



WHOLE you



2.º trimestre de 2024

La salud paga en Hy-Vee

Los afiliados de Iowa Total Care ahora pueden utilizar su tarjeta My Health Pays® en su Hy-Vee más cercano para comprar* artículos de uso diario.



- tiendas de comestibles Hy-Vee;
- Hy-Vee HealthMarket Rx.
- Dollar Fresh Markets.

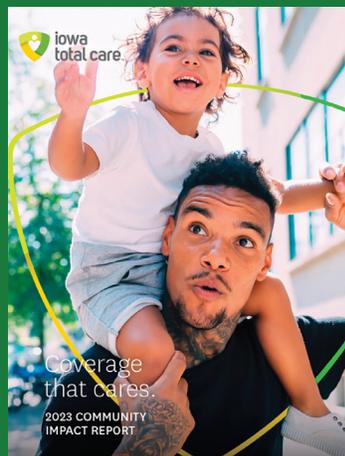
Los afiliados pueden obtener más información para ganar más. Visite IowaTotalCare.com/MyHealthPays.

**Los afiliados no pueden usar su tarjeta para comprar alcohol, productos para armas de fuego, billetes de lotería ni tarjetas de regalo; tampoco puede canjearse por dinero en efectivo.*

Consulte nuestro informe sobre el impacto en la comunidad de 2023

En Iowa Total Care creemos en tres pilares fundamentales: fomentar la atención holística, impulsar las asociaciones locales y adoptar una mentalidad innovadora. Es por eso que en el 2023 y en lo que va del 2024, hemos priorizado nuestro acercamiento a las comunidades y reforzado nuestros objetivos.

Consulte nuestro [informe sobre el impacto en la comunidad de 2023](#), con todas nuestras iniciativas e impactos para 2023.



GREEN TO GO

La nutrición es clave para su bienestar. Iowa Total Care conecta a nuestros afiliados con recursos para que comer bien sea más fácil. Iowa Total Care organizará eventos Green to Go durante todo el verano. ¡En los eventos habrá productos y recursos no perecederos gratuitos!

CONSULTE NUESTRO PRÓXIMO EVENTO GREEN TO GO A CONTINUACIÓN.

Green to Go: Sioux City

En colaboración con Rock the Center de Siouland Community Health Center
8 de agosto de 2024 | 4 p.m. – 6 p.m.
Siouland Community Health Center
1021 Nebraska St.
Sioux City, IA 51105

HISTORIA DE UN AFILIADO:

Iowa Total Care ayuda a sus afiliados a disfrutar de la libertad de movilidad

Cuando un afiliado de Iowa Total Care no pudo ser dado de alta de un centro de enfermería, nosotros intervenimos.

El afiliado no podía irse sin recibir el equipo médico que necesitaba. Esto era un problema para el afiliado. Llevaba dos meses esperando la entrega del equipo.

Cuando nuestro equipo se enteró de que el afiliado llevaba tanto tiempo esperando, Iowa Total Care intervino con rapidez. Nuestro equipo entregó el equipo lo antes posible.

Al resolver el retraso, nuestro equipo redujo el tiempo y el costo de la atención en el centro. Y el afiliado por fin pudo disfrutar de la libertad de movilidad.



Servicios de valor agregado

Ofrecemos una cobertura que se adapta a sus necesidades o a las de su familia. Nuestros servicios de valor agregado se ofrecen sin costo adicional. Algunos de nuestros valores agregados son:

- | | | |
|--|---|--|
|  Start Smart for Your Baby® |  MemberConnections® |  Programa de apoyo contra el abuso de sustancias |
|  Programa de doulas |  Programa de prevención de la gripe |  Programa de prevención del suicidio |
|  Silla para bebé/elevador de asiento para el automóvil |  Pruebas caseras para diabéticos |  Kits de régimen de acogida |
|  Comidas a domicilio |  Servicios de asesoramiento en salud |  Beneficios para la educación |
|  Transporte | |  Doc's Kids Club |

Tanto si va a tener un bebé como si solo necesita que la lleven al médico, tenemos lo que necesita. Para obtener más información, visite nuestra página de [Servicios de valor agregado](#).

Esté bien. Coma bien.

El programa Be Well. Eat Well. Coma bien, una iniciativa que promueve una vida sana mediante una dieta saludable. Ofrecemos muchos recursos sobre cómo incorporar una alimentación saludable a su rutina con opciones que varían desde jardines y huertas comunitarias hasta recetas gratuitas.

Nuevo en Esté bien. Coma bien, sitio web:

- Nuevas recetas:
 - Monedas de zucchini con queso
 - Sushi de banana
 - Rollo de huevo en un tazón
 - Tazones de burritos de pollo rostizado
 - ¡Y más!



Visite la sección "Cooking with Doc" (Cocina con Doc) en nuestra [página web Be Well. Eat Well](#) (Esté bien. Coma bien).

