

WHOLE you



Cuarto trimestre de 2024

AHORA DISPONIBLE:

Use sus My Health Pays Rewards para pagar la gasolina en Hy-Vee



El programa de My Health Pays Rewards de Iowa Total Care ofrece ahora la opción de utilizar sus recompensas para la gasolina. Pase por su Hy-Vee Fast and Fresh local y utilice su tarjeta de My Health Pays Rewards para llenar el tanque.



Puede utilizar sus [My Health Pays Rewards](#) para cubrir diferentes necesidades, como por ejemplo facturas de teléfono, comestibles, servicios públicos y mucho más.

Encuentre recursos en su comunidad. Visite IowaTotalCare.FindHelp.com

ESCANEE PARA CONOCER MÁS



- Alimentos
- Transporte
- Refugio
- Atención médica
- Trabajo
- Recursos financieros
- Educación
- ¡Y mucho más!

Encontrar recursos en IowaTotalCare.FindHelp.com

¿Necesita ayuda para localizar recursos? ¿Quiere ayuda para encontrar la manera de conseguir lo que necesita, cuando lo necesita?

Podemos ayudarlo con los siguiente:

- Conseguir transporte para ir y volver de sus citas médicas
- Encontrar despensas de alimentos
- Encontrar una vivienda asequible
- Conseguir artículos para bebés
- Localizar un médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) en su comunidad
- Encontrar un intérprete
- Traducir material

Si necesita ayuda para localizar recursos en su comunidad o tiene alguna pregunta, haga lo siguiente:

- Vaya a IowaTotalCare.FindHelp.com
- Llame a los Servicios para Miembros al 1-833-404-1061 o
- Visite la página de miembros de nuestro sitio web IowaTotalCare.com

NO OLVIDE VACUNARSE:

Verifique si su vacuna contra el tétanos, difteria y tos ferina acelular (TDAP, por sus siglas en inglés) está vencida.



¿Está al día con la vacuna contra la TDAP? Los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) recomiendan vacunarse contra la TDAP cada 10 años para protegerse de las siguientes tres enfermedades graves:

- 1. Tétano:** puede provocar espasmos musculares dolorosos y ser peligroso si se hace un corte o una herida.
- 2. Difteria:** puede provocar graves problemas respiratorios y otros problemas serios.
- 3. Tos ferina (tos convulsa):** puede ser muy grave, especialmente para los bebés y las personas con sistemas inmunitarios debilitados.

¿Por qué es importante ponerse la vacuna contra la TDAP?

La vacuna contra la TDAP ayuda con lo siguiente:

- Evitar que se contagie de estas enfermedades.
- Prevenir el contagio de estas enfermedades a otras personas.

Si está embarazada o fue madre recientemente, lea lo siguiente:

Si está embarazada, es importante que se ponga la vacuna contra la TDAP durante cada embarazo, entre las semanas 27 y 36. Esto ayuda a proteger a su bebé de la tos ferina (tos convulsa) durante sus primeros meses de vida, ya que son demasiado pequeños para vacunarse por sí solos. Ponerse la vacuna ayuda a transmitir cierta protección a su bebé antes de que pueda recibir sus vacunas.

¿Qué debería hacer?

1. Averigüe cuándo recibió por última vez la vacuna contra la TDAP.
2. Hable con su médico para saber si necesita un refuerzo o si debe actualizarse durante el embarazo.
3. **Vacúnese:** acuda a una clínica o farmacia para vacunarse contra la TDAP.

Para más detalles sobre la TDAP y su importancia, visite la página web de los CDC [aquí](#).

Estar al día con sus vacunas es una forma fácil de mantenerse sano y proteger a los que le rodean.

Datos de fin de año sobre equidad sanitaria

Estamos orgullosos de apoyar a nuestros miembros. Cada año recopilamos datos sobre la raza, etnia, lengua, orientación sexual e identidad de género de nuestros miembros.

Consulte, a continuación, nuestros datos de fin de año:

Idioma

Abajo, figuran cuáles son los cinco idiomas más atendidos a través de Iowa Total Care, que se acercan mucho a los cinco idiomas más hablados en Iowa:

- Español
- Árabe
- Karen
- Suajili
- Francés

Cuando nos piden que interpretemos idiomas por teléfono, éstas son nuestras cinco peticiones principales:

- Español
- Suajili
- Bosnio
- Karen
- Árabe

Hasta julio de 2024, hemos recibido 5416 solicitudes de interpretación telefónica.

En el caso de las interpretaciones cara a cara, las cinco mayores solicitudes que recibimos son las siguientes:

- Español
- Bosnio/croata/serbio/serbocroata
- Lenguaje de signos americano
- Árabe
- Francés

Hasta julio de 2024, hemos recibido 911 solicitudes presenciales.

Panorama de la población afiliada

El gráfico siguiente muestra los datos actuales de nuestros miembros en cuanto a raza, etnia, orientación sexual e identidad de género. Seguiremos compartiendo nuestros datos con usted. Si tiene alguna pregunta o desea obtener más información, póngase en contacto con C&L@iowatotalcare.com.

