



Transformando la salud de la comunidad, persona a persona

Edición de julio de 2022

¡Le damos la bienvenida al boletín de noticias mensual “En la comunidad”, de Iowa Total Care (ITC)!

Esta publicación está diseñada para darle una idea de lo que se trata 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 iowanos!

 [¡Inscríbese al boletín de noticias!](#)

Un buen comienzo para lectores jóvenes con Head Start



Iowa Total Care puso en marcha la iniciativa **100 Head Start en Iowa** para apoyar a los lectores jóvenes de todo el estado. Nos asociamos con 100 programas Head Start diferentes que promueven la preparación para la escuela desde la primera infancia.

Cómo funciona:

Iowa Total Care otorga fondos a los programas Head Start, junto con materiales de alfabetización, como señaladores, hojas para colorear, fichas, etc.

Cómo se logra un mayor impacto:

100 Head Start en Iowa forma parte del **Programa de alfabetización de Iowa Total Care**, una iniciativa más amplia que hace realidad la alfabetización ofreciendo actividades GRATUITAS en línea para que los niños se interesen en la lectura. Es gracias a nuestros fantásticos asociados que podemos poner herramientas de alfabetización en las manos de los lectores jóvenes. Visite iowatotalcare.com/literacyprogram para acceder a materiales de aprendizaje entretenidos y gratuitos para niños durante el verano. Y recuerde que todos los niños menores de 10 años pueden formar parte del **Doc's Kids Club** en cualquier momento.



¡Es un verano con huertos comunitarios!



Los huertos comunitarios ayudan a familias de todo Iowa. Apoyan a las comunidades mediante un mayor acceso a alimentos frescos y otros beneficios para la salud. Participar en un huerto local es una forma estupenda para que los habitantes de Iowa cuiden de su comunidad y de su salud. Nuestra [Guía de huertos comunitarios](#) es el lugar perfecto para comenzar.

Las personas que deseen obtener más apoyo para una alimentación saludable pueden visitar iowatotalcare.com/bewelleatwell. Hay clases gratuitas de cocina disponibles en la sección de **Comer sano con Iowa Total Care**, que tiene opciones accesibles, buenas para los diabéticos y para los niños.



Manténgase saludable

¡Haga correr la voz!



Las afiliadas de Iowa Total Care que están embarazadas o pensando en quedar embarazadas deben seguir los siguientes pasos:

- ¡Confírmelo antes de contarlo! Acuda a su médico tan pronto como crea que está embarazada. La atención oportuna y de rutina la ayudará y protegerá a usted y a su bebé.
- Complete un formulario de notificación de embarazo (NOP) de Iowa Total Care [en línea](#).
- Participe en nuestro programa [Start Smart for Your Baby](#)® para obtener cuidados y apoyo durante todo el embarazo.
- ¡Mantenga hábitos de vida saludables! Esto implica hacer ejercicio, consumir comidas saludables y descansar de 8 a 10 horas todas las noches.

¿Sabía que las afiliadas de Iowa Total Care pueden obtener **recompensas My Health Pays**® visitando a su médico y completando el formulario de NOP en las primeras 12 semanas del embarazo? Para conocer más, visite nuestro [sitio web del programa Start Smart for Your Baby](#)® o llame al departamento de Servicios para Afiliados al **1-833-404-1061 (TTY:711)**.



Receta del mes: Pizzas de pepperoni con muffins ingleses para niños

Esta [receta](#) de **Comer sano con Iowa Total Care** es un plato divertido que pueden probar los niños de todas las edades. Hay más videos de clases de cocina accesible, cocina para diabéticos y para niños disponibles en nuestra página [Be Well. Eat Well \(Esté bien. Coma bien\)](#).



INGREDIENTES

- 1 muffin inglés (preferiblemente de trigo integral)
- Salsa para Pizza
- Queso mozzarella rallado
- Rebanadas de Pepperoni
- Verduras picadas

PREPARACIÓN

1. Corte el muffin inglés en mitades.
2. Esparza aproximadamente 1 cucharada de salsa para pizza en cada mitad del muffin inglés.
3. Coloque un poco de queso mozzarella.
4. Personalice sus pizzas añadiendo pepperoni y verduras picadas.
5. Puede disfrutar comiendo las pizzas frías o calentándolas en el microondas por 30-60 segundos (hasta que el queso se derrita).



