

WHOLE you

Segundo trimestre 2025



ACTUALIZACIÓN DEL PORTAL PARA MIEMBROS: Perfil demográfico autoinformado

Todos los miembros de Iowa Total Care ahora pueden autoinformar la raza, la etnia, el idioma y la orientación sexual en el [portal de miembros](#).

Aquí le explicamos cómo hacerlo:

1. [Ingresa a su cuenta](#).
2. Desplácese hacia abajo hasta “**Health Demographic Profile**” (Perfil demográfico de salud).
3. Haga clic en “**View or Update your demographic profile**” (Ver o actualizar su perfil demográfico).
4. Actualice su información de contacto.

¿Por qué Iowa Total Care quiere esta información? Solicitamos esta información:

- Para mejorar la calidad de sus cuidados y servicios.
- Para comprender mejor sus necesidades de atención médica.
- Para conocer su preferencia de idioma cuando vea a sus proveedores de servicios de atención médica.
- Para proporcionar información de atención médica para satisfacer sus necesidades de cuidado.
- Para ofrecer programas para ayudarlo a estar más saludable y reducir las desigualdades en materia de salud.

Acceda a su información de atención médica, reclamos, tarjetas de identificación, perfil demográfico y más en línea. Visite Member.IowaTotalCare.com. Cree una cuenta nueva o inicie sesión: ¡es gratis y fácil!

También puede acceder a los beneficios y a su tarjeta de identificación de miembro todo desde su teléfono. Descargue la aplicación Iowa Total Care para comenzar a usarla.

Descargue la aplicación móvil: [App Store](#) | [Google Play](#)

AVISO: su plan de salud protege su raza, etnia, idioma, orientación sexual e identidad de género. Esto significa que la información que proporciona es privada y segura. Sus respuestas a estas preguntas son voluntarias. No se le negará la atención médica en función de sus respuestas.

HISTORIA DE UN MIEMBRO:

Iowa Total Care ofrece una gama completa de soluciones



En Iowa Total Care, nuestro nombre refleja más que solo lo que hacemos: representa nuestra misión. Brindar un «cuidado total» significa que apoyamos a la persona en su totalidad, abordando no solo las necesidades médicas sino también los desafíos diarios que afectan su salud.

Estos retos pueden resultar abrumadores y, a menudo, provocan problemas de salud mental como ansiedad y depresión, lo que puede complicar aún más los cuidados. Estos desafíos pueden resultar abrumadores y, a menudo, provocan problemas de salud mental como ansiedad y depresión, lo que puede complicar aún más los cuidados.

Ahí es donde interviene Iowa Total Care. A través de sólidas alianzas comunitarias, conectamos a los miembros con los recursos que necesitan, ya sea vivienda asequible, acceso a comidas o asistencia médica a domicilio. Al ayudar a eliminar las barreras que impiden el acceso a la atención médica, nos aseguramos de que nuestros miembros puedan centrarse en su salud y recuperación.

Sin Iowa Total Care y nuestros socios locales, estas dificultades acumuladas serían mucho más comunes. Juntos, marcamos la diferencia, brindando atención, apoyo y esperanza cuando más importa.

Healthy Kids Iowa

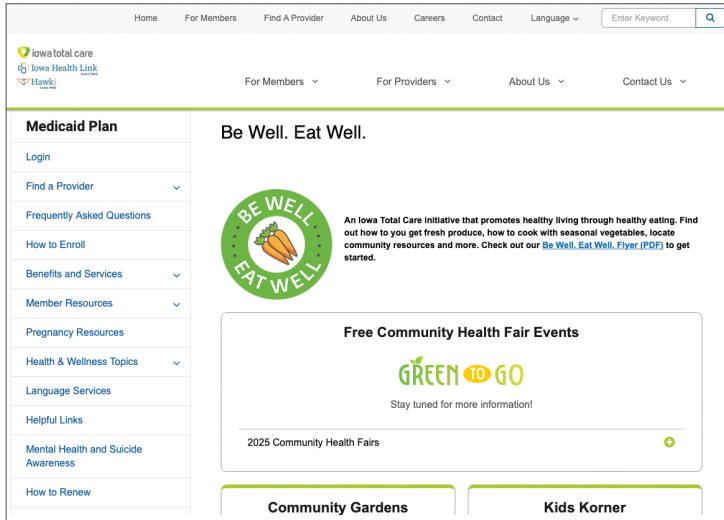
Healthy Kids Iowa es un nuevo programa del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Iowa (HHS, por sus siglas en inglés) que ofrecerá opciones de alimentos saludables para los niños durante los meses de verano.