Datos destacados

Membresía acumulada en el año:
212,192

Los 4 idiomas más exigidos son los siguientes:
Inglés, español, swahili & karen

A continuación, los 3 primeros grupos de edad: 31 a 45, 46 a 64 y 21 a 30

A continuación, el grupo étnico dominante: No hispano/latino

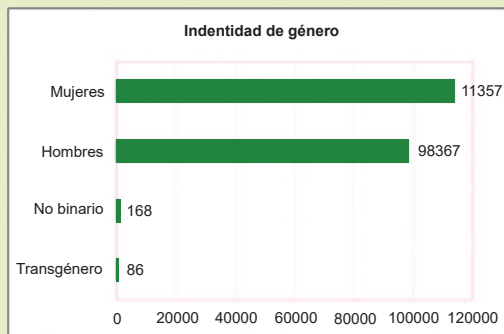
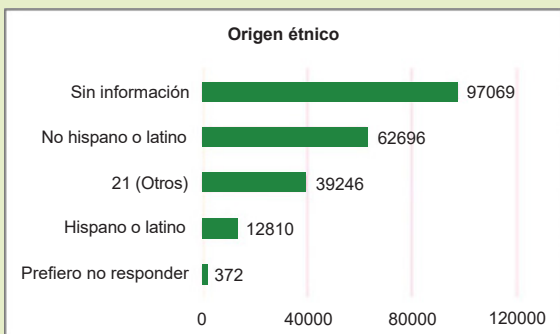
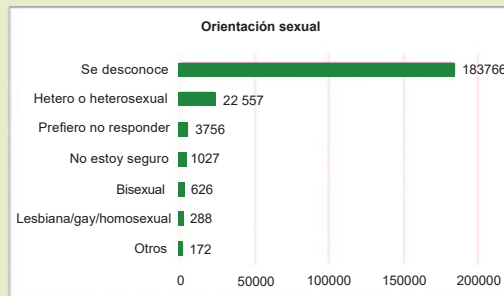
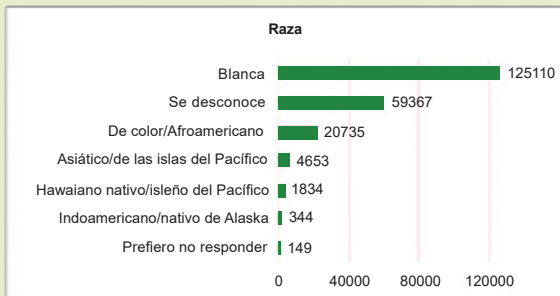
A continuación, encontrará los datos sobre orientación sexual e Identidad de género (SOGI, por sus siglas en inglés): Los miembros siguen comunicando los datos SOGI.

Orientación sexual:

El grupo más numeroso después del desconocido:
Hetero/Heterosexual: 22 557
Bisexual: 626
Lesbiana/gay/homosexual: 288
Prefiero no responder: solo 3756

Identidad de género:

El grupo más grande: mujeres
No binario: 168
Transgénero: 86



HISTORIA DE UN MIEMBRO

Abogando por los miembros de ITC (Iowa Total Care)



El estado de exención médica de un miembro de Iowa Total Care estaba a punto de expirar. Preocupado, el miembro preguntó a un enfermero de revisión de Iowa Total Care si su cirugía bariátrica (para perder peso), próxima a realizarse, estaría cubierta por el plan de salud actual. La cirugía solo podía cubrirse si se realizaba antes de que expirara el estado de exención médica.

Pero, también existía la siguiente opción: que el médico de atención primaria apruebe una prórroga de la exención médica del miembro.

El enfermero de revisión abogó por el miembro poniéndose en contacto con el administrador de casos de Iowa Total Care del miembro, el PCP, el cirujano y los enfermeros de casos implicados. De este modo, se prorrogó la exención por razones médicas y se programó la cirugía para una fecha en la que seguiría vigente la cobertura del plan. Al hacer un esfuerzo adicional, el enfermero no solo consiguió que el miembro se sintiera más sano, sino que, según se reportó estaba “muy complacido”.

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 My Health Pays Rewards® 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 miembro](#) para verificar su saldo actual de My Health Pays Rewards®.



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 [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 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 PCP. Llame a nuestra línea de asesoramiento de enfermería, disponible 24/7: **1-833-404-1061** (TTY: 711).

GREEN TO GO

ITC concluye con éxito la temporada de ferias comunitarias de salud Green To Go

El 2024 ha sido el año con mayor cantidad de nuestras ferias de salud comunitaria Green to Go. Este año pudimos organizar diez ferias de salud comunitaria que contaron con una gran asistencia.

ESTE AÑO HEMOS PODIDO ALCANZAR LO SIGUIENTE:

- Repartir más de **59 200** piezas de productos frescos gratuitos, entre ellos pimientos, patatas, plátanos, manzanas y peras.
- Distribuir **2000** bolsas de comida gratuitas para niños llenas.
- ¡Y mucho más!

También en 2025 continuaremos con nuestras ferias de salud comunitaria Green to Go. Permanezca atento a las actualizaciones sobre nuestras próximas ferias



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 a usarla.

La puede encontrar en [App Store](#) o [Google Play](#).



Portal para miembros

Acceda a su información de atención médica, quejas, tarjetas de identificación y más en línea. Visite [Member.IowaTotalCare.com](#).

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



Recursos alimentarios

Encuentre recetas saludables, huertos comunitarios y recursos alimentarios adicionales.

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



Programa de alfabetización

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

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



Consulte nuestros otros boletines de noticias de Iowa Total Care

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

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

WHOLE you



© 2024 Iowa Total Care. Todos los derechos reservados.

Iowa Total Care cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por 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. Para obtenerla, llame al 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, interpretación 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)。