



MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

Boletín para inscritos

Verano de 2024



En esta edición

- Un mensaje de la Dra. Erica McClaskey 2
- Hablemos de salud del comportamiento . 3
- ¡Nosotros nos encargamos de la vuelta a la escuela! 4
- Únase a nuestro Comité Asesor para Inscritos..... 5
- Asista a nuestra Orientación para nuevos inscritos 6
- ¿Qué es una visita de control del niño sano? 7
- Mantenga a sus hijos sanos mediante la vacunación 7
- ¿Qué es un chequeo de salud dental?..... 8
- Orientaciones de práctica clínica 9
- Recordatorios del Departamento de Apelaciones y Quejas 9
- ¡Únase a nuestro grupo de Facebook!.... 10
- Rincón de cumplimiento 11



This program is funded in part by the Government of the District of Columbia Department of Health Care Finance.

WE ARE DISTRICT OF COLUMBIA MURIEL BOWSER, MAYOR

Un mensaje de la Dra. Erica McClaskey



Dra. Erica McClaskey

Estimado inscrito:

El verano está en su máximo esplendor, pero pronto haremos la transición a las actividades para la vuelta a la escuela. MedStar Family Choice está disfrutando de su crecimiento, pero también está atravesando una transición. Me honra prestar servicios como la nueva directora médica de MedStar Family Choice District of Columbia. Como médica de Medicina familiar, tengo más de 15 años de experiencia en la medicina ambulatoria y hospitalaria en obstetricia, pediatría, medicina interna, salud de la mujer y geriatría. Espero poder brindar mis servicios todos los días a nuestro equipo clínico.

Tenemos el compromiso de mejorar la salud y la calidad de la atención de nuestros inscritos y nos complace sumar dos nuevos integrantes a nuestro equipo para que nos ayuden a alcanzar dicha meta. Octavia Peterson, la directora de Equidad en Salud Poblacional, supervisará el nuevo Departamento de Equidad en Salud Poblacional. La meta de este departamento es promover la equidad en la salud y reducir las disparidades en nuestra población. Su equipo desarrollará e implementará intervenciones y programas específicos destinados a abordar los determinantes sociales de la salud, mejorar el acceso a la

atención y reducir las disparidades en materia de salud.

Mientras aún nos comprometemos por mejorar la experiencia de nuestros inscritos, Xavier Russell, vicepresidente asistente de Crecimiento y Experiencias de los Miembros, se une a nuestro equipo para liderar este esfuerzo. Su equipo tendrá la tarea de desarrollar asociaciones exitosas con defensores y organizaciones comunitarias. Nuestra meta es promover la excelencia clínica para garantizar que cada inscrito reciba una atención de la más alta calidad.

Nuestro equipo está siempre dispuesto a responder sus preguntas, brindarle ayuda con las citas y satisfacer sus necesidades de atención médica. Si podemos ayudarle de alguna manera, llame a servicios para inscritos al **888-404-3549** o visítenos en **MedStarFamilyChoiceDC.com**. Su voz es importante para nosotros y valoramos sus comentarios y sugerencias.

Cúidese y manténgase saludable.

Erica McClaskey, MD, MS, FFAFP, directora médica
y directora médica general
MedStar Family Choice District of Columbia

¡Novedades en el sitio web!

Visite la Herramienta de recursos comunitarios en [MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees).

Busque en nuestro directorio de recursos locales en línea servicios gratuitos o de bajo costo para apoyar a las familias, como ayuda con atención médica, alimentos, servicios públicos y más.

Hablemos de salud del comportamiento

Tema: La vuelta a la escuela

Cuando los niños regresan a la escuela después de las vacaciones de verano, los padres pueden notar cambios en sus emociones y comportamiento. Estos cambios también pueden afectar a los padres. Es importante recordar que es normal sentirse afectado por un nuevo año escolar y que es importante saber cuándo puede resultar necesario recibir más apoyo con la transición.

Es normal que los niños tarden un tiempo en adaptarse a rutinas y entornos nuevos. Comenzar un nuevo año escolar puede ser muy emocionante y, al mismo tiempo, muy aterrador. Comprender las reacciones típicas al comenzar un nuevo año escolar puede ayudar a los padres a apoyar a sus hijos durante esta etapa.

Estas son algunas de las emociones y los comportamientos que los niños suelen expresar:

Ansiedad: los niños pueden sentir preocupación por los nuevos docentes, compañeros de clase o tareas. Pueden mostrar su preocupación a través de cambios en su alimentación o en cómo actúan cuando están con los demás. Algunos también pueden mostrar su preocupación a través de molestias físicas, como dolores de estómago y de cabeza, o pérdida de energía.

Cambios de humor: los niños pueden tener cambios rápidos en sus sentimientos (pueden pasar de estar emocionados a frustrarse y estar tristes), a medida que experimentan muchos cambios y nuevos desafíos.

Nostalgia: los niños pueden sentirse tristes en la escuela y pueden querer volver a casa o estar con sus padres o cuidadores. Esto es especialmente común en niños más pequeños o en los que asisten a una nueva escuela, ya que pueden sentir miedo del entorno nuevo.

