



iowa total care™



Consejo Asesor de Partes Interesadas (SAB)

7 de septiembre de 2022

Por qué estamos en el negocio

NUESTRO PROPÓSITO

Transformar la salud de la comunidad, una persona a la vez

Lo que hacemos

NUESTRA MISIÓN

Brindar mejores resultados en la salud y a costos más bajos

Lo que representamos

NUESTROS PILARES



Enfoque en el individuo



Salud integral



Participación local activa

Lo que nos impulsa

NUESTRAS CREENCIAS

Creemos que personas más sanas forman familias y comunidades más energéticas.

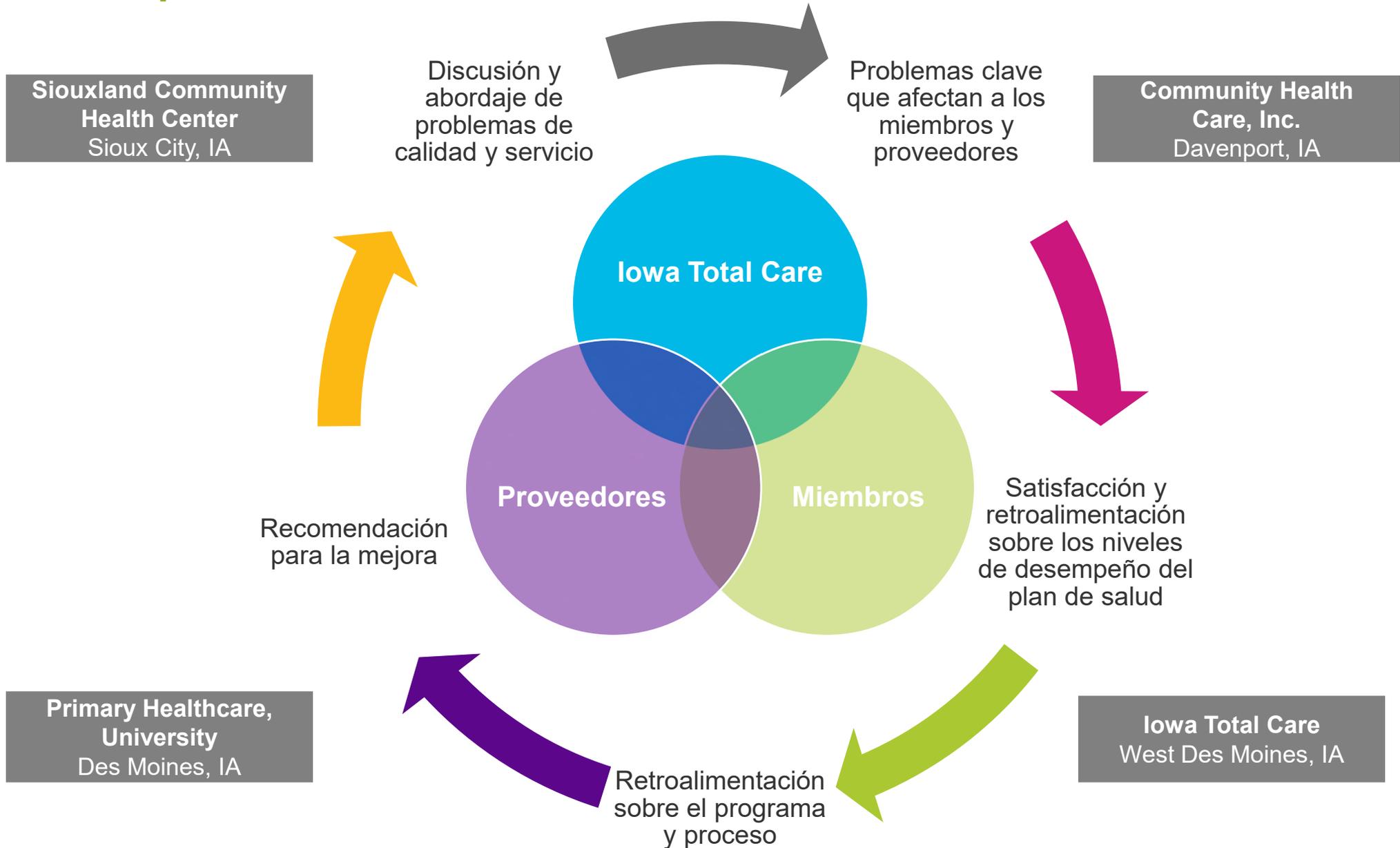
Creemos que tratar a las personas con amabilidad, respeto y dignidad permite tomar decisiones saludables.

