



**P.2 TEXTO PARA BEBÉ (TEXT4BABY)**

**P.3 ¿NECESITA TRANSPORTE?**

**P.4 PRÉGUNTELE AL EXPERTO**



# Noticias ConnectCare

SU CONEXIÓN CON MEDICAID Y ARKIDS FIRST A UN HOGAR MÉDICO • VERANO 2013

## ¡ConnectCare está Aquí para Ayudarle!

**ConnectCare es un programa que ayuda a las personas que tienen Medicaid y ARKids First a encontrar un doctor primario (por sus siglas en inglés -PCP) y cuidado dental.**

### ¿Cómo puedo encontrar un Doctor Primario (PCP)?

Para encontrar a un doctor (PCP), llame la línea de ayuda gratuita al 1-800-275-1131 o 501-614-4689 desde las 6:00 a.m. hasta las 10:00 p.m., de Lunes a Viernes.

Los operadores pueden:

- ✓ Asignar un doctor
- ✓ Cambiar su doctor
- ✓ Proveerles con números de teléfonos de otros programas que le podrían ayudar

Usted también puede visitar nuestra página web para encontrar un doctor.

- ✓ Visite la página web: [www.seeyourdoc.org](http://www.seeyourdoc.org)
- ✓ Si desea instrucciones en español cambie el idioma en la palabra "translate" (que se encuentra en la parte superior derecha)
- ✓ Haga un clic en asignar/cambiar mi doctor
- ✓ Llene la forma y haga clic a "Send Request" (enviar solicitud)
- ✓ Usted recibirá una carta por correo de nosotros que le hará saber si pudimos asignar su doctor.

Si necesita un doctor inmediatamente, llame a nuestra línea de ayuda gratuita.

### ¿Cómo puedo obtener ayuda para encontrar Cuidado Dental?

Usted puede llamar a la línea de ayuda gratuita dental al 1-800-322-5580 o 501-614-5933 desde las 8:00 a.m. hasta las 4:30 p.m., de Lunes a Viernes.

Los operadores dentales pueden:

- ✓ Contestar sus preguntas dentales
- ✓ Encontrar un dentista
- ✓ Hacer su cita dental
- ✓ Asistirle con transportación para ir a la cita dental para personas con Medicaid y ARKids A
- ✓ Recordarle su cita dental



ConnectCare tiene mesas de información en algunas ferias de salud comunitarias y eventos escolares. En estos eventos, nuestro personal puede contestarle preguntas sobre la asignación de su doctor, servicios dentales y también pueden asignarle un doctor.

Busque la información en los boletines de la escuela o de su comunidad para encontrar eventos en donde participe ConnectCare.

Si usted tiene pérdida de la audición, llame nuestro número TDD: 1-800-285-1131.



SU CONEXIÓN CON MEDICAID Y ARKIDS FIRST A UN HOGAR MÉDICO

# Dele a su bebé el Mejor Comienzo de la Vida

Tener un bebé es la experiencia más emocionante que jamás podrá tener. Hay cosas que usted puede hacer para darle a su bebé el mejor comienzo de la vida. El embarazo de una mujer dura de 39-42 semanas. El doctor y sus enfermeras chequearan su altura, peso, presión sanguínea y tomarán un examen de orina y sangre. Estos exámenes le van a ayudar a su doctor decidir el tipo de cuidado que usted y su bebé necesitan durante el embarazo y le dirá cuando él bebe va a nacer.

Hay cosas que usted puede hacer para mantenerse y tener un bebé saludable:

- Visite al doctor desde el principio de su embarazo y vaya a sus chequeos médicos
- Pregúntele al doctor antes de tomar cualquier medicina
- Tome bastante agua todos los días
- Coma una dieta saludable de frutas, vegetales, granos enteros, productos lácteos bajos en grasa y carne magra (baja en grasa) como proteínas
- Tome sus vitaminas
- Reduzca el café y los refrescos. Trate de cambiar a bebidas que no contenga cafeína.
- No tome alcohol y no fume
- Lave sus manos con frecuencia para evitar infecciones
- Cuide sus dientes
- ¡No se estrese! Encuentre formas de relajarse.

