



**L.A. Care**  
*Medi-Cal*

# ORIENTACIÓN PARA MIEMBROS NUEVOS DE MEDI-CAL





# Bienvenido a **L.A. Care Health Plan**

¡Bienvenido a L.A. Care Health Plan (L.A. Care)! Su salud es importante para nosotros y estamos aquí para ayudarle a obtener la atención médica que necesita.

1200 W. 7th Street Los Angeles, CA 90017

## De qué hablaremos hoy:

### » Aspectos básicos de la atención médica

- Su Manual para Miembros de Medi-Cal
- Materiales para los miembros en línea
- Su tarjeta de identificación para miembro
- Evaluación de salud inicial
- Su médico de atención primaria y la atención médica de rutina
- El proceso de referencia y la autorización previa
- Cómo obtener la atención que necesita
- Cómo cambiar de médico de atención primaria
- Qué hacer si recibe una factura
- Qué hacer si cambia de domicilio
- Aspectos básicos de farmacia
- Conocer sus opciones de atención médica
- Proceso de renovación de Medi-Cal





## De qué hablaremos hoy *(continuación)*

### » Más servicios que le ofrecemos

- Centros Comunitarios de Recursos
- CalFresh
- Mejora de la Calidad
- Salud conductual
- Educación de la salud
- Portal para miembros de L.A. Care Connect
- *My Health In Motion*<sup>TM</sup>
- Administración de la atención médica
- Servicios y recursos de apoyo a largo plazo administrados
- Transporte
- Servicios dentales
- Servicios de la vista
- Mantenerse conectado

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Su Manual para Miembros

- » Asegúrese de revisar su Manual para Miembros de Medi-Cal. Contiene información importante sobre L.A. Care:
  - Sus derechos y responsabilidades
  - Números de teléfono importantes
  - Beneficios y servicios cubiertos
  - Cómo cambiar de proveedor de atención primaria (*Primary Care Provider, PCP*)
  
- » También le indicará cómo acceder a:
  - Atención médica preventiva, de urgencia y de emergencia
  - Especialistas en salud de la mujer para atención regular y preventiva
  - Ayuda con el idioma e intérpretes
  - Beneficios de farmacia y cómo obtener los medicamentos que necesita
  - Servicios de transporte no médico y transporte médico que no es de emergencia
  - Programas de administración de la atención médica y de control de enfermedades

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



- Línea de Enfermería disponible las 24 horas
- » Se le envió por correo un Manual para Miembros de Medi-Cal como parte de su paquete para nuevos miembros. También puede encontrar el Manual para Miembros de Medi-Cal en su idioma en [lacare.org/members/documents/medi-cal](https://lacare.org/members/documents/medi-cal) o puede solicitar una copia impresa de su Manual para Miembros en cualquiera de los idiomas disponibles llamando al Servicio para los Miembros de L.A. Care al 1-888-839-9909 (TTY 711).

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Materiales para los miembros en línea

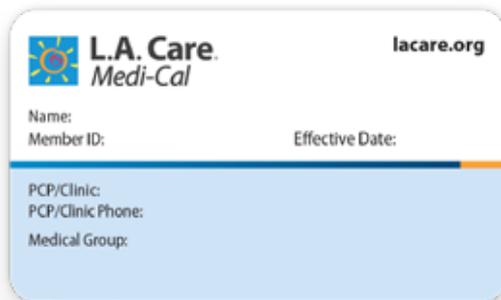
» Visite nuestra página de materiales para miembros en [lacare.org/members/documents/medi-cal](https://lacare.org/members/documents/medi-cal). Aquí puede encontrar información y recursos importantes que le ayudarán a obtener la atención que necesita.

Puede acceder a los siguientes materiales y recursos:

- Manual para Miembros de Medi-Cal
- Guía para nuevos miembros de Medi-Cal
- Guía anual de Medi-Cal para miembros
- Medi-Cal para niños y adolescentes
- Directorio de proveedores
- Enlaces a recursos importantes como la tarjeta de identificación de Medi-Cal, Medi-Cal Rx, Apoyos comunitarios y la página de renovación de membresía de Medi-Cal

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan

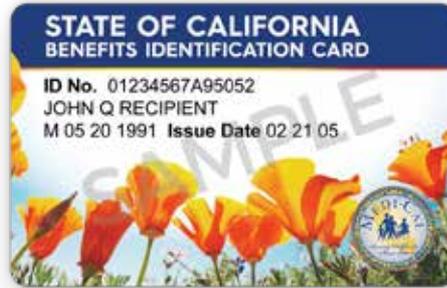


## Su tarjeta de identificación para miembro

- » Su tarjeta de identificación para miembro de L.A. Care se envía por separado por correo. Su tarjeta de identificación incluye la siguiente información:
- El nombre de su plan de salud: L.A. Care
  - Su número de identificación del miembro
  - Su médico de atención primaria (PCP) y el número de teléfono del PCP
  - Su grupo médico (si tiene uno)
  - El número de teléfono de Servicios para los Miembros de L.A. Care y otra información importante y números de teléfono

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



- » **Su tarjeta de identificación de beneficios de Medi-Cal (*Benefits Identification Card, BIC*) muestra:**
  - Su número de identificación
  - Su nombre
  - Su género
  - Su fecha de nacimiento
  - La fecha de emisión
  
- » **¿Cuándo debo mostrar mi tarjeta de identificación de L.A. Care y mi tarjeta de identificación de beneficios (BIC)?**
  - Cuando vaya al médico, a atención médica de urgencia o al hospital
  - Cuando necesite servicios de emergencia
  - Cuando recoja una receta

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Atención médica de rutina con su PCP

