

Entrenamiento para la gestión de enfermedades



**Gestione sus afecciones con Iowa Total Care.
¡Mejore su salud y obtenga recompensas!**

Iowa Total Care les ofrece a nuestros miembros **entrenamientos GRATUITOS para la gestión de enfermedades**. Aprenda cómo gestionar sus afecciones y cómo mantenerse sano. Proporcionamos servicios para muchas afecciones, como el asma, la EPOC, la ICC, la EAC y la presión arterial alta.

Los miembros pueden ganar hasta \$90 al año con las **recompensas de My Health Pays®**. Puede usar las recompensas para pagar artículos de uso diario en Walmart, servicios, transportes, facturas de teléfono, servicios de atención infantil, educación y la renta.

Recompensas de My Health Pays® por el entrenamiento para la gestión de enfermedades	
Evaluación inicial de ingreso	\$10
Creación de un plan de atención médica con objetivos mensurables	\$30
Finalización exitosa del plan de atención médica	\$50
TOTAL DE LAS POSIBLES RECOMPENSAS	\$90

¿Tiene alguna de estas condiciones? ¡El entrenamiento para la gestión de enfermedades puede ayudarlo!

ASMA: enfermedad crónica pulmonar que inflama y estrecha las vías respiratorias en los pulmones. Algunos de los síntomas son tos, falta de aire y presión en el pecho.

ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA (EPOC): conjunto de enfermedades pulmonares que provocan problemas para respirar.

INSUFICIENCIA CARDÍACA CONGESTIVA (ICC): enfermedad que aparece cuando el corazón es muy débil para bombear sangre.

ENFERMEDAD DE LAS ARTERIAS CORONARIAS (EAC): enfermedad que ocurre cuando una sustancia, llamada placa, se acumula en las arterias que suministran sangre al corazón.

PRESIÓN ARTERIAL ALTA: esta condición ocurre cuando la presión arterial que ejerce fuerza contra la pared de los vasos sanguíneos es demasiado alta de manera constante.

¿Listo para inscribirse? Llame al 1-833-234-9026.

Iowa Total Care complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. | Iowa Total Care cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina en base a la raza, el color, el país de origen, la edad, la discapacidad o el sexo.

Usted tiene a su disposición, sin costo alguno, servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, material impreso en letra más grande, traducción oral y otros formatos alternativos. Para obtenerlos, llame al 1-833-404-1061 (TTY: 711). | Usted tiene a su disposición, sin costo alguno, servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, material impreso en letra más grande, traducción oral y otros formatos alternativos. Para obtener esto, llame al 1-833-404-1061 (TTY: 711). | 可以免费为您提供语言协助服务、辅助用具和服务以及其他格式。如需获得这些服务，请致电 1-833-404-1061 (TTY: 711).