

# EN LA COMUNIDAD



## Transformando la salud de la comunidad, de persona a persona

Edición de abril 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 de 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!](#)



### Programa de alfabetización de Iowa Total Care

¿Sabía que las capacidades de la lecto-escritura son un determinante social de la salud? Iowa Total Care sabe de la importancia de la alfabetización e incentiva a los niños a leer. Es por eso que hemos creado nuestro Programa de alfabetización de Iowa Total Care para conectar a los jóvenes de Iowa con recursos educativos y organizaciones comunitarias.

**Nuestro sitio web** es un gran lugar para:

- Obtener información sobre nuestras **100 escuelas y 100 Head Starts en Iowa.**
- Encontrar kits de herramientas de lectura y de apoyo para niños.
- Mirar los videos para niños de Doc the Dog.
- ¡Y mucho más!



### Doc's Kids Club

¡Los niños obtienen actividades GRATUITAS todos los meses cuando se **registran** en Doc's Kids Club! Está abierto a los residentes de Iowa menores de 10 años, no solo a los miembros de Iowa Total Care. Todos los miembros nuevos del club reciben un libro gratis, una tarjeta de identificación oficial de Doc's Kids Club y una calcomanía.

Las herramientas de lectura para niños y otros recursos divertidos están disponibles en [iowatotalcare.com/docskidsclub](http://iowatotalcare.com/docskidsclub).



Es importante que visite a un médico durante las primeras 12 semanas del embarazo. **El programa The Start Smart for Your Baby®** ofrece el apoyo que las madres y los bebés necesitan.

[iowatotalcare.com](http://iowatotalcare.com)

# Manténgase saludable

## Abril es el Mes de la Salud de las Minorías



El Mes Nacional de la Salud de las Minorías tiene como objetivo concientizar sobre la desigualdad en materia de salud. Según la Oficina de Salud de las Minorías, esto brinda la oportunidad de enfocarse en “la importancia continua de la vacunación contra el COVID-19, incluidos los refuerzos, como una de las herramientas más sólidas que podemos usar para proteger a las comunidades del COVID-19, que ha afectado de manera desproporcionada a las comunidades de color.”

Obtenga información sobre las diferencias en las hospitalizaciones por COVID-19 en [cdc.gov](https://www.cdc.gov). Este [kit de herramientas](#) proporciona recursos para ayudar a abordar estas diferencias y otras formas de participar en el Mes Nacional de la Salud de las Minorías.

## Servicios lingüísticos y soporte personalizado

¿Sabía que los dos principales idiomas distintos del inglés que se hablan en Iowa son el español y el alemán? Los servicios de interpretación de Iowa Total Care se brindan gratuitamente a los miembros durante cualquier servicio o proceso de quejas. Esto incluye el lenguaje de señas estadounidense y la interpretación oral en tiempo real.



Obtenga más información sobre nuestros servicios, como servicios de interpretación y apoyo personalizado, en nuestra página [Información general de beneficios](#). Para más asistencia, llame a Servicios para Miembros, al **1-833-404-1061** (TTY: 711).

## Receta del mes: Comer sano con los arrollados de lechuga y atún de Iowa Total Care

Esta [receta](#) económica de Comer sano con Iowa Total Care es perfecta para la primavera. Hay más videos de clases de cocina económica para diabéticos y para niños que están disponibles en nuestra página [Be Well. Eat Well \(Esté bien. Coma bien\)](#).

### INGREDIENTES

- 1 paquete de atún
- 1 planta de lechuga iceberg
- Apio
- Pimiento morrón rojo
- Cebolla roja
- Mayonesa
- Sal y pimienta

### INSTRUCCIONES

1. Pelar las hojas de lechuga y reservar, ya que serán las envolturas del arrollado.
2. Cortar en dados suficiente apio, pimiento morrón rojo y cebolla roja para agregar a los arrollados (alrededor de 2 cucharadas cada uno). Colocar en un tazón.
3. Agregar el atún y 2 cucharadas de mayonesa en un tazón con las verduras. Mezclar todo junto, luego sazonar con sal y pimienta.
4. ¡Colocar el producto terminado en los arrollados de lechuga y a disfrutarlos!



## Enlaces rápidos



### Aplicación móvil

¡Ideal 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. Encuéntrela en [App Store](#) o [Google Play](#).



### Portal para miembros

Acceda en línea a su información de atención médica, reclamos, tarjetas de identificación y mucho más. Visite [Member.IowaTotalCare.com](https://Member.IowaTotalCare.com). Cree una nueva cuenta o inicie sesión. ¡Es simple y gratuito!