- » Su PCP es su médico principal y es la primera persona a la que acude cuando tiene un problema de salud. Se asegurará de que usted reciba la atención médica adecuada, en el lugar adecuado, en el momento adecuado.
  - » Es importante que visite a su PCP regularmente para recibir atención médica de rutina.
  - » La atención médica de rutina es la atención médica regular. Incluye atención médica preventiva, también llamada bienestar. Le ayuda a mantenerse saludable y a evitar enfermarse.
- » Su PCP:
    - Conocerá sus antecedentes médicos y sus necesidades, y mantendrá sus registros de salud
    - Le brindará toda su atención médica de rutina, incluido un examen físico, chequeos regulares, vacunas, tratamiento, recetas y asesoramiento médico
    - Le enseñará formas de mejorar su salud o ayudarlo a mantenerse saludable
    - Le referirá (enviará) a especialistas de ser necesario
    - Ordenará radiografías o análisis de laboratorio si los necesita
    - Coordinará la atención médica hospitalaria si la necesita

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan

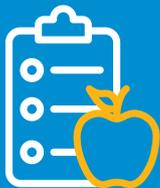


## Evaluación de salud inicial

- » Todos los miembros nuevos deben visitar a su PCP por primera vez dentro de los tres meses de unirse a L.A. Care para una **evaluación de salud inicial** (*Initial Health Assessment, IHA*).
- » El propósito de la IHA es ayudar a su PCP a conocerlo y aprender sobre sus antecedentes y necesidades de atención médica.
- » Su PCP puede hacerle algunas preguntas sobre sus antecedentes médicos o puede pedirle que complete un cuestionario.
- » Su PCP también le informará acerca de las clases y la asesoría sobre educación de la salud que pueden ayudarle.

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## El proceso de referencia

- » Su PCP le dará una referencia para enviarle a un *especialista* si lo necesita. Un especialista es un médico que tiene educación adicional en un área de la medicina. Su PCP le ayudará a elegir un *especialista*. El consultorio de su PCP puede ayudarle a programar una cita para ver al especialista.
- » Otros servicios que pueden requerir una referencia incluyen procedimientos en el consultorio, radiografías, análisis de laboratorio, tratamientos especiales, atención domiciliaria y admisiones electivas a un centro. Es posible que su PCP le proporcione un formulario para que lo lleve al especialista. El especialista completará el formulario y se lo enviará a su PCP. El especialista le tratará durante el tiempo que crea que necesita tratamiento.
- » Tenga en cuenta que hay algunos servicios que nunca necesitan una referencia, incluidos:
  - Visitas al PCP
  - Visitas de obstetricia/ginecología (*Obstetrician-Gynecologist, OB/GYN*)
  - Visitas de atención médica de urgencia o de emergencia
  - Servicios confidenciales para adultos, como atención médica por una agresión sexual
  - Servicios de planificación familiar
  - Pruebas y asesoría para el VIH (12 años o más)
  - Servicios para infecciones de transmisión sexual (12 años o más)
  - Evaluación inicial de salud mental
  - Terapia de salud mental continua

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Preaprobación/autorización previa

- » Para algunos tipos de atención médica, su PCP o especialista deberá pedir autorización a L.A. Care antes de que usted reciba la atención médica.
- » A esto se lo denomina pedir autorización previa, aprobación previa o preaprobación.
- » Significa que L.A. Care debe asegurarse de que la atención médica sea médicamente necesaria. Los servicios médicamente necesarios son razonables y necesarios para proteger su vida, evitar que usted desarrolle una enfermedad o discapacidad grave o reducir el dolor intenso provocado por una lesión, afección o enfermedad diagnosticada.
- » Los siguientes servicios siempre necesitan preaprobación (autorización previa), incluso si usted los recibe a través de un proveedor de la red de L.A. Care:
  - Hospitalización, si no se trata de una emergencia
  - Servicios fuera del área de servicio de L.A. Care, si no se trata de una emergencia o urgencia
  - Cirugía ambulatoria
  - Terapia a largo plazo o servicios de enfermería especializada en una residencia de reposo
  - Tratamientos imágenes, pruebas y procedimientos especializados
  - Servicios de transporte médico cuando no es una emergencia. Los servicios de ambulancia de emergencia no requieren aprobación previa
  - Trasplantes de órganos principales

