



Transformando la salud de la comunidad, de una persona a la vez

Edición de mayo de 2023

¡Le damos la bienvenida al boletín de noticias mensual “In the Community” de Iowa Total Care (ITC)!

Esta publicación está diseñada para darle una idea de lo que es ITC.

Nos enorgullece nuestra misión de transformar la salud de la comunidad persona a persona.

Apoyamos el importante trabajo de las organizaciones comunitarias de Iowa. Comparta este boletín de noticias con sus compañeros de la comunidad. ¡Conectémonos para ayudar a los habitantes de Iowa!

[¡Inscríbese para recibir el boletín de noticias!](#)



Celebraciones de mayo

Mes de Concientización sobre Salud Mental



Iowa Total Care ofrece numerosos recursos sobre salud mental para contener a quienes tienen enfermedades mentales. Visite [myStrength](#) en línea para obtener recursos personalizados que le ayuden a superar los desafíos y a desarrollar su fortaleza mental. Los miembros pueden obtener acceso a atención médica sin

costo adicional las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Para ello, deben usar la aplicación Babylon Health. Si desea obtener más información, visite la página [Videoconferencia con un médico](#).

Mes de los Asiáticos y de los Nativos de las Islas del Pacífico



En la comunidad de asiáticos y nativos de las islas del Pacífico, hay muchísima cultura, diversidad e idiomas. Encuentre más recursos en los sitios web del [Departamento de Derechos Humanos de Iowa](#) y del [Mes de los Asiáticos y de los Nativos de las Islas del Pacífico](#).

Mes Nacional del Cuidado de Acogida



Todos los años, la campaña del Mes Nacional del Cuidado de Acogida de la Oficina de la Infancia tiene un tema distinto; este año, el tema es “Fortalecimiento de la mente. Inspiración de las familias”. Este tema destaca un enfoque sensible para satisfacer las

necesidades de salud mental de quienes participan en el bienestar infantil. Si desea obtener más información, visite el [sitio web del Mes Nacional del Cuidado de Acogida](#). También hay recursos disponibles sobre el cuidado de acogida en la sección [Health Books](#) (Libros de salud).

Semana Nacional de la Salud de la Mujer



El Día de la Madre da inicio a la Semana Nacional de la Salud de la Mujer el 9 de mayo. Obtenga información sobre la importancia de los exámenes de detección preventiva y de la creación de hábitos de salud positivos a través de nuestra [página sobre la salud de la mujer](#).

Redeterminación

Todos los años, Iowa lleva a cabo una revisión de elegibilidad de las personas que tienen la cobertura de Medicaid. Estas revisiones se suspendieron debido a la pandemia de COVID-19, y todos los miembros de Iowa Medicaid y Hawki permanecieron inscritos, independientemente de los cambios en la elegibilidad.

Los miembros deben conservar sus planes de salud o cambiarlos.

Pueden seguir estos pasos para determinar si todavía reúnen los requisitos correspondientes:



Actualice su dirección e información de contacto en Iowa Medicaid.



Revise el correo para ver si ha recibido el aviso de renovación.



Siga las indicaciones que figuran en el aviso de renovación antes del plazo establecido.

Si se necesita cobertura, estas opciones resultarán útiles:



¿La cobertura finalizó por error?

Comuníquese con la agencia estatal para volver a solicitar los servicios de Medicaid o CHIP.



Cambio de empleo

Verifique si hay alguna cobertura de salud disponible mediante el empleador.



Si el miembro necesita una nueva cobertura

Averigüe sobre los planes disponibles en el Mercado de Seguros Médicos.

Visite [Healthcare.gov](https://www.healthcare.gov) o llame al centro de atención telefónica del Mercado de Seguros Médicos al **1-800-318-2596 (TTY: 1-855-889-4325)** para obtener más información sobre la cobertura que este ofrece.

Enlaces rápidos



El médico está disponible 24/7*

Obtenga acceso a atención médica sin costo adicional 24/7*.