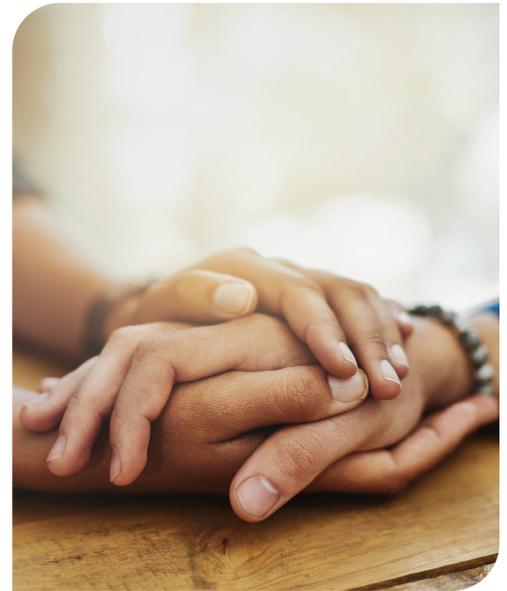
# Historia de los miembros

## Historias de los miembros: El vínculo miembro-proveedor salva vidas

Un miembro de Iowa Total Care tenía muchos problemas de salud que necesitaban tratamiento, pero no tenía proveedores. Las afecciones del miembro incluían presión arterial alta, artritis, EPOC, ansiedad, discapacidad visual y cáncer a punto de ser diagnosticado. Cuando el miembro le pidió a un administrador de casos que lo vinculara con un médico, una cosa llevó a la otra. Ahora, el miembro está recibiendo tratamiento por parte de un equipo de especialistas en atención médica primaria, que incluye un médico, un terapeuta, un psiquiatra, un optometrista y un cirujano.

Debido a que el equipo de proveedores trató a la persona con amabilidad, dignidad y respeto, el cáncer en etapa 2 se descubrió a tiempo para operar. Este miembro expresa continuamente su gratitud al administrador de casos y al equipo de atención médica de Iowa Total Care por su apoyo e intervención. Obtener la atención total necesaria, los medicamentos y los tratamientos, además de un diagnóstico temprano de cáncer, fue, en las propias palabras del miembro, “salvar la vida”.

*Salvamos vidas. Por eso hacemos lo que hacemos.*



**ITC  
ON THE GO**

[iowatotalcare.com](http://iowatotalcare.com)

iowa total care  
iowa health  
iowa life  
iowa vision



### ¡Doc visita a los niños de kindergarten!

Doc the Dog visitó las aulas de kindergarten de Monroe Elementary en Des Moines para hablar sobre la importancia de la lectura. Compartió recursos especiales de alfabetización y obsequios para ayudar a motivar a los lectores jóvenes de una manera divertida.



### Why choose us?

- Earn dollar rewards throughout your time as a member.
- Get a free ride to the doctor, pharmacy, and more.
- Start Smart® for Your Baby program rewards & support for new and expecting moms.
- 24/7 Nurse Advice Line for answers to health questions and more.
- Free smartphone from

### Apoyo a las familias de crianza/adoptivas

Iowa Total Care asistió a la Feria de Recursos para Padres de Crianza/Adopción organizada por Families Helping Families of Iowa, Inc. para ofrecer apoyo a las familias de crianza/adoptivas actuales o potenciales del área de Cedar Rapids.

## 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.

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



## Servicios de transporte

¿No tiene cómo ir a su cita de atención médica? Como miembro de Iowa Total Care, usted podría ser elegible para los traslados a las citas médicas que no sean de emergencia. O pregúntenos sobre el programa de reembolso de millas antes de su cita. Solo tiene que llamar a Iowa Total Care al 1-833-404-1061 (TTY: 711). Luego presione 2 para servicios para miembros, luego 1 para transporte. **Consulte el nuevo [folleto de transporte de Iowa Total Care](#) para obtener más información.**

# 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 Comunicaciones  
[nancy.h.thompson@iowatotalcare.com](mailto:nancy.h.thompson@iowatotalcare.com)



**Peggy Mongar**

Administradora, Relaciones con la Comunidad y Promoción Comunitaria  
515-447-6147  
[peggy.mongar@iowatotalcare.com](mailto:peggy.mongar@iowatotalcare.com)



**Matthew Beitelspacher**

Especialista en Relaciones con la Comunidad  
515-204-9481  
[matthew.j.beitelspacher@iowatotalcare.com](mailto:matthew.j.beitelspacher@iowatotalcare.com)



**Linda White**

Coordinadora, Relaciones con la Comunidad  
[linda.white@iowatotalcare.com](mailto:linda.white@iowatotalcare.com)

## Equipo de Recursos de Iowa Total Care

Nuestro equipo ayuda a los miembros 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



**Nicole Naab**

Comuníquese con nuestras especialistas en Vivienda a través del correo electrónico  
[Housing\\_ITC@IowaTotalCare.com](mailto:Housing_ITC@IowaTotalCare.com).



**Diane Tinker McCoy**



### Especialista en Recursos



**Kay Tannatt**

Comuníquese con nuestra especialista en Equidad sanitaria al correo electrónico  
[ITC\\_Resource\\_Referral@IowaTotalCare.com](mailto:ITC_Resource_Referral@IowaTotalCare.com).



## ¡Manténgase en contacto!



Denos un "Me gusta" en Facebook



Inscríbese al boletín de noticias