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



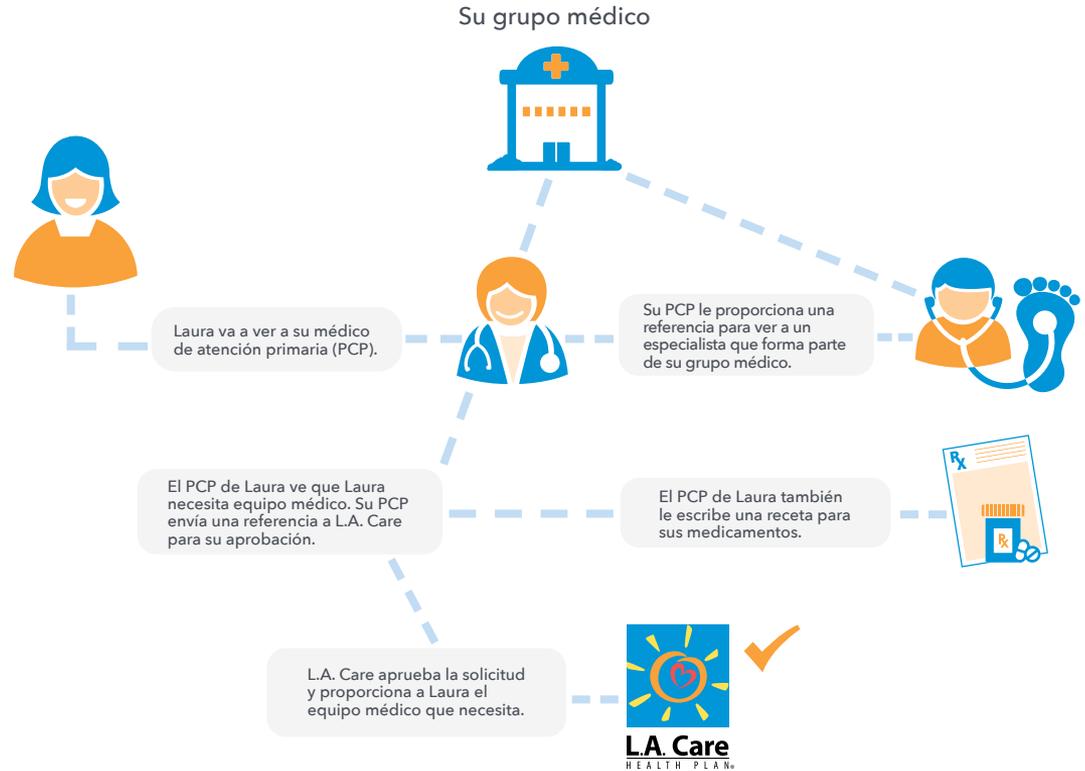
- » Los siguientes servicios no requieren autorización previa si el miembro consulta a un proveedor de Medi-Cal dentro de la red de L.A. Care:
  - Servicios básicos de atención prenatal
  - Servicios de obstetricia de rutina
  - Servicios preventivos pediátricos
  - Servicios de atención médica primaria y preventiva
  - Pruebas de biomarcadores para el cáncer metastásico avanzado en las etapas 3 o 4 o pruebas para la medir el avance o recurrencia del cáncer en pacientes con cáncer metastásico avanzado en las etapas 3 o 4
  - Servicios de salud mental (por parte del proveedor de L.A Care o del proveedor del plan de salud mental del condado)

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Cómo trabajar con su PCP y su grupo médico para obtener la atención que necesita



# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Usted tiene derecho a cambiar su PCP

Puede cambiar de PCP en cualquier momento. Debe elegir un PCP que forme parte de la red de proveedores de L.A. Care y esté aceptando pacientes nuevos. Para encontrar un médico cerca de usted, puede utilizar nuestra herramienta “Find a Doctor or Hospital” (Encontrar un médico u hospital) en línea en [lacare.org](https://www.lacare.org)

### Para cambiar de PCP:

- 1 Llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care al **1-888-839-9909 (TTY 711)**, las 24 horas del día, 7 días de la semana, incluso los días festivos. Los representantes de Servicios para los Miembros de L.A. Care pueden ayudarle a seleccionar un PCP que satisfaga sus necesidades.
- 2 Cree una cuenta L.A. Care Connect (su portal para miembros en línea)

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



Si recibe una factura de su médico, centro de atención médica de urgencia, hospital u otro servicio cubierto por L.A. Care:

- » Llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care
- » No necesita pagar

Usted tiene derecho a presentar una queja o un informe de queja formal.



# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



Si se muda, debe realizar **una** de las siguientes acciones: *(a menos que tenga Medi-Cal vinculado al Ingreso Social Suplementario [Supplemental Security Income, SSI])*

» Llame a su trabajador de elegibilidad del Departamento de Servicios Sociales Públicos (*Department of Public and Social Services, DPSS*) a:

Línea gratuita 1-866-613-3777

Números locales 1-626-569-1399

1-310-258-7400

1-818-701-8200

Horario de atención De lunes a viernes, de 7:30 a. m. a 6:30 p. m.  
Excepto días festivos

» Llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care al 1-888-839-9909 (TTY 711), las 24 horas del día, 7 días de la semana, incluso los días festivos.

**Los miembros de Medi-Cal vinculados al SSI deben:**

» Llamar al Seguro Social al 1-800-772-1213 (TTY 1-800-325-0778)

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Medi-Cal Rx

Los beneficios de farmacia de Medi-Cal se administran a través del sistema de entrega de pago por servicio Medi-Cal Rx.

Visite el sitio web de Medi-Cal Rx en [medi-calrx.dhcs.ca.gov/home](https://medi-calrx.dhcs.ca.gov/home) o llame al 1-800-977-2273 (TTY 1-800-977-2273 y presione 7 o 711) para:

- » Obtener una copia de la Lista de medicamentos contratados
- » Encontrar una lista de farmacias que trabajan con Medi-Cal Rx en el Directorio de farmacias de Medi-Cal Rx

Algunos ejemplos incluyen:

- » CVS, Walgreens, Rite Aid

¿Qué debo llevar?

- » Su tarjeta de identificación del plan
- » La receta de su médico



# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Conocer sus opciones de atención médica

### La Línea de Enfermería

- » Puede llamar a la Línea de Enfermería para obtener ayuda con cualquier pregunta relacionada con la salud para que pueda cuidar de usted mismo o de su familia.
- » Los enfermeros le ayudarán en su idioma, sin costo para usted.
- » Los enfermeros están disponibles para ayudarle las 24 horas del día, los 7 días de la semana: **1-800-249-3619** (TTY 711)

También puede encontrar el número gratuito en el reverso de su tarjeta de identificación.

### Recursos de la Línea de Enfermería

Para obtener más información sobre la Línea de Enfermería y los servicios adicionales disponibles a través de este programa, visite el sitio web de L.A. Care: [lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line](https://lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line)

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Línea de Enfermería: servicios adicionales

Chat en vivo

Acceso virtual a un enfermero

Acceso a la biblioteca de referencias en audio sobre educación de la salud (Health Education Audio Reference Library, HEAR)

Le permite escuchar mensajes pregrabados sobre temas de salud en inglés y español:

[lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line/audio-reference-library](https://lacare.org/members/getting-care/nurse-advice-line/audio-reference-library)



# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Qué debe hacer en caso de emergencia

- » Vaya a la sala de emergencias más cercana
- » Si necesita transporte de emergencia, llame al 911.