Irritabilidad: los niños pueden sentirse frustrados o irritados con facilidad, ya que el año escolar implica tareas, despertarse más temprano y días con menos libertad que durante el verano.

Cambios en el sueño: los horarios escolares son muy diferentes a los de verano y pueden afectar al sueño de los niños. Esto puede provocar cansancio durante el día, lo que puede dificultar la concentración y aumentar la sensación de estrés.

Los padres también pueden tener una variedad de sentimientos sobre el comienzo de un nuevo año escolar. Es importante que ellos también cuiden sus emociones. Además de sentir la emoción y el orgullo de ver crecer a sus hijos, los padres también pueden sentirse tristes por el paso del tiempo.

El estrés y la ansiedad también son sentimientos comunes que los padres experimentan durante este periodo. Pueden sentir preocupación por qué tan preparados están sus hijos para la escuela, qué tan bien les irá y si harán amistades. También tienen la responsabilidad de prepararlos para la escuela a diario. Esto puede resultar abrumador, en especial, para aquellos que trabajan o tienen otras responsabilidades de cuidado.

Comprender estas reacciones comunes ante un nuevo año escolar puede ayudar a las familias con la transición. Brindar apoyo, comunicarse de manera abierta sobre los sentimientos y mantener rutinas consistentes puede ayudar a los niños durante este periodo de cambio.



Es importante entender que las reacciones al cambio son normales y pueden variar. Para la mayoría, los sentimientos mejoran con el tiempo. Si los sentimientos no mejoran o interfieren con el trabajo, la escuela o las relaciones, es importante que se lo informe a su médico. Existen otros apoyos que su proveedor puede compartir con usted para ayudarlo.

Si está buscando apoyo para su salud mental, hay ayuda disponible. Llame a la línea de ayuda de enfermería de MedStar Family Choice DC al **855-798-3540** o a la línea directa del Departamento de Salud el Comportamiento del DC al **888-793-4357**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Si cree que está en peligro inmediato de lastimarse o lastimar a otras personas, llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias más cercana.

¡Nosotros nos encargamos de la vuelta a la escuela!

Ha llegado la hora de nuevo y estamos aquí para ayudarlo a empezar el año escolar 2024-2025 con actividades y recursos para la vuelta a la escuela. Cada año, las Escuelas Públicas del DC (DCPS) requieren que todos los niños en edad escolar realicen su visita médica antes de que comience la escuela. Es importante que las familias:

- Lleven a su hijo(a) a la visita de control del niño sano, permitan que se le realice un examen odontológico y le administren las vacunas recomendadas antes de que comience las clases en otoño de 2024.
- Lleven el Formulario del certificado universal de salud y el Formulario de evaluación de la salud bucal a los exámenes programados de su hijo(a) para que los complete el proveedor de salud.
- Faciliten a las DCPS un Certificado universal de salud completado con el Formulario de información de vacunación y el Formulario de evaluación de salud bucal para que su hijo(a) pueda asistir a la escuela.

Nosotros nos encargamos. Podemos brindarle ayuda para programar el examen de control del niño sano de su hijo(a), la visita al odontólogo y las vacunas para que esté saludable y listo para aprender.

También podemos ayudar a programar el transporte

si es necesario. Las escuelas y los programas deportivos pueden solicitar exámenes físicos, vacunas y análisis de sangre para practicar deportes de equipo. MedStar Family Choice District of Columbia apoya los exámenes físicos oportunos y apropiados para todos los niños, tanto los anuales como los deportivos. Apoyamos a todos los inscritos para que cumplan las orientaciones establecidas por DC Health y el Departamento de Financiación de Servicios de la Salud.

 MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

**Kids going back to school?
We got you!**



It's time to plan ahead to get kids ready for the upcoming school year. Be smart. Start smart. Schedule your child's yearly well-child visit, dental screening, and immunizations so they are healthy and ready to learn.

From June 1 to September 30, 2024, kids ages 3-11 can **receive a back-to-school swag backpack and up to \$50 in gift card rewards** for completing a well-child visit or dental screening.



El proveedor de atención médica de su hijo(a) debe rellenar los Formularios de salud universal o bucodental antes de que pueda entrar en la escuela. Lleve dichos formularios a las visitas de su hijo(a). Escanee el código QR para obtener más información.



Una vez que sus hijos completen la visita de salud u odontológica, puede recibir una tarjeta de regalo de \$25 a \$50. También prepararemos a los niños con una mochila llena de útiles escolares y mucho más. Estas mochilas pueden recogerse en un lugar previsto o en lugares designados dentro de la comunidad, o enviarse por correo. Consulte nuestro sitio web para ver los próximos eventos para la vuelta a la escuela en [MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Events-and-Outreach-Programs](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Events-and-Outreach-Programs).