Su bebé depende de que usted haga buenas decisiones. Una gran ayuda para las nuevas madres son los libros Happy Birthday Baby (Feliz Cumpleaños Bebé). Libro 1 (uno) desde el embarazo hasta la edad de 1 año y el Libro 2 (dos) desde el nacimiento hasta la edad de 5 años. Estos libros son gratis y usted lo puede ordenar si usted visita la página web:

Familias Saludables en inglés Healthy Families enlace: <http://www.healthyfamiliesnow.net/happy-birthday-baby-books> o llamando a la línea gratuita: **1-800-235-0002**

¡Los libros Feliz Cumpleaños Bebé ahora están en Facebook!

Visite: [www.facebook.com/HealthyFamiliesNow](http://www.facebook.com/HealthyFamiliesNow). Haga un clic en "like" y únase a la conversación con otras familias saludables.

*Fuente: Misty Smith, Educadora de Salud Programa de ConnectCare*



## Texto para bebé "Text4Baby"

Text4Baby es una forma de ayudar a las mujeres embarazadas y nuevas mamás a obtener información y consejos de salud. Todos los mensajes que usted recibe de Texto para bebé son ¡gratis!

Aunque no tenga un plan de mensajería, usted puede obtener estos mensajes gratis. Si usted tiene un plan con textos limitados mensual, los mensajes de Text4Baby no le van a disminuir ese límite de textos.

¿Cómo funciona Texto para Bebé?

- Visite la página web [www.text4baby.org](http://www.text4baby.org) o,
- Envíe un texto con la palabra **BEBÉ** al número **511411**

Envíe un texto con la fecha esperada del nacimiento o el cumpleaños de su bebé y su código postal.

Después que usted se inscriba, usted va a recibir mensajes gratuitos con consejos para su embarazo y el cuidado de su bebé.

Después que usted haya tenido a su bebé usted puede enviarnos un texto con la palabra (UPDATE en inglés) que significa actualizar. De esa manera usted actualiza la fecha de nacimiento de su bebé y seguirá recibiendo consejos de salud.

Si usted quiere dejar de recibir los mensajes de texto para bebé, envíe un texto con la palabra (STOP en inglés) que significa en español **PARE** al **511411**. Para recibir mensajes de nuevo, usted necesita registrarse enviando un mensaje de texto con la palabra **BEBÉ** al **511411**.



## ¿Necesita transporte para ver a su doctor o dentista?

El programa de Transporte de NO emergencia de Medicaid por sus siglas en inglés "NET" le puede dar transporte de ida y regreso a su doctor, este servicio está cubierto bajo los servicios de salud de Medicaid.

### ¿Cómo puedo calificar para obtener el servicio de transporte- NET?

Usted debe:

- Tener un Medicaid de Arkansas o ARKids A
- No tener otro medio de transporte
- Tratar primero de encontrar transporte con la familia o con sus amigos
- Trate de seleccionar un doctor cercano de donde usted vive

### ¿Cómo puedo obtener transporte – NET?

El mapa adjunto muestra al número al que debe llamar para obtener transporte. La persona que usted llama es un "Agente de Transportación."