Para atención médica de emergencia, no necesita aprobación previa (autorización previa).

Si no está seguro de si es una emergencia:

- » Llame a su PCP
- » También puede llamar a la Línea de Enfermería disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, al 1-800-249-3619 (TTY 711).



# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Atención médica de urgencia

La atención médica de urgencia es cuando se necesita atención médica, pero no pone en peligro la vida ni es una emergencia.

Algunos ejemplos son:

- » Una cortada en el dedo que necesita puntos
- » Fiebre o gripe
- » Erupciones en la piel

Encuentre un centro de atención médica de urgencias asociado a su grupo médico (consulte su tarjeta de identificación para ver su grupo médico).

- » Llame a Servicios para los Miembros al 1-888-839-9909 (TTY 711), las 24 horas del día, 7 días de la semana, incluso los días festivos.
- » Llame a su PCP.
- » En su directorio de proveedores (en línea o impreso).

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Clínicas minoristas

- » Los miembros pueden recibir la atención que necesitan en la clínica minorista asociada de L.A. Care, MinuteClinic®.
- » MinuteClinic® ofrece enfermeros practicantes certificados en ubicaciones seleccionadas en las tiendas CVS Pharmacy que pueden:
  - Diagnosticar, tratar y recetar medicamentos para condiciones médicas que no sean de emergencia de los miembros
  - Enviar los resultados de la visita de un miembro a su PCP habitual si así lo solicita

Algunos ejemplos de servicios que se atienden incluyen:

- Resfriado, gripe, fiebre
- Erupciones
- Infecciones (piel, ojos, oído, UTI)
- Problemas respiratorios (respiración sibilante, tos)
- Problemas estomacales
- Lesiones leves (quemaduras, esguinces)

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Clínicas minoristas (*continuación*)

- » Cómo acceder a Minute Clinic
  - Use el directorio de proveedores en línea de L.A. Care para encontrar una Minute Clinic cerca de usted.
  - Vea los tiempos de espera y planifique su visita en el sitio web de Minute Clinic.
  - Obtenga atención médica en el sitio en una Minute Clinic. Necesitará su tarjeta de identificación para miembro y un tipo de identificación.

Para obtener más información, visite [lacare.org/minuteclinic](https://lacare.org/minuteclinic)

O escanee



# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Atención virtual

### Telesalud

- » Los servicios de telesalud son una manera de recibir servicios sin estar en el mismo lugar físico que su proveedor. La telesalud puede consistir en tener una conversación en vivo con su proveedor por teléfono, video u otros medios.
- » Los miembros pueden usar Teladoc® para obtener acceso adicional a la atención médica.
  - Teladoc® ofrece acceso a médicos autorizados las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
  - Los miembros pueden hablar con un médico por teléfono o video para tratar problemas médicos que no sean de emergencia.
  - Los miembros pueden usar Teladoc® cuando su PCP no está disponible o si es una opción más conveniente.
  - Teladoc® es para condiciones de salud que necesitan tratamiento inmediato, pero que no ponen en peligro la vida.

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Telesalud (*continuación*)

Los médicos de Teladoc® pueden recetar medicamentos, si es necesario, que los miembros pueden recoger en su farmacia local para problemas como:

- » Síntomas del resfriado y la gripe
- » Erupciones
- » Infecciones (piel, ojos, oído, UTI)
- » Problemas respiratorios (respiración sibilante, tos)
- » Problemas estomacales
- » Lesiones leves (quemaduras, esguinces)
- » Otras condiciones médicas que no son de emergencia

Los miembros pueden registrarse para el servicio así:

- » Descargar la aplicación
  - Los miembros pueden descargar la aplicación Teladoc® a su teléfono móvil. Siga las instrucciones para configurar una cuenta usando este enlace [teladoc.com/mobile](https://teladoc.com/mobile)
- » Conectarse en línea
  - Cree una cuenta en el sitio web de Teladoc utilizando este enlace [teladoc.com/lacare](https://teladoc.com/lacare)

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Proceso de renovación de Medi-Cal

- » Cada 12 meses, el Departamento de Servicios Sociales Públicos (DPSS) del condado de Los Ángeles realiza una revisión de su información para determinar si todavía es elegible para recibir los beneficios de Medi-Cal para el año siguiente.
- » Si bien algunos miembros pueden renovarse automáticamente, algunos beneficiarios de Medi-Cal deben renovar sus beneficios de Medi-Cal enviando oportunamente la información solicitada al DPSS para poder mantener su cobertura de atención médica.
- » Para obtener más información sobre el proceso de renovación anual de Medi-Cal, visite [lacare.org/medi-cal-renewals](https://lacare.org/medi-cal-renewals) para obtener información y recursos útiles.

# Aspectos básicos de la atención médica

Navegar por L.A. Care Health Plan



## Proceso de renovación de Medi-Cal (*continuación*)

A continuación encontrará información de contacto importante del DPSS:

- 1 Sitio web de BenefitsCal: [benefitscal.com](https://benefitscal.com)  
BenefitsCal es un sitio web para que los residentes del condado de Los Ángeles soliciten y vean los beneficios en línea para CalWORKs, CalFresh, General Relief y Medi-Cal.
- 2 Números de teléfono del Centro de Servicio al Cliente (*Customer Service Center, CSC*) del DPSS

Línea gratuita	Números locales	Horarios de atención
1-866-613-3777	1-626- 569-1399 1-310-258-7400 1-818-701-8200	El Centro de Servicio al Cliente ( <i>Customer Service Center, CSC</i> ) está disponible para ayudarle: De lunes a viernes de 7:30 a. m. a 6:30 p. m. Excepto días festivos

Si tiene preguntas o necesita ayuda para acceder a su cobertura de Medi-Cal, comuníquese con DPSS al **1-866-613-3777**

(TTY/TDD 1-800-660-4026). También puede visitar [benefitscal.com](https://benefitscal.com)

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Centros Comunitarios de Recursos

Los Centros Comunitarios de Recursos (Community Resource Centers, CRC) de L.A. Care funcionan en conjunto con Blue Shield of California Promise Health Plan y ofrecen muchos servicios y recursos gratuitos de salud y bienestar adaptados a los miembros y la comunidad.