1. Descargue la aplicación **Babylon Health**.
2. Use el código de **ITC** para registrarse.

¡Programa una consulta virtual hoy! Busque Babylon Health en [App Store](#) o [Google Play](#).

* Los servicios de salud conductual están disponibles de lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 7 p. m., hora del centro.



Start Smart for Your Baby

Independientemente de si este es su primer hijo o si ya tiene otros, la ayuda adicional siempre es útil. Start Smart for Your Baby está diseñado para personalizar la ayuda y la atención que necesita para tener un embarazo y un bebé saludables.

Para participar en el programa, inicie sesión en su cuenta del Portal para Miembros para completar un formulario de Aviso de embarazo. También puede llamar a Servicios para Miembros al **1-833-404-1061 (TTY: 711)** para empezar.

Manténgase sano



Esté bien. Coma bien. - Green to Go

GREEN TO GO

La alimentación es fundamental para vivir una vida saludable; para Iowa Total Care, es prioridad brindar a los miembros las herramientas y los recursos necesarios para que lo logren.

El 24 de junio de 2023, Iowa Total Care organizará el segundo evento Green to Go en Cedar Rapids, Iowa. Se entregarán productos y recursos gratuitos a los miembros de la comunidad. Este evento se realizará en Green Square Park en 5th St. SE en Cedar Rapids de 11 a. m. a 1 p. m., así que agéndelo.

Receta del mes:

Sándwich hawaiano *(rinde 1 porción)*



INGREDIENTES

- 2 rebanadas de pan integral
- 2 cucharadas de mostaza de Dijon
- 2 rebanadas de queso suizo
- 3 lonchas de jamón ahumado
- ¼ de taza de piña enlatada triturada, escurrida
- Cebolla verde en rebanadas para decorar
- Aerosol antiadherente para cocinar o mantequilla

INSTRUCCIONES

1. Caliente una sartén a fuego medio.
2. Unte mostaza de Dijon en cada rebanada de pan.
3. En una rebanada de pan, coloque una feta de queso suizo, lonchas de jamón, la piña y las cebollas verdes.
4. Finalice el relleno con la rebanada de queso suizo restante y el pan.
5. Coloque aerosol antiadherente o mantequilla en la sartén o en las rebanadas de pan.
6. Coloque el sándwich en la sartén caliente durante unos minutos de cada lado o hasta que se derrita el queso. ¡Disfrute!

Receta adaptada de: <https://www.hy-vee.com/recipes-ideas/recipes/sheet-pan-panini>

Iowa Total Care ofrece el seguro médico de Medicaid a los habitantes de Iowa. Fundada en 2019, Iowa Total Care existe para transformar la salud de las comunidades a las que servimos, una persona a la vez.

Enlaces rápidos



Programa de alfabetización de Iowa Total Care

¡Tenga acceso a herramientas educativas y descubra organizaciones comunitarias que ayudan a apoyar la alfabetización para los jóvenes de Iowa!

Visite nuestra página del [Programa de alfabetización de Iowa Total Care](#) para comenzar.



Recursos alimentarios

Encuentre recetas saludables, huertos comunitarios y recursos adicionales para alimentos

Visite nuestra [página Esté bien. Coma bien.](#) para obtener más información.

Historia de un miembro

Historia de miembros: El vínculo miembro-proveedor salva vidas



Un miembro de Iowa Total Care tenía muchos problemas de salud que necesitaban tratamiento, pero no tenía proveedores.

Las afecciones del miembro incluían presión arterial alta, artritis, EPOC, ansiedad, discapacidad visual y cáncer que todavía debía ser diagnosticado.

Cuando el miembro le pidió a un administrador de casos de ITC que lo vinculara con un médico, una cosa llevó a la otra. Ahora, el miembro está recibiendo tratamiento por parte de un equipo de especialistas en atención médica primaria, que incluye un médico, un terapeuta, un psiquiatra, un optometrista y un cirujano.