Obtenga más información y regístrese para recibir actualizaciones. Visite la página

[Healthy Kids Iowa del HHS de Iowa.](#)



Las nuevas recetas están en vivo en la página web Be Well. Eat Well.



Nos complace compartir la última serie de recetas nuevas que ya están disponibles en la página web [Be Well. Eat Well.](#) Actualizamos regularmente la página con recetas nuevas y la colección más reciente acaba de salir este mes.

Con todo un año de recetas fáciles y saludables, hay algo sabroso para cada estación y estilo de vida. Nuestras recetas están diseñadas para satisfacer una variedad de necesidades, que incluyen:

- Cocinar a un precio accesible
- Controlar la diabetes
- Comidas aptas para niños
- Sabores multiculturales

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

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.



Obtenga recompensas por concentrarse en su salud.

Reciba [premios de My Health® Pays™](#) cuando complete actividades saludables, como un examen anual de bienestar, evaluaciones anuales, pruebas, y otras formas de proteger su salud.



Servicios de valor agregado

¡Saque más partido a su plan de salud Iowa Total Care! Los afiliados reciben servicios adicionales sin costo adicional, porque nos preocupamos por usted en su totalidad. Tanto si va a tener un bebé como si solo necesita que le lleven al médico, tenemos lo que necesita. Hemos agregado muchos servicios nuevos de valor agregado. Algunos de ellos incluyen:

- Asiento de coche gratuito para embarazadas.
- Comidas a domicilio para embarazadas o miembros con un bebé recién nacido.
- Kits de hogares de acogida para los miembros de hogares de acogida.



Obtenga atención 24/7

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



Línea de asesoría de enfermería 24/7 GRATUITA

Los expertos médicos pueden responder a sus preguntas sobre salud y ayudarlo 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 médico de cabecera. Llame a nuestra Línea de asesoramiento de enfermería, disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana **al 1-833-404-1061 (TTY: 711)**.



Día del miembro en el mercado

Iowa Total Care disfrutó mucho visitando y proporcionando recursos al público en nuestro stand del mercado agrícola del centro de Des Moines en mayo. Los miembros recibieron tarjetas regalo para el mercado agrícola Des Moines y pudieron hablar con el personal sobre los formularios de evaluación de riesgos para la salud de Iowa Total Care y otros recursos valiosos.



Iowa Total Care abre un centro de formación con Central Iowa Shelter & Services

En mayo pasado, [Iowa Total Care](#) y [Central Iowa Shelter & Services](#) presentaron el nuevo Empowerment Command Center en Grinnell. La falta de vivienda es uno de los desafíos más complejos de nuestro tiempo y necesita más que soluciones a corto plazo. Estos centros de mando permanentes proporcionarán un espacio para quienes necesitan organizaciones y recursos comunitarios.

¡Vea nuestro [video](#) sobre el evento!

Quick Links



Aplicación móvil

Perfecta para los afiliados estén donde estén. Acceda a los beneficios y a su tarjeta de identificación de miembro: todo desde su teléfono inteligente. Descargue la aplicación para comenzar a usarla. Búsquela 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 nuestra página web [Be Well.Eat Well](#) 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! ¡Visite nuestra [página del Programa de Alfabetización](#) de Iowa Total Care para comenzar!



Revise otros boletines de noticias de Iowa Total Care

Obtenga más información acerca de Iowa Total Care, encuentre consejos gratis para tener una vida saludable y más.

- [Boletín informativo de divulgación comunitaria](#)
- [Boletín de noticias de Doc's Kids Club](#)
- [Boletín de noticias de consejos para adolescentes](#)



© 2025 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 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)。