Los servicios ofrecidos incluyen:

- » Clases gratuitas de salud y bienestar para adultos y niños y clases para ayudar a controlar condiciones crónicas
- » Wi-Fi gratis para servicios de telesalud
- » Asistencia de inscripción de CalFresh
- » Asistencia para la inscripción y renovación de Medi-Cal
- » Asistencia de servicios sociales
- » Vinculación y referencias a recursos comunitarios locales
- » Pruebas de detección de salud, asistencia alimentaria y eventos comunitarios durante todo el año

Todos los servicios de los CRC son GRATUITOS y abiertos a usted y a cualquier persona de la comunidad. Visite [communityresourcecenterla.com](https://communityresourcecenterla.com) para conocer la ubicación o las direcciones, números de teléfono, horarios de atención y calendarios de eventos de los CRC.

Puede programar una cita visitando [communityresourcecenterla.com](https://communityresourcecenterla.com) y utilizando la herramienta de programación en línea o llamando al 1-877-287-6290 (TTY 711).

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos

## Obtenga más información sobre CalFresh

CalFresh es el programa de asistencia nutricional complementaria de California que proporciona beneficios alimentarios mensuales para ayudar a las personas y familias de bajos ingresos a acceder a alimentos saludables. Si es elegible para CalFresh, puede recibir beneficios mensuales en una tarjeta de transferencia electrónica de beneficios (*Electronic Benefit Transfer, EBT*) que puede usarse para comprar alimentos en supermercados y en la mayoría de los mercados de agricultores.

La elegibilidad para CalFresh se basa en varios factores, como sus ingresos, tamaño del hogar, requisitos laborales y estado migratorio. Estos factores también determinan la cantidad de dinero que recibe cada mes. En general, para ser elegible para CalFresh, usted debe:

- » Ser residente de California y
- » Ser un ciudadano estadounidense o un inmigrante calificado y
- » Tener un ingreso familiar anual inferior al límite de ingresos de la siguiente tabla:

Tamaño del hogar	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Límite de ingreso mensual bruto</b>	\$2,510	\$3,408	\$4,304	\$5,200	\$6,098	\$6,994	\$7,890	\$8,788
<b>Beneficio mensual máximo</b>	\$292	\$536	\$768	\$975	\$1,158	\$1,390	\$1,536	\$1,756

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos

Tenga en cuenta que los montos reales de los beneficios dependen de las circunstancias específicas de cada hogar. La tabla se proporciona únicamente con fines informativos y de orientación general. Los montos mostrados son efectivos del 1° de octubre de 2024 al 30 de septiembre de 2025.

Puede solicitar CalFresh:

- » En línea en:
  - [www.GetCalFresh.org](http://www.GetCalFresh.org)
  - [www.benefitscal.com](http://www.benefitscal.com)
- » Por teléfono: llame a la línea de información de CalFresh al 1-877-847-3663
- » En persona en su oficina local del DPSS
- » En persona en su CRC local
  - La asistencia para la inscripción en CalFresh se ofrece en nuestros CRC y es proporcionada por la Fundación Nacional de Salud (*National Health Foundation, NHF*). Llame a su CRC local para programar una cita con un promotor de la salud de la NHF al 1-877-287-6290 (TTY 711).

¡Comience su viaje hacia una mejor nutrición hoy!  
Para obtener más información sobre CalFresh, visite  
<https://dpss.lacounty.gov/en/food/calfresh.html>.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Equipo de Mejora de la Calidad

### ¿Qué hacemos?

- » Realizamos un seguimiento de la frecuencia con la que las personas acuden a su médico para determinados tipos de servicios básicos, como servicios preventivos.
- » Esto nos ayuda a desarrollar formas, como correos y llamadas telefónicas, para garantizar que nuestros miembros reciban la atención que necesitan cuando la necesitan.
- » Enviamos recordatorios (por correo, llamadas telefónicas o mensajes de texto) sobre los servicios que le corresponden, como vacunas, exámenes o pruebas de detección. Ofrecemos recursos y consejos sobre cómo obtener atención.
- » Recordamos a los médicos qué miembros deben recibir servicios, como pruebas de detección o exámenes, y les pedimos que se comuniquen con usted.

Recibir atención médica no siempre es fácil. Puede ser difícil conseguir transporte, tomarse tiempo libre del trabajo y asegurarse de que los niños reciban atención. Es por eso que a veces ofrecemos incentivos y regalos a los miembros por completar ciertos servicios.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Consejos importantes de nuestro equipo de Mejora de la Calidad

¡Recuerde visitar a su médico todos los años, incluso si está sano!

¡Las visitas regulares lo mantienen saludable y pueden salvarle la vida!

- » ¡No deseche nuestras cartas! Es posible que haya un regalo o instrucciones sobre cómo ganar recompensas en el interior. A veces ofrecemos a los miembros tarjetas de regalo o regalos por completar ciertos exámenes o pruebas de detección.
- » No necesita una referencia para una mamografía ni para ver a un obstetra/ ginecólogo para una prueba de Papanicolaou o atención prenatal.



# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Servicios de trabajadores de salud comunitarios

L.A. Care ofrece servicios de trabajadores de salud comunitarios (Community Health Workers, CHW) a los miembros a través de nuestra red de proveedores contratados y varias ubicaciones de CRC. Los servicios de CHW pueden ayudar a prevenir y evitar que empeoren enfermedades, discapacidades y otras condiciones de salud para prolongar la vida y promover el bienestar físico y mental. Un CHW es un profesional no clínico capacitado que puede ayudarle a abordar sus condiciones crónicas, sus necesidades de atención médica preventiva y sus necesidades sociales relacionadas con la salud.

Algunos servicios incluyen:

- » Educación de la salud
- » Asistencia de salud
- » Pruebas de detección y evaluaciones
- » Apoyo individual o defensoría
- » Conexión de recursos
- » Servicios de prevención de la violencia (solo se ofrecen a través de proveedores contratados por L.A. Care)

Los servicios de CHW requieren una recomendación escrita de un médico u otro profesional autorizado en las artes curativas. Comuníquese con ellos para solicitar que envíen una recomendación en su nombre. Si tiene preguntas, comuníquese con Servicios para los Miembros al **1-888-839-9909** o envíe un correo electrónico a [CHWBenefit@lacare.org](mailto:CHWBenefit@lacare.org).

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Salud conductual

- » L.A. Care ofrece servicios para los trastornos de la conducta a través de Carelon Behavioral Health, la red de proveedores de tratamiento para los trastornos de la conducta (*Behavioral Health Treatment, BHT*) de L.A. Care, el Departamento de Salud Mental (*Department of Mental Health, DMH*) del condado de Los Ángeles y el Departamento de Salud Pública (*Department of Public Health, DPH*) del condado de Los Ángeles.
- » Algunos servicios incluyen:
  - Terapia individual
  - Terapia en grupo
  - Terapia de familia
  - BHT (para miembros de Medi-Cal menores de 21 años)
  - Pruebas psiquiátricas
  - Servicios ambulatorios

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



- » Para el programa BHT de L.A. Care para miembros de Medi-Cal menores de 21 años
  - 1-888-347-2264 o correo electrónico: [ASDBenefit@lacare.org](mailto:ASDBenefit@lacare.org)
- » Para servicios de salud mental de leves a moderados (no especializados)
  - Carelon Behavioral Health: 1-877-344-2858 (TTY 1-800-735-2929). Tenemos personas disponibles para ayudarle, comuníquese con los servicios las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos.
- » Para servicios de salud mental de moderados a severos (especializados)
  - Departamento de Salud Mental (*DMH*) del condado de Los Ángeles: 1-800-854-7771 (TTY 711), accesible las 24 horas del día, los 7 días de la semana
- » Para servicios de tratamiento por consumo de sustancias
  - Departamento de Salud Pública (*DPH*) del condado de Los Ángeles: 1-844-804-7500 (TTY 711), accesible las 24 horas del día, los 7 días de la semana

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Educación de la salud

L.A. Care ofrece servicios, programas y recursos gratuitos de bienestar y prevención de enfermedades.

- » Servicios de educación de la salud
  - Asesoramiento telefónico individual con dietistas registrados o educadores de la salud
  - Citas grupales en la comunidad
  - Talleres en línea, función de chat y videos a través de nuestro portal de salud y bienestar
  - Educación y Apoyo para el Autocontrol de la Diabetes (*Diabetes Self-Management Education, DSME*)
  - Comidas como Medicamento (*Meals as Medicine, MAM*)
  - Terapia nutricional médica (*Medical Nutrition Therapy, MNT*)

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



- » Programas de educación de la salud
  - Embarazo saludable, madre saludable y servicios de doula
  - Programa para dejar de fumar sin humo
  - Programa de Prevención de la Diabetes
  - Combata la gripe y el COVID
  - Programas de apoyo para condiciones como asma, (*Chronic obstructive pulmonary disease, EPOC*), diabetes, diabetes + enfermedad renal, embarazo de alto riesgo
  
- » Materiales de educación de la salud y recursos
  - Materiales fáciles de leer en una variedad de temas e idiomas
  - Línea de Enfermería: consejos por parte de un enfermero las 24 horas del día, los 7 días de la semana
  - Visite [lacare.org/healthy-living](https://lacare.org/healthy-living) para obtener materiales de educación de la salud para miembros
  - ¿Tiene preguntas sobre educación de la salud? Llámenos al 1-855-856-6943 de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Portal para miembros de L.A. Care Connect

Para facilitar su experiencia, puede crear una cuenta de miembro de L.A. Care Connect en línea para obtener información y servicios. L.A. Care Connect es su portal para miembros en línea.

- 1 Cree una cuenta en línea visitando <https://members.lacare.org> o haciendo clic en el botón de inicio de sesión de miembro en la parte superior derecha de la página de inicio de [lacare.org](https://lacare.org).
- 2 Necesitará su número de identificación de miembro y una dirección de correo electrónico válida para crear una cuenta (su número de identificación de miembro está en su tarjeta de identificación para miembro). Para acceder a una guía de registro paso a paso, visite <https://members.lacare.org>.