Creemos que tenemos la responsabilidad de eliminar las barreras y de facilitar la recuperación, la salud y el bienestar.

Creemos en brindarle a la persona un tratamiento integral, no solo físico.

Creemos que las asociaciones locales permiten una atención médica significativa y accesible.

Propósito del SAB



Programa

- Bienvenida: instrucciones
- ITC en marcha 2022
 - Boletín informativo de la comunidad: marketing
- Preguntas de la encuesta
- Enfoque de ITC: evaluaciones y atención preventiva para adultos
 - Vacunación contra la influenza/temporada gripal: Dr. Paul
 - Cáncer de mama: Kim
 - Detección del cáncer colorrectal: Kim
 - Manejo de medicamentos, incluido el tratamiento con estatina: Emily/farmacéuta
 - My Health Pays: Brittany
- Equidad médica
- Debate abierto
- Reuniones finales y futuras



Se actualizó el boletín informativo para los miembros de Iowa Total Care

Enlace de la página web del [boletín informativo para los miembros de Iowa Total Care](#)

- Información sobre los recursos
- Enlaces rápidos y útiles
- Consulte más información

ITC EN MARCHA



“¡Apreciamos mucho el apoyo de Iowa Total Care! Nuestro programa Osceola Head Start está cerrado durante el verano, por lo que compartiremos este programa con las familias cuando regresemos a las aulas. Lo mantendré actualizado. ¡Muchas gracias!”

Lori Ferris
Directora del programa
SCICAP Head Start/Early Head Start (EHS)
Osceola



Programa de alfabetización de Iowa Total Care

Se promueve la alfabetización en la primera infancia a través de recursos educativos y asociaciones estatales. Marcamos la diferencia en Iowa con nuestras iniciativas de alfabetización.

En las herramientas para las actividades de alfabetización, se incluye lo siguiente:

- Tarjeta de regalo de Amazon de \$500 para recursos de la biblioteca
- Tarjetas
- Pósteres de Super Reader
- Material educativo de Iowa Total Care
- Y mucho más



“Nos gustaría agradecer a Iowa Total Care por elegir a **NICAO Head Start** para ser parte de 100 Head Starts en Iowa, un programa de alfabetización que se otorga a solo 100 escuelas en todo el estado. Por ser elegido para este programa, **NICAO Head Start** ha recibido \$500 y herramientas de alfabetización para apoyar el avance de la alfabetización de nuestros niños”.

Paulette Webb
NICAO Head Start/Early Head Start
Defensora de familias
Mason City



Preguntas de la encuesta

Enfoque de ITC:

**evaluaciones y atención
preventiva para adultos**



Atención preventiva para adultos

Su salud es importante y Iowa Total Care quiere ayudarlo a aprovechar las visitas del profesional de atención primaria (PCP). Las visitas de atención preventiva están cubiertas por Iowa Total Care. Esto significa que puede acudir a su médico para hacerse un chequeo médico regular, en lugar de esperar a enfermarse.

Iowa Total Care cubre un examen físico anual para adultos.

- Una vez por año calendario; no es necesario esperar a que se cumpla un año.



Las pruebas de detección y los chequeos regulares son buenas formas de controlar su salud.

Estas son algunos de los exámenes que su médico podría recomendar:

- Colesterol
- Presión arterial
- Diabetes
- Cáncer colorrectal: los miembros se deben hacer la primera examinación a los 50 años
- Exámenes de salud de la mujer
 - ✓ Mamografía
 - ✓ Prueba de Papanicoláu

<https://www.iowatotalcare.com/members/medicaid/health-wellness/annual-wellness-visits/adult-well-visit.html>

Hoja de trabajo para las visitas al consultorio   

COMPLETE ESTA SECCIÓN ANTES DE SU CITA
Si necesita más espacio, use una hoja separada y llévela con usted.