Si tiene alguna pregunta, llámenos al **202-363-4348** o **855-798-4244** (seleccione 1 para servicios para inscritos y luego 2 para hablar con un representante de asistencia. Los usuarios de TTY deben llamar al 711). También puede encontrar información en nuestro sitio web en [MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Events-and-Outreach-Programs](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/Events-and-Outreach-Programs) o puede visitar [DCHealth.DC.gov/Service/Immunization-Forms](https://www.DCHealth.DC.gov/Service/Immunization-Forms) para acceder a los formularios necesarios.



Únase a nuestro Comité Asesor para Inscritos

Unirse al Comité Asesor para Inscritos de MedStar Family Choice District of Columbia es una excelente manera de aprender sobre los programas de los planes médicos, conocer al personal, conectarse con recursos comunitarios, participar en debates y compartir sus comentarios. Las reuniones del Comité Asesor para Inscritos se llevan a cabo de forma virtual y en persona cuatro veces al año, junto con sesiones especiales adicionales que nos ayudan a que se mantenga en contacto con los recursos de la comunidad.

Puede asistir a las reuniones del Comité Asesor para Inscritos para:

- Brindar comentarios sobre el plan médico, los proveedores, los servicios y las experiencias a través de debates, encuestas y actividades interesantes.
- Informarse sobre los programas nuevos y futuros.
- Compartir sugerencias, resultados e inquietudes directamente sobre el plan médico.
- Entrar en contacto con recursos comunitarios para que ayuden tanto a usted como a su familia.

Sus comentarios se compartirán con nuestro equipo y se utilizarán para mejorar nuestro plan médico y su experiencia. Si desea unirse a una reunión del Comité Asesor para Inscritos de MedStar Family Choice DC, envíe un correo electrónico a Patricia Fisher a patricia.w.fisher@medstar.net y use "MedStar Family Choice DC Enrollee Advisory Committee" (Comité Asesor para Inscritos de MedStar Family Choice DC) como línea de asunto.

Asista a nuestra Orientación para nuevos inscritos

Únase a nosotros en nuestra próxima Orientación para nuevos inscritos para obtener más información sobre sus beneficios y los servicios que se ofrecen a usted y su familia. También recibirá un regalo para inscritos solo por asistir. Para obtener más información o asistir a nuestra próxima orientación programada, llame a servicios para inscritos al **888-404-3549** o envíe un correo electrónico a Patricia Fisher a patricia.w.fisher@medstar.net.



IT'S L.I.T!



Join MedStar Family Choice District of Columbia for our Life is Teachable (L.I.T.) youth series for ages 14-19. Learn how to improve your well-being and make better decisions as an adult. Topics include banking, how to make healthy meals, workouts, and healthy communication.

Visit medstarfamilychoicedc.com or use the QR Code to sign up.



MedStar Family Choice District of Columbia complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, disability, or sex.

¿Qué es una visita de control del niño sano?

Los chequeos de control del niño sano son controles preventivos que realiza un médico cerca del cumpleaños de su hijo(a) o en cualquier momento del año. Durante estas visitas, el médico o proveedor de atención médica puede detectar posibles problemas de salud y tratarlos antes de que su hijo(a) se enferme. Esto incluye la vacunación necesaria para que pueda asistir a la escuela.

Lleve una copia del Certificado de salud universal a todas las visitas de control del niño sano, exámenes de detección de plomo y vacunaciones contra COVID-19. El Certificado universal de salud está disponible en línea en DCHealth.DC.gov/Service/School-Health-Services-Program.

Para obtener más información, consulte el folleto Las visitas de control del niño sano son importantes en nuestro sitio web en MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/New-Information-and-Resources.



Mantenga a sus hijos sanos mediante la vacunación

Las vacunas son seguras y funcionan. Llevan muchos años salvando las vidas de los niños. En conjunto, pueden prevenir 16 tipos de enfermedades diferentes. Los niños reciben las vacunas en las visitas de control del niño sano, por lo que es importante asegurarse de que su hijo(a) acuda a todas las que recomiende su médico. Vacunar a su hijo(a) en el momento adecuado puede evitar que se enferme gravemente. La mayoría de las vacunas se administran mediante inyecciones. Hable con el médico o proveedor de atención médica de su hijo(a) sobre las vacunas que necesita.

Para obtener más información, consulte el folleto Las visitas de control del niño sano son importantes en nuestro sitio web en MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/New-Information-and-Resources.

¿Qué es un chequeo de salud dental?

Un chequeo de salud dental es un examen rutinario que realiza el médico o el odontólogo de su hijo(a) para asegurarse de que sus dientes, sus encías y su boca estén sanos. Durante los chequeos odontológicos de Detección, Diagnóstico y Tratamiento Temprano y Periódico (EPSDT) de su hijo(a), recibirá limpiezas y otros servicios relacionados. Además, usted y su hijo(a) aprenderán sobre el cuidado de los dientes y el desarrollo de hábitos dentales saludables.

¿Cuándo empiezan los chequeos odontológicos?

Los chequeos de salud dental deben empezar pronto en la vida de su hijo(a). Empezar con los