Con su cuenta de L.A. Care Connect, usted puede:

- Imprimir o ver su tarjeta de identificación para miembro para usarla en el consultorio de su médico o farmacia
- Ver su información de atención médica, incluida la elegibilidad
- Solicitar un cambio de PCP
- Hablar por chat en vivo con un enfermero en el momento que sea conveniente para usted
- Más servicios las 24 horas al día, los 7 días a la semana: buscar un médico, buscar en el directorio de proveedores o comunicarse con nosotros, todo con solo tocar un botón
- Conéctese a *My Health in Motion*™ para obtener programas adaptados a sus necesidades de salud

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



L.A. Care lanzará un portal para miembros mejorado en 2025 para que administrar su atención médica sea más fácil que nunca. Manténgase atento a las actualizaciones sobre nuevas funciones diseñadas para brindarle un acceso rápido y conveniente, como:

- Cambiar de médico de atención primaria, clínica o grupo médico
- Acceder a los beneficios de su plan
- Completar, ver y actualizar su formulario de evaluación de riesgos para la salud
- Ver los estados de autorización casi en tiempo real para las autorizaciones de L.A. Care
- Ver y actualizar su información demográfica y agregar nuevos campos de información

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



o [KeepMediCalCoverage.org](https://www.KeepMediCalCoverage.org) para obtener más información.

## **My Health In Motion™**

¡Tome el control de su salud y siéntase mejor con el nuevo portal de bienestar en línea *My Health In Motion™* (MyHIM)!

- » Descubra las siguientes funciones en el nuevo sitio MyHIM:
  - **Fresco y sencillo:** experimente una nueva apariencia con funciones divertidas y sencillas
  - **Evaluación de bienestar:** realice una prueba de salud rápida y obtenga su propio informe
  - **Talleres interactivos:** sumérjase en interesantes talleres de salud en línea
  - **Conexión de dispositivos:** conecte rastreadores de salud como Fitbit para disfrutar de una experiencia continua
  - **Consejos de salud expertos:** obtenga ayuda de nuestro programa de consejos de salud
  - **Información a su alcance:** explore una biblioteca repleta de información sobre salud
  - **¡Y más!** ¡Hay mucho más esperando por usted!

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



Acceda a MyHIM en cualquier momento y en cualquier lugar: desde una computadora, un teléfono, los Centros Comunitarios de Recursos de L.A. Care e incluso la biblioteca pública!

» Cómo comenzar:

- 1 ¡Visite [lacare.org](https://lacare.org) y haga clic en “Member Sign-In” (Registro para miembros) o utilice el código QR a continuación!
- 2 Haga clic en la pestaña “My Health In Motion™” y cree su perfil. Si necesita ayuda, nuestros consejeros de salud están disponibles al 1-855-856-6943 de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m.



Escanee para comenzar



# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Administración de la atención médica

L.A. Care ofrece servicios de administración de atención como parte de sus beneficios

- » Su PCP puede referirlo al Departamento de Administración de la Atención Médica de L.A. Care.
- » Puede comunicarse con el departamento llamando al **1-844-200-0104 (TTY 711)**, de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m.
- » El administrador de atención médica determinará el administrador de atención médica que sea adecuado para usted.
- » Su equipo de administración de la atención médica puede:
  - Ayudarle a obtener la atención médica adecuada en el momento adecuado y en el lugar adecuado
  - Ayudarle a comprender el sistema de atención médica y guiarle a través de él
  - Hablar con usted sobre sus planes de tratamiento y medicamentos
  - Ayudarle a organizar el transporte para sus citas
  - Explicar los beneficios y recursos de su plan de salud en su comunidad

El objetivo de L.A. Care es ayudarle a hacerse cargo de su atención médica.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Servicios y Recursos de Apoyo a Largo Plazo Administrados

Hemos creado una lista de verificación a continuación para ayudarlo a comprender si califica para Servicios y Recursos de Apoyo a Largo Plazo Administrados (*Managed Long term Services, MLTSS*). Si responde “Sí” a una o más de estas preguntas, es posible que los MLTSS puedan ayudarle.

- » Llámenos al 1-855-427-1223 (TTY 711) para saber cómo acceder a estos beneficios.
  - ¿Necesita más ayuda en casa con el cuidado personal, la limpieza y las compras porque su estado de salud cambió? ¿Necesita que otra persona lo atienda cuando su cuidador no puede venir?
  - ¿Necesita ayuda con transporte hacia y desde las visitas de atención médica, las tiendas de comestibles o la iglesia?
  - ¿Se ha caído dos o más veces en los últimos tres meses?
  - ¿Ha ido a la sala de emergencias dos o más veces en el último año?
  - ¿Vive solo, sin apoyo familiar o alguna vez se siente solo en casa?
  - No es necesario residir en una residencia de reposo ni en ninguna otra institución para recibir estos beneficios. Estos servicios se pueden proporcionar en su hogar.

No es necesario residir en una residencia de reposo ni en ninguna otra institución para recibir estos beneficios. Estos servicios se pueden proporcionar en su hogar.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Transporte de emergencia

L.A. Care cubre servicios de ambulancia en situaciones de emergencia para ayudarle a llegar al lugar de atención más cercano en situaciones de emergencia.

- » Esto significa que su afección es lo suficientemente grave como para que las otras formas de llegar a un centro de atención médica puedan poner en riesgo su vida o su salud.
- » No se cubre ningún servicio fuera de los Estados Unidos, a excepción de los servicios de emergencia que requieran que usted permanezca en un hospital en Canadá o México.
- » Si recibe servicios de ambulancia de emergencia en Canadá y México y no está hospitalizado durante ese episodio de atención médica, sus servicios de ambulancia NO estarán cubiertos por L.A. Care.



# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Transporte no médico (*Non-Medical Transportation, NMT*)

Sus beneficios incluyen transporte a sus citas cuando la cita es para un servicio cubierto por Medi-Cal y usted no tiene acceso al transporte.