Enlaces rápidos



El médico está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana*

Obtenga acceso a atención médica sin costo adicional las 24 horas del día, los 7 días de la semana*.

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

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



¡Gane dinero por su opinión!

Cualquier afiliado puede unirse a la Junta Consultiva de Partes Interesadas. Recibirá **\$25** por unirse a la próxima reunión el 7 de septiembre de 2022.

Visite iowatotalcare.com para obtener más información.

Relato de un afiliado



Aprobaciones

Iowa Total Care ayudó a un hospital comunitario durante un período de transición cuando este perdió repentinamente a su terapeuta del habla.

Durante el tiempo en que el hospital no tuvo a alguien contratado, las autorizaciones nuevas no se podían enviar de manera normal. Iowa Total Care comenzó a trabajar con el enfermero de autorizaciones del hospital para identificar cuáles de nuestros afiliados (niños y adultos) debían enviar formularios nuevos.

Gracias a una comunicación frecuente, Iowa Total Care ayudó al hospital a organizar las aprobaciones de las consultas

con los terapeutas del habla externos extendiendo las autorizaciones y cambiando las fechas de finalización.

Cuando finalmente se contrató a un nuevo terapeuta del habla, Iowa Total Care ayudó con el proceso de las autorizaciones previas. El atenerse a una de las creencias fundamentales de Iowa Total Care —*que las asociaciones locales posibilitan una atención médica significativa y accesible*— permitió que el hospital y sus pacientes logran un resultado en las aprobaciones digno de mencionar.



Capital City Pride Fest

Nos encantó unirnos a la diversión del Capital City Pride Fest en Des Moines. Iowa Total Care se enorgullece de apoyar a

Capital City Pride y a la comunidad LGBTQ+ de Iowa. Si le gustaría conocer más sobre la misión de Capital City Pride, visite su sitio web en capitalcitypride.org.



Central Iowa Shelter & Services (CISS)

Nuestro equipo de Marketing y Alcance Comunitario ayudó a CISS a tener su huerto listo para el verano. CISS brinda refugio, comidas y servicios de apoyo con pocos requisitos y sin costo a adultos sin hogar. Obtenga más

información en centraliowashelter.org.



Herramientas para la alfabetización

Hemos entregado herramientas de alfabetización a los programas Head Start, por ejemplo, a Mid-Iowa Community Action en

Marshalltown. Visite iowatotalcare.com/literacyprogram para conocer cómo nuestra iniciativa **100 Head Start en Iowa** entrega herramientas de desarrollo para la alfabetización a lectores jóvenes.



Evento Baby Bloom

Nuestro personal disfrutó de conocer a nuestras afiliadas embarazadas en el evento Baby Bloom en Des Moines. Compartimos artículos para bebés, intercambiamos anécdotas y hablamos de nuestro [programa Start Smart for Your Baby®](#).

Enlaces rápidos



Aplicación móvil

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



Portal para afiliados

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 fácil y gratuito!

Sus Equipos de Recursos y Relaciones con la Comunidad

Equipo de Promoción Comunitaria de Iowa Total Care



¿Ha tenido la oportunidad de hablar con un representante de Relaciones con la Comunidad? De ser así, ahora puede ponerle una cara al nombre.

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



Nancy Thompson

Directora, Comercialización y Relaciones con la Comunidad
nancy.h.thompson@iowatotalcare.com



Peggy Mongar

Administradora, Relaciones con la Comunidad y Promoción 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, Relaciones con la Comunidad
linda.white@iowatotalcare.com

Equipo de Recursos de Iowa Total Care



Nuestro equipo ayuda a los afiliados a abordar 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 duda. ¡Estamos para ayudarlo!

Especialistas en Vivienda y Recursos



Nicole Naab

Comuníquese con nuestros especialistas en Vivienda a través del correo electrónico

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



Diane Tinker McCoy



Especialistas en Equidad Sanitaria



Olga Esparza

Comuníquese con nuestros especialistas en Equidad Sanitaria a través del correo electrónico

C&L@IowaTotalCare.com.



Kay Tannatt



¡Manténgase en contacto!

 Denos un "Me gusta" en Facebook

 [Inscríbese al boletín de noticias](#)