Enumere todos los medicamentos que toma actualmente, incluidos los medicamentos y suplementos de venta sin receta.

Actualmente tomo los medicamentos/suplementos:	Dosis:	Hora del día en que los tomo:

Tengo estas preguntas/inquietudes:

¿Ha habido algún cambio en su familia desde su última visita?
 Mudanza Cambio de empleo Estado civil (matrimonio, separación o divorcio)
 Muerte en la familia Otro (describir): _____

COMPLETE ESTA SECCIÓN DURANTE SU CITA
Temas para hablar con su médico:

Todos: Pregunte dónde obtener una vacuna contra la gripe en el otoño.
Averigüe qué análisis o exámenes hay para determinar su concentración de colesterol y de azúcar en sangre.
Informe al médico si tiene problemas para dormir o si se siente deprimido.
Informe al médico si los medicamentos que toma actualmente le causan efectos secundarios.

Fumadores: Considere hablar sobre la posibilidad de dejar de fumar y sobre los programas disponibles para ello.

Mujeres: Pregunte sobre el examen ginecológico, la planificación familiar y los exámenes de detección de cáncer de mama.

Hombres: Pregunte sobre el examen de próstata y sobre la planificación familiar.

Medicamentos recetados por su médico:
Medicamento: _____
¿Hay una alternativa genérica? _____ Dosis: _____
Instrucciones: _____

Referencias de su médico:
Análisis de laboratorio: _____ Especialista: _____
Imágenes de diagnóstico: _____
Notas de su visita al médico: _____

SEGUIMIENTO DESPUÉS DE SU CITA

Mi próxima cita es el: _____ La próxima visita anual de bienestar es el: _____
Llamar este día para obtener los resultados de los análisis: _____
Recoger estos medicamentos recetados: _____

1-833-404-1061 | TTY: 711 IowaTotalCare.com

INFLUENZA “Gripe”

¿Qué es la influenza?

- Es una enfermedad respiratoria contagiosa (que se propaga fácilmente) causada por un virus y que ocurre más frecuentemente de septiembre a marzo.
- Cada año, millones de personas se engripan.

¿Cómo puedo protegerme de la gripe?

- **¡Vacúnese contra la gripe! Es el primer paso y el más importante para protegerse contra los virus de la gripe.**

¿Contraeré la gripe si me vacuno?

- No. La vacuna se hace con un virus inactivo de la gripe o con ningún virus. Algunas personas pueden experimentar dolor en el brazo durante 1 o 2 días después de la inyección.

¿Por qué necesito vacunarme todos los años?

- El virus de la gripe es cambiante, por lo que las vacunas contra la gripe se modifican todos los años. Además, su protección se debilita con el tiempo.

Si me vacuno contra la gripe, ¿necesito vacunarme contra la COVID-19?

- Sí. El virus de la influenza es diferente del virus de la COVID-19.

FLUVENTION®

- ✎ Es un programa diseñado por el plan de salud para reducir el riesgo de contraer enfermedades similares a la influenza, ya que aumenta las tasas generales de vacunación: la cantidad de personas que reciben la vacuna contra la influenza.
- ✎ La campaña de divulgación consta de mensajes de texto, correos electrónicos, llamadas del gerente de alcance proactivo (POM) y llamadas de mensajes en espera.
- ✎ El programa se ejecuta anualmente. Este año comenzará a mediados de octubre hasta el 30 de marzo.
- ✎ Se centra en los miembros de alto riesgo o con mayor probabilidad de enfermarse gravemente:



¿Dónde puedo vacunarme contra la gripe?

TOME 3 MEDIDAS PARA COMBATIR LA INFLUENZA

La influenza (gripe) es una enfermedad contagiosa que puede ser grave. Todos los años se enferman millones de personas, cientos de miles son hospitalizadas, y entre miles y decenas de miles mueren a causa de la influenza. Los CDC lo instan a que tome las siguientes medidas para protegerse y proteger a otros de la influenza.

¡USTED Y SU FAMILIA DEBEN VACUNARSE!

La vacuna anual contra la influenza es el primer paso y el más importante para protegerse contra los virus de la influenza.