Para conseguir transporte llame:

- Entre las 8 a.m. y 5 p.m., Lunes a Viernes
- Al menos con 48 horas o 2 (dos) días laborables antes de la cita médica o dental

### ¿Qué información de mí necesita el transportador intermediario para darme el servicio de transporte?

Usted debe:

- Tener el número de identificación de Medicaid o ARKids First
- Dar la dirección donde usted desea ser recogido por el transportador
- Tener la dirección y el teléfono de su doctor
- Dar el día, hora y lugar de la cita cuando llame al operador
- Llamar con 2 (dos) días hábiles de anterioridad de la cita
- Estar listo cuando el transportador intermediario llegue a recogerlo

### ¿Cuándo debo llamar a la Línea de Ayuda NET?

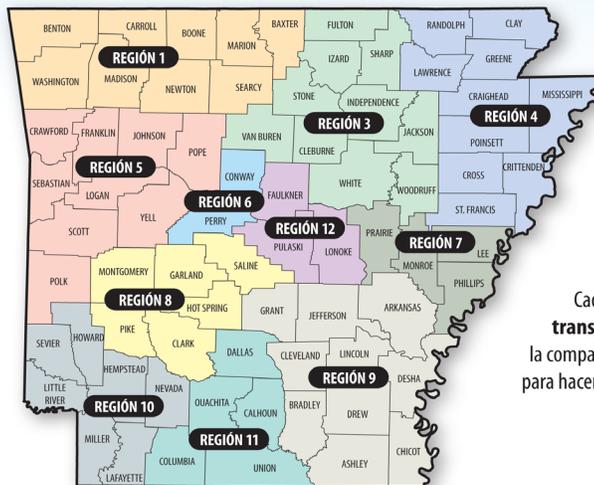
Llame si usted tiene preguntas o problemas acerca del programa de transporte NET.

Es una llamada gratis a Medicaid. El número de la Línea de Ayuda NET es:

1-888-987-1200 ó 1-888-285-1131.

¡No olvide! Que debe localizar en el mapa adjunto el condado donde usted vive para que encuentre el Agente de Transportación, al que debe llamar para obtener el servicio gratuito de transporte con Medicaid. Llame al número que le corresponda de acuerdo a la región en donde usted vive.

## Encuentre en el mapa, el condado en el cual usted vive para saber al agente al que debe llamar para su transportación.



Por ejemplo, si usted vive en el condado Pulaski, usted vive en la región 12.

Cada región tiene un "agente de transportación" designado. Esta es la compañía a la cual usted debe llamar para hacer los arreglos de transportación.

#### REGIÓN 1:

• LeFleur ..... 1-855-548-4517

#### REGIÓN 3:

• Area Agency on Aging of Western Arkansas ..... 1-855-305-4157

#### REGIÓN 4:

• East Arkansas Area Agency on Aging ..... 1-888-240-2264

#### REGIÓN 5:

• Area Agency on Aging of Western Arkansas ..... 1-888-783-6632

#### REGIÓN 6:

• Area Agency on Aging of Western Arkansas ..... 1-800-568-9987

#### REGIÓN 7:

• Southeastrans ..... 1-855-223-1224

#### REGIÓN 8:

• Central Arkansas Development Council ..... 1-800-385-9992

#### REGIÓN 9:

• Area Agency on Aging of Southeast Arkansas ..... 1-866-501-7328

#### REGIÓN 10:

• Southwest Arkansas Development Council, Inc. ... 1-888-772-5773

#### REGIÓN 11:

• Central Arkansas Development Council ..... 1-800-385-9992

#### REGIÓN 12:

• Southeastrans ..... 1-855-223-1225

## ¡RECUERDE! El programa de Comidas de Verano para los niños comienza después de salir de la escuela

El programa de Comidas de Verano se ofrece durante las vacaciones de verano del colegio, y suministra comidas y meriendas gratis sin ningún costo.

Las Comidas de Verano para los niños se proporcionan en las escuelas, iglesias, campamentos, asociaciones de niños y niñas, centros de recreación y otros sitios comunitarios.

Usted no tiene que registrar su niño(a) y no requiere una identificación. Incluso niños(a) que están de visita de otra ciudad, son bienvenidos a participar del programa.