Debido a que el equipo de proveedores trató a la persona con amabilidad, dignidad y respeto, el cáncer en etapa 2 se descubrió a tiempo para operar. Se extirpó el riñón y el pronóstico parece bueno.

Este miembro expresa continuamente su gratitud al administrador de casos y al equipo de atención médica de Iowa Total Care por su apoyo e intervención. Obtener la atención total necesaria, los medicamentos y los tratamientos, además de un diagnóstico temprano de cáncer, le “salvó la vida” al miembro, dicho en sus propias palabras.

Salvar vidas. Por eso hacemos lo que hacemos.



Devolverle a la comunidad una puntada a la vez

El personal de Iowa Total Care tejió a dos agujas y al crochet 257 gorras para bebés y las donó a Broadlawns Medical Center. Estas gorras se entregarán gratuitamente a todos los bebés que nazcan en Broadlawns.



Evento Green to Go: se donan 1,000 bolsas para productos frescos a la comunidad

Iowa Total Care, Broadlawns, Hy-Vee y Corinthian Baptist Church se aliaron para donar productos a 1,000 familias de la comunidad. Durante este evento, los participantes también tuvieron la oportunidad de ponerse en contacto con diversos proveedores y hablar sobre recursos comunitarios y educación alimentaria.



Voluntariado

El 7 de febrero, un equipo de administradores de casos de exención de Iowa Total Care del área del Gran Des Moines participaron como voluntarios de Meals from the Heartland. El equipo colaboró en un turno de 2 horas y pudo empacar aproximadamente 3,000 comidas.

Enlaces rápidos



Aplicación móvil

¡Perfecta para los miembros que van de un lado a otro! Acceda a los beneficios y a su tarjeta de identificación de miembro - todo desde su teléfono inteligente. Descargue la aplicación Iowa Total Care para comenzar. Búsquela en [App Store](#) o [Google Play](#).



Portal para miembros

Acceda en línea a su información de atención médica, reclamos, tarjetas de identificación y más. Visite [Member.iowaTotalCare.com](#). Cree una nueva cuenta o inicie sesión. ¡Es gratis y fácil!

Sus equipos de Recursos y Relaciones con la Comunidad

Equipo de Extensión Comunitaria de Iowa Total Care

¿Ha tenido la oportunidad de hablar con un representante de Relaciones con la Comunidad? Si es así, ahora puede identificarlo.

Si no ha hablado o no ha programado una cita con un representante de extensión comunitaria de ITC, lo incentivamos a que lo haga y analice las formas en que ITC puede apoyar a su organización.



Nancy Thompson

Directora de Marketing y Relaciones con la Comunidad
nancy.h.thompson@iowatotalcare.com



Peggy Mongar

Gerente de Relaciones con la Comunidad y Extensión Comunitaria
515-447-6147
peggy.mongar@iowatotalcare.com



Matthew Beitelspacher

Especialista en Relaciones con la Comunidad
515-204-9481
matthew.j.beitelspacher@iowatotalcare.com



Linda White

Coordinadora de Relaciones con la Comunidad
linda.white@iowatotalcare.com

Equipo de Recursos de Iowa Total Care

Nuestro equipo ayuda a los miembros a tratar sus necesidades relacionadas con los factores sociales determinantes de la salud. Para ello, conectamos a las personas con los recursos comunitarios, como opciones de vivienda. Comuníquese con nosotros si tiene alguna pregunta. ¡Estamos para ayudarlo!

Especialistas en Vivienda y Recursos



Nicole Naab



Diane Tinker McCoy

Comuníquese con nuestros especialistas en Vivienda mediante el correo electrónico

Housing_ITC@IowaTotalCare.com o
ITC_Resource_Referral@IowaTotalCare.com.

Especialistas en Equidad en Salud



Olga Ayala



Kay Tannatt

Comuníquese con nuestros especialistas en Equidad en Salud mediante el correo electrónico

C&L@IowaTotalCare.com.



¡Manténgase en contacto!

 [Denos un "Me gusta" en Facebook](#)  [Inscríbese para recibir el boletín de noticias](#)