Todas las personas de 6 meses en adelante deberían vacunarse anualmente contra la influenza. Protéjase. Proteja a su familia. Vacúnese. #CombataLaInfluenza

DETENGA LA TRANSMISIÓN

¡Tome medidas preventivas diarias para ayudar a detener la propagación de los virus de la influenza!

Evite el contacto cercano con las personas enfermas; evite tocarse los ojos, la nariz y la boca; cúbrase la nariz y la boca cuando tosa y estornude; lávese las manos (con agua y jabón) con frecuencia.

PREGÜNTELE A SU MÉDICO ACERCA DE LOS MEDICAMENTOS ANTIVIRALES CONTRA LA INFLUENZA

¡Tome medicamentos antivirales si su médico se los receta!

Los medicamentos antivirales pueden usarse para tratar la influenza y pueden hacer que la enfermedad sea más leve y dure menos.

ESPAÑOL.CDC.GOV/FLU/ #COMBATA LA INFLUENZA CDC

- ✎ Busque a un médico, un centro médico o una farmacia cerca. En la escuela o en el lugar de trabajo también le pueden ofrecer la vacuna antigripal.
- ✎ Los miembros elegibles pueden recibirla gratis.
- ✎ Puede obtener una recompensa de **MyHealthPays**® para usted y su familia si se vacuna contra la gripe antes del 30 de abril.

Octubre es el mes del cáncer de mama

Cada año se diagnostican en los Estados Unidos unos 264,000 casos de cáncer de mama en mujeres y unos 2,400 casos en hombres.

Qué es el cáncer de mama

- Es una enfermedad en la que se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la mama.
- Es el segundo cáncer más frecuente en las mujeres en los Estados Unidos.* (segundo después del cáncer de piel)

Factores de riesgo*

- Los siguientes diversos factores aumentan o disminuyen el riesgo de padecer cáncer de mama:
 - Edad avanzada
 - Riesgo hereditario de cáncer de mama
 - Tejido mamario denso
 - Menstruación precoz
 - Obesidad
 - Consumo de alcohol

Prueba de detección del cáncer de mama

- Se utilizan pruebas para detectar diferentes tipos de cáncer cuando una persona no tiene síntomas.
- La mamografía es la prueba de detección más común del cáncer de mama.
 - Una mamografía es una imagen del interior de la mama.
 - La mamografía puede detectar tumores que son demasiado pequeños para palparlos.

Para obtener una lista completa de los factores de riesgo o información adicional, visite www.cancer.org

Octubre es el mes del cáncer de mama

¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo de cáncer de mama?

- Mantenga un peso saludable
- Haga ejercicio con frecuencia
- No beba alcohol o disminuya el consumo de bebidas alcohólicas
- Hágase mamografías de rutina
 - Se recomienda que las mujeres de 50 a 74 años se hagan una mamografía cada dos años.
 - Las mujeres de entre 40 y 49 años deberían hablar con su médico sobre cuándo empezar a hacerse mamografías.

¿Cómo me hago una mamografía?

- Consulte con su médico para que le ayude a programar su cita
- Programa Care For Yourself
 - Se ofrece a través del Departamento de Salud Pública de Iowa.
 - Se dedica a garantizar que las personas tengan acceso y puedan hacerse pruebas de detección de cáncer.

¿Cuánto cuesta?

- Su plan Iowa Total Care le ofrece pruebas de detección de cáncer de mama sin costo alguno
- Con My Health Pays, los miembros pueden obtener recompensas por realizarse una prueba de detección de cáncer de mama
 - **\$20** una vez por año calendario (mujeres de 40 a 74 años)

Recursos adicionales

- Visite iowatotalcare.com para obtener información sobre el cáncer de mama, My Health Pays, el transporte y los lugares para hacerse una mamografía O comuníquese con Iowa Total Care y llame a Servicios para Miembros al **1-833-404-1061 (TTY: 711)**

Detección del cáncer colorrectal

- **Cáncer colorrectal**
 - Es una enfermedad en la que las células del colon o del recto crecen sin control.
 - Se suele abreviar como cáncer de colon.
 - Los pólipos son crecimientos anormales que suelen formarse en el colon o el recto.
 - Los pólipos pueden convertirse en cáncer.
- Las pruebas regulares de detección de cáncer deben comenzar a los 45 años, o antes si su médico cree que tiene un riesgo más alto.
- Es la mejor forma de prevenir el cáncer colorrectal y de detectarlo a tiempo.