En la mayoría de los sitios de Comidas de Verano, los niños de 18 años o menores pueden obtener una o dos comidas por día sin ningún costo. Las comidas y meriendas también se dan para personas de 19 años y mayores que estén mentalmente o físicamente discapacitadas que participen en programas escolares.

Estas comidas ayudan a los niños a continuar recibiendo la alimentación que ellos necesitan para aprender, jugar y crecer durante los meses que están fuera de la escuela.

Para encontrar una lista de los sitios de Comidas de Verano cerca a usted, llame

Al **1-888-4KID4AR** o envíe un texto a **FoodAR** al **877877**.

**Fuente: Alianza de Arkansas para el Hambre**



Arkansas Department of Health  
Keeping Your Hometown Healthy



PRSR STD  
U.S.POSTAGE  
PAID  
Little Rock, AR  
Permit No. 2641

1-800-275-1131 / 1-800-285-1131 TDD  
Central Arkansas: 501-614-4689

[www.seeyourdoc.org](http://www.seeyourdoc.org)

ConnectCare News is printed for  
Medicaid/ARKids First customers

**If you are not on our mailing list and would like to receive this newsletter, or would like to receive this newsletter in Spanish, please email us at**

**[Connectcare.outreach@arkansas.gov](mailto:Connectcare.outreach@arkansas.gov) or call our office.**

**Si usted no está en nuestra lista de correo y quisiera recibir este boletín, o quisiera recibir este boletín en Español, por favor envíenos un correo electrónico a [Connectcare.outreach@arkansas.gov](mailto:Connectcare.outreach@arkansas.gov) o llame a nuestra oficina.**

**Editorial Staff:**

*Misty Smith - Editor, Outreach Coordinator, ConnectCare  
Gloria Bastidas - Bilingual Outreach Coordinator, ConnectCare  
Carmen Moral - Dental Coordinator, ConnectCare  
Jan Horton - Editorial Staff, Health Marketing  
Sherrie Shepherd - Layout Design, Health Marketing*

Produced by Health Marketing  
Arkansas Department of Health



**LINEA DE AYUDA**

Call 1-800-275-1131  
TDD 1-800-285-1131  
[www.seeyourdoc.org](http://www.seeyourdoc.org)

**La Línea de Ayuda de ConnectCare puede:**

- Asignar o cambiar su doctor
- Referirle a alguien que le ayude si nosotros no podemos ayudarle
- Decirle si su Medicaid todavía está activo

**PROGRAMA DENTAL**

Llame al 1-800-322-5580  
Para personas con discapacidad auditiva llame al 1-800-285-1131

**El Programa de ConnectCare Dental puede ayudarle a:**

- Encontrar un dentista que acepte Medicaid en su área
- Programar citas dentales
- Asistirle con transportación (Sólo para Medicaid y ARKids First A)
- Recordarle sus citas
- Programar de nuevo sus citas perdidas

**Pregúntele al Experto:**



**Tengo Medicaid y estoy esperando un bebé. ¿Cómo puedo hacer para inscribir a mi bebé en el programa de Medicaid?**

Si usted tiene un bebé mientras tiene Medicaid, lo más probable es que su bebé pueda obtener un Medicaid también.

Usted debe llenar el formulario y hacer el papeleo necesario tan pronto como sea posible. Esto es lo que usted debe hacer:

- Obtenga las formas de Medicaid para ARKids en la oficina local del DHS más cercana de donde usted vive.
- O imprima una aplicación de la página web: <http://www.arkidsfirst.com/home.htm> y haga un clic en donde dice "aplique." Llène la forma y devuélvala a la oficina del DHS de su condado.
- Llame a la Línea de Ayuda gratis de ARKids al 1-888-474-8275 de Lunes a Viernes de 8 a.m. hasta 4:30p.m., solicite que le envíen una aplicación a su casa.
- Cuando presente la aplicación es necesario incluir la copia del certificado de nacimiento o algún tipo de prueba de la edad de su bebé.

*Fuente: Manual de Medicaid*