional al beneficio de transición LTSS del Estado).

(Continúa en la página siguiente)

Beneficios de Valor Agregado	DESCRIPCIÓN GENERAL
<b>Manejo del Asma</b>	Apoyo para el asma no clínico en casa. Esto puede incluir eliminación de moho, limpieza de alfombras, ropa de cama hipoalergénica, productos de limpieza con bajo contenido de VOC o purificadores de aire.
<b>Aplicación de Apoyo al Aislamiento Social</b>	Aplicación móvil y llamadas telefónicas de asistencia para miembros de 18 años o más que busquen ayuda adicional para encontrar recursos, mejorar el estado de ánimo o la ansiedad, o que solo quieran hablar con alguien.
<b>Comidas Entregadas a Domicilio Después del Alta</b>	<b>Comidas traídas a su casa</b> , para miembros en riesgo después de salir del hospital.
<b>Aplicación de Apoyo para la Salud Conductual</b>	Acceso a una aplicación móvil que ayuda a gestionar el estrés, la ansiedad, el dolor crónico y mucho más. Para miembros de 13 años o más.
<b>Transporte de Whole Health</b>	Transporte (viajes) a servicios de valor agregado (WeightWatchers®, exámenes de GED, etc.) y servicios y eventos adicionales que califiquen, como viajes a la farmacia y entrega a domicilio de medicamentos con receta, cuando estén disponibles.
<b>Consulta Odontológica en el Consultorio</b>	Realice consultas odontológicas con un nuevo dentista para reunirse con el equipo dental, analizar sus preferencias y preocupaciones, y comprender lo que sucede en una cita dental antes de los exámenes o tratamientos.
<b>Programa de Prevención de la Diabetes</b>	Programa de cambio de estilo de vida que incluye alimentación saludable y actividad física.



# Saber Dónde ir para Obtener Cuidados

## Obtenga los Cuidados Adecuados en el Lugar Adecuado

Asegúrese de saber dónde obtener atención médica cuando la necesite. Si usted se enferma o se lesiona, tiene varias opciones para obtener la atención que necesita.



### PROVEEDOR DE ATENCIÓN PRIMARIA (PCP)

Su PCP es un médico o enfermero que le proporciona y planifica servicios de atención médica, y/o le ayuda a acceder a estos. Llame al consultorio para programar una consulta si no necesita atención médica inmediata. Para elegir un PCP, puede iniciar sesión en su cuenta del portal para miembros o llamar a Servicios para Miembros al **1-877-236-1341** (TTY: **711**).

*Consulte a su PCP si necesita alguno de los siguientes:*

- Ayuda con resfriados, gripes y fiebres.
- Atención médica para problemas de salud crónicos, como el asma o la diabetes.
- Un chequeo rutinario anual.
- Vacunación.
- Consejos frecuentes sobre su salud general.



### TELEMEDICINA (VISITA AL MÉDICO VIRTUAL)

La Telemedicina es una consulta virtual con un médico de la red a través de chat por video. Después de configurar su cuenta, puede programar su consulta dentro de la aplicación. Luego, usted y un médico se reunirán para hablar sobre su problema de salud o hacer preguntas.

Con la telemedicina, tiene acceso las 24 horas a proveedores dentro de la red para asuntos de salud que no son de emergencia.

**Para obtener más información, consulte el folleto de telemedicina incluido con esta guía.**

**También puede visitar [DelawareFirstHealth.com/telehealth](https://www.delawarefirsthealth.com/telehealth) para obtener más información.**



## LÍNEA DE ASESORAMIENTO DE ENFERMERÍA LAS 24 HORAS, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

Nuestra Línea de Asesoramiento de Enfermería las 24 horas, los 7 días de la semana, es una línea telefónica gratuita de información médica. Los profesionales médicos están disponibles para responder preguntas sobre su salud. También pueden ayudar a decidir si usted debiese consultar a su PCP y brindar asistencia para programar su cita.

***Llame a nuestra Línea de Asesoramiento de Enfermería, disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, al 1-877-236-1341 (TTY: 711) si necesita lo siguiente:***

- Ayuda para saber si debe ver a su PCP.
- Ayuda para cuidar a un niño enfermo.
- Respuestas a preguntas sobre su salud.



## CENTRO DE CUIDADO URGENTE

Los centros de cuidado urgente ayudan a diagnosticar y tratar enfermedades o lesiones que no son potencialmente mortales pero que no pueden esperar hasta el día siguiente. Si el consultorio de su PCP está cerrado, un centro de atención de urgencia puede brindarle atención de manera rápida y práctica. Además, los centros de atención de urgencia suelen ofrecer tiempos de espera más cortos que los de una sala de emergencias (ER).

***Vaya a un centro de atención de urgencia para lo siguiente:***

- Esguinces.
- Infección del oído.
- Fiebres altas.
- Síntomas de gripe con vómitos.





## SALA DE EMERGENCIAS (ER)

Cualquier problema que pueda poner en peligro su vida (o la vida de su hijo(a) por nacer, si está embarazada) sin atención médica inmediata se considera una emergencia. Los servicios de emergencia tratan lesiones accidentales o la aparición de lo que parece ser una afección médica.

**Nota: No se requiere autorización previa para los servicios de emergencia.**

**En caso de emergencia, llame al 911 o concurra a la sala de emergencias más cercana. Después de recibir tratamiento, llame a su PCP dentro de las 24 horas o lo antes posible.**

**Vaya a la ER si presenta lo siguiente:**

- Fracturas.
- Sangrado que no se detiene.
- Dolores de parto u otro sangrado (si está embarazada).
- Dolores torácicos intensos o síntomas de un ataque cardíaco.
- Síntomas de crisis (sudor, sed, mareos, piel pálida, etc.).
- Convulsiones.
- Dificultad para respirar.
- Una repentina incapacidad de ver, moverse o hablar.

**Evite la ER y comuníquese con su PCP o haga una visita de telemedicina si presenta lo siguiente:**

- Gripe, resfrío, dolor de garganta o dolor de oído.
- Esguinces o distensiones.
- Cortes o rasguños que no requieren puntos de sutura.
- Más medicamentos o resurtidos de medicamentos recetados.
- Erupción causada por el pañal.



## ¿También tiene Medicare?

El Estado de Delaware ha coordinado planes de atención para personas que están en Medicaid y Medicare. Esto nos ayuda a gestionar mejor su atención. Delaware First Health ofrece planes de salud para miembros que tienen Medicaid y Medicare a través de nuestros planes Wellcare.

Consulte nuestro Plan Dual de Necesidades Especiales Elegibles (D-SNP) con Wellcare visitando **Wellcare.com/DE**. También puede llamarnos al **1-877-236-1341** (TTY: **711**) para aprender más sobre los planes D-SNP que ofrecemos.









**DelawareFirstHealth.com**

**1-877-236-1341**

**TTY: 711 (Para Personas con Limitaciones Auditivas)**

©2024 Delaware First Health

750 Prides Crossing  
Suite 200  
Newark, DE 19713