Hay diferentes tipos de prueba de detección del cáncer colorrectal:

- Análisis de las heces
- Sigmoidoscopia flexible
- Colonoscopia
- Colonografía por TAC

Hable con su médico sobre qué pruebas puede necesitar y el programa de evaluación que sea adecuado para usted.

También es una buena idea hablar sobre los factores de riesgo, como los siguientes:

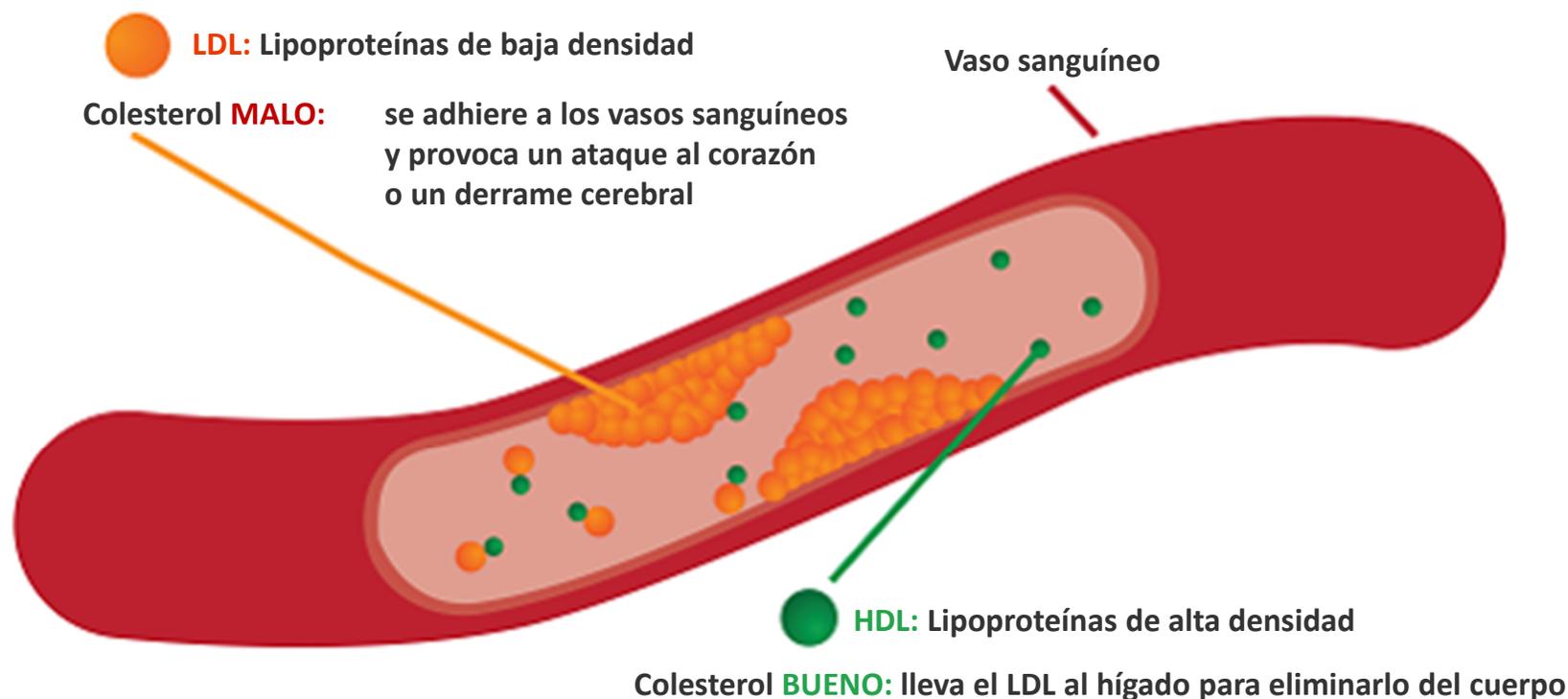
- Conductas habituales
 - Consumo de tabaco
 - Sobrepeso
 - Dieta baja en frutas y verduras
- Antecedentes personales o familiares de cáncer de colon o pólipos

Estos pueden ponerlo a usted o a sus seres queridos en riesgo más alto.