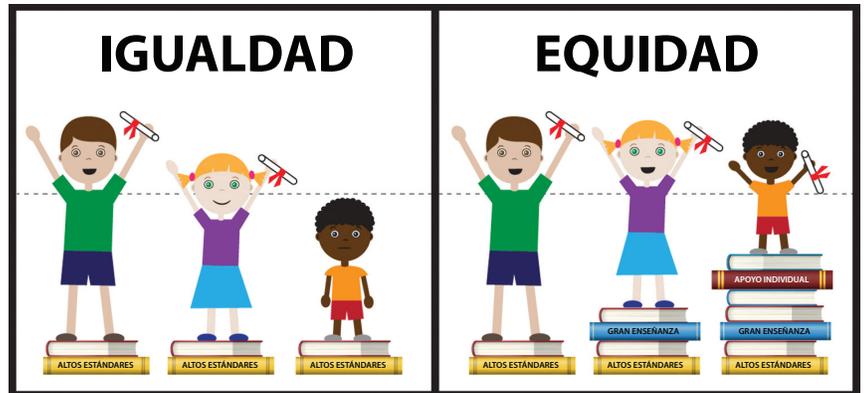
Igualdad frente a Equidad en materia de salud

¿Se preguntó alguna vez cuál es la diferencia entre igualdad y equidad en materia de salud? Observe las diferencias a la derecha.

Igualdad en materia de salud significa dar exactamente los mismos recursos a cada persona, independientemente de su situación.

Equidad en materia de salud significa dar a cada persona los recursos que necesita para que todos tengan las mismas oportunidades.

Consulte el sitio web de los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#) para obtener más información.



Consulte nuestros otros boletines de noticias de Iowa Total Care

Obtenga más información sobre Iowa Total Care, consejos gratuitos para llevar una vida sana y mucho más.

[Boletín de noticias de promoción comunitaria](#)

[Boletín de noticias de Doc's Kids Club](#)

[Boletín de noticias de consejos para adolescentes](#)

Otros recursos



Encuentre un proveedor

En Iowa Total Care, hacemos que sea fácil para usted encontrar al médico que satisfaga mejor sus necesidades de atención médica.

Encuentre lo que busca. ¡Pruebe nuestra herramienta para [Encontrar un proveedor](#) hoy mismo!



My Health Pays®

Reciba recompensas de My Health Pays® cuando complete actividades saludables, como un examen anual de bienestar, evaluaciones anuales y otras formas de proteger su salud.

[Inicie sesión en su cuenta de afiliado](#) para verificar su saldo actual de recompensas de My Health Pays®.



Obtener atención virtual

Los servicios de salud mental están disponibles para los afiliados adultos de Iowa Total Care a través de Teladoc para una visita gratuita. Los afiliados pueden descargar la aplicación Teladoc en [App Store](#) o [Google Play](#) o visitar [Teladoc.com](#) y programar citas por video. Más información en nuestra página [detelesalud](#).



Línea de asesoría de enfermería 24/7 GRATUITA

Los expertos médicos pueden responder a sus preguntas sobre salud y ayudarle a programar visitas al médico. Use esta opción si necesita ayuda para cuidar a un niño enfermo o para saber si debe visitar a su proveedor de atención primaria. Llame a nuestra línea de asesoramiento de enfermería, disponible 24/7: **1-833-404-1061 (TTY: 711)**.



Retribuir a la comunidad



Sioux City Baby Shower - Brinda suministros y recursos para bebés

El personal de Iowa Total Care organizó nuestro primer baby shower de la temporada en Sioux City la primavera pasada. Iowa Total Care proporcionó muchos artículos para bebés, como toallitas y biberones, durante todo el evento. Durante el resto del año, ofreceremos artículos para bebés en varios eventos comunitarios de Iowa Total Care. Encuéntranos en los eventos de Green to Go, otros baby showers comunitarios y más eventos por venir.



Green to Go - Preparó 1.000 bolsas de recursos no perecederos para la comunidad

Los voluntarios de Iowa Total Care trabajaron con socios de la comunidad para preparar bolsas de artículos no perecederos para nuestros eventos Green to Go. En abril, nos asociamos con el Banco de Alimentos de Iowa para preparar más de 1.000 bolsas para Green to Go.

Enlaces rápidos



Aplicación móvil

¡Perfecta para los afiliados estén donde estén! 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.

Encuéntrala 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 cuenta nueva o inicie sesión. ¡Es gratis y fácil!



Recursos para alimentos

Encuentre recetas saludables, huertas comunitarias y recursos adicionales para alimentos.

Visite la página web de [Be Well. Eat Well.](#) en [IowaTotalCare.com](#) para obtener más información.



Programa de alfabetización

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

Obtenga más información sobre nuestro programa de alfabetización en [IowaTotalCare.com](#) para comenzar.



Doc's Kids Club

¿Conoce a algún residente de Iowa menor de 10 años? ¡Coménteles sobre el Doc's Kids Club! Inscribálos [aquí](#) y recibirán un libro gratis, una tarjeta de identificación (ID) y una calcomanía de Doc's Kids Club.



© 2024 Iowa Total Care. Todos los derechos reservados.

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.

Language assistance services, auxiliary aids and services, larger font, oral translation, and other alternative formats are available to you at no cost. To obtain this, please call 1-833-404-1061 (TTY: 711). | Usted tiene a su disposición, sin costo alguno, servicios de asistencia lingüística, ayudas y servicios auxiliares, material en letra grande, traducción oral y otros formatos alternativos. Para obtener estos servicios, llame al 1-833-404-1061 (TTY: 711). | 我们免费为您提供语言协助服务、辅助设施和服务、更大字体、口头翻译和其他替代格式。如需获得此服务，请致电 1-833-404-1061 (TTY: 711)。