- » Puede obtener transporte, sin costo para usted, cuando haya probado todas las otras formas de obtener transporte y esté:
  - Viajando hacia y desde una cita para un servicio cubierto por Medi-Cal
  - Recogiendo recetas y suministros médicos
- » Puede utilizar un automóvil, taxi, autobús u otro medio público o privado para llegar a su cita médica para recibir servicios cubiertos por Medi-Cal.
- » L.A. Care cubrirá el transporte no médico de menor costo que se ajuste a sus necesidades. A veces, L.A. Care puede reembolsarle los viajes en un vehículo privado que usted organice. Esto debe ser aprobado por L.A. Care antes de obtener el viaje, y usted debe informarnos por qué no puede obtener un viaje de otra manera, como en autobús o transporte cubierto organizado a través de L.A. Care.
- » No puede conducir usted mismo y recibir un reembolso.
- » Para obtener más información, llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care al **1-888-839-9909 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluso los días festivos.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Transporte médico que no es de emergencia

Tiene derecho a transporte médico que no es de emergencia (*non-emergency medical transportation, NEMT*) si tiene necesidades médicas que no le permiten usar un automóvil, autobús o taxi para sus citas.

- » Se puede proporcionar NEMT para servicios cubiertos por Medi-Cal y citas en farmacias.
- » Puede solicitar NEMT hablando con su médico, dentista, podólogo o proveedor de servicios de salud mental o trastornos por consumo de sustancias. Su proveedor decidirá el tipo de transporte correcto para satisfacer sus necesidades. Si determina que necesita transporte médico, lo recetará completando un formulario de certificado médico (*Physician Certificate Statement, PCS*) y enviándolo a L.A. Care. Una vez aprobada, la aprobación es válida por **12 meses** dependiendo de la necesidad médica.
- » L.A. Care le permite el transporte médico de menor costo para sus necesidades médicas cuando necesita transporte para su cita.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Transporte médico que no es de emergencia (*continuación*)

- » Los modos de NEMT son:
  - Camioneta para silla de ruedas
  - Camioneta con camilla
  - Auxilio vital básico (*Basic Life Support, BLS*)
  - Auxilio vital avanzado (*Advance Life Support, ALS*)
  - Transporte de atención médica especializada (*Specialty Care Transport, SCT*)
  - Transporte aéreo
- » El NEMT debe usarse cuando:
  - Sea física o médicamente necesario, según se determine, con una autorización por escrito de su médico u otro proveedor porque usted no puede física o médicamente usar un autobús, taxi o camioneta para llegar a su cita
  - Usted necesite la asistencia del conductor para trasladarse hacia y desde su residencia, vehículo o lugar de tratamiento debido a una discapacidad física o mental
- » Para solicitar el NEMT que su médico le ha recetado para citas no urgentes (de rutina), llame a Servicios para los Miembros de L.A. Care al **1-888-839-9909 (TTY 711)** **al menos dos días hábiles** (de lunes a viernes) **antes de su cita programada**. Para citas urgentes, llame lo antes posible.

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Servicios dentales

- » Los servicios dentales cubiertos a través del Programa de Atención Dental Administrada de Medi-Cal incluyen:
  - Diagnóstico e higiene dental preventiva (como exámenes, radiografías y limpiezas dentales)
  - Servicios de emergencia para el control del dolor
  - Extracciones dentales
  - Empastes
  - Tratamiento del conducto radicular (anterior o posterior)
  - Coronas (prefabricadas o de laboratorio)
  - Raspado y alisado radicular
  - Dentaduras postizas completas y parciales
  - Flúor tópico
  - Ortodoncia para niños que reúnan los requisitos

Obtenga más información visitando [dental.dhcs.ca.gov/](https://dental.dhcs.ca.gov/) o [smilecalifornia.org](https://smilecalifornia.org) o llamando al 1-800-322-6384 (TTY 1-800-735-2922 o 711)

# ¿Sabía que...?

Más servicios que le ofrecemos



## Servicios de la vista

¡Mantenga sus ojos saludables con VSP Vision Care! Como miembro de Vision Care, recibirá acceso a la atención médica de excelentes oculistas, anteojos de calidad que incluyen lentes y marcos recetados y cuidado accesible de los ojos, para que pueda ver con claridad y vivir una vida saludable.

### La cobertura incluye:

- » Examen de la vista de rutina una vez cada 24 meses
- » Anteojos (marcos y lentes) una vez cada 24 meses con una receta válida
- » Reemplazo de anteojos dentro de los 24 meses por cambios en la receta, pérdida, robo o rotura (que no fue su culpa y no se puede reparar)
- » Lentes de contacto médicamente necesarios

### Cómo encontrar un proveedor de servicios de la vista:

- » Visite el directorio en línea en la página [vsp.com](https://www.vsp.com) para localizar un proveedor.
- » Si tiene preguntas relacionadas con su beneficio de la vista, visite [vsp.com](https://www.vsp.com) o llame al 1-800-877-7195 (TTY 1-800-428-4833) de lunes a sábado de 6 a. m. a 5 p. m. hora estándar del Pacífico (*Pacific Standard Time, PST*) (cerrado los domingos).



# Manténgase conectado

¡Estamos aquí para usted!

Formas de mantenerse conectado con L.A. Care:

- » Visite nuestro sitio web: [lacare.org](https://lacare.org).
- » Llame a Servicios para los Miembros al 1-888-839-9909 (TTY 711), las 24 horas del día, 7 días de la semana, incluso los días festivos.
- » Inicie sesión en L.A. Care Connect: [members.lacare.org](https://members.lacare.org)

Síganos en las redes sociales

-  [facebook.com/LACareHealth](https://facebook.com/LACareHealth)
-  [x.com/LACareHealth](https://x.com/LACareHealth)
-  [Instagram.com/lacarehealth](https://Instagram.com/lacarehealth)
-  [youtube.com/user/lacarehealthplan](https://youtube.com/user/lacarehealthplan)



# Gracias

L.A. Care Health Plan

1200 W. 7th Street

Los Angeles, CA 90017

**MANTÉNGASE**  
**ACTIVO,**  
**SALUDABLE E**  
**INFORMADO**