Manejo de medicamentos: enfoque en estatinas

CIENCIA ● ● ●

COLESTEROL BUENO y MALO en sangre



Reconocimientos: BigBearCamera/ahutterstok.com

Manejo de medicamentos: enfoque en estatinas

- Tomar los medicamentos según lo recetado es una parte importante para mantenerse sano.
- Algunos medicamentos, como las estatinas, se denominan medicamentos de *mantenimiento*. Esto significa que debe seguir tomándolos para mantener su salud.
- Las estatinas bloquean la “fábrica” que produce colesterol “malo” (de baja densidad o LDL) durante la noche mientras duerme y lo envía al torrente sanguíneo. Si lo toma con frecuencia, puede reducir los niveles del colesterol LDL.
- Sumado a seguir una dieta saludable y hacer ejercicio, reducir el colesterol LDL puede ayudarlo a evitar un ataque al corazón o un derrame cerebral.
- Varios medicamentos de estatinas diferentes están cubiertos como parte del beneficio de farmacia de Iowa Medicaid.
- No tome estatina si está embarazada. Primero hable con su médico sobre qué es mejor para su salud y la salud de su bebé.

Beneficio destacado:

myhealthpays® REWARDS

¿Qué es?

- › Es un programa de recompensas para los miembros con el fin de fomentar la atención preventiva.

¿Cómo ganar las recompensas?

- › Complete actividades saludables, como un examen anual de bienestar, evaluaciones anuales, pruebas y otras maneras de proteger su salud

¿Cómo se activa?

- › Llame al 1-888-514-6841.
- › Proporcione el número de tarjeta de 16 dígitos y su año de nacimiento de 4 dígitos.
- › Elija un PIN de 4 dígitos.

¿A dónde se gastan las recompensas?

- › En Walmart/Sam's Club para artículos de uso diario (según la disponibilidad)
- › En los servicios del hogar/las facturas de teléfono (teléfono celular o teléfono fijo)
- › En el transporte público o viajes compartidos (la tarjeta no se puede usar para gasolina)



Preguntas adicionales:

- › <https://www.iowatotalcare.com/members/medicaid/benefits-services/healthy-rewards-program.html>

Equidad médica

Servicios de acceso lingüístico (LAS)

Formularios nuevos para solicitar servicios de acceso lingüístico en línea:

- [Enlace al formulario para miembros](#) (enlace en la página Manual/Formularios/Recursos para miembros)
- [Enlace al formulario del proveedor](#) (enlace en la página de Recursos para proveedores; también se ha agregado como “Nuevo recurso disponible” en la página de inicio del proveedor) O la página web de Iowa Total Care: iowatotalcare.com

Servicios de interpretación para miembros y proveedores:

- Iowa Total Care sabe que es difícil encontrar intérpretes para idiomas que son muy poco frecuentes. Para abordar estos desafíos, Iowa Total Care agregó un recurso adicional para la interpretación OPI (teléfono), VRI (video) y OSI (en persona).
- Los miembros y los proveedores pueden solicitar servicios de interpretación gratis si se comunican con los Servicios para Miembros de Iowa Total Care al 1-833-404-1061 (TTY: 711) O si completan el Formulario de solicitud de servicios de acceso lingüístico para miembros y proveedores en línea anterior.

Envíe por correo electrónico sus inquietudes y preguntas sobre los servicios de interpretación y traducción: C&L@iowatotalcare.com

Debate abierto

Detalles de las reuniones

- Fechas de las próximas reuniones:

<p>7 de diciembre de 2022</p> <ul style="list-style-type: none">• Salud mental	<p>1 de marzo de 2023</p> <ul style="list-style-type: none">• Salud maternal
<p>7 de julio de 2023</p> <ul style="list-style-type: none">• Bienestar infantil	<p>6 septiembre de 2023</p> <ul style="list-style-type: none">• Se termina el programa

- Teléfono: **1-833-404-1061 (TTY: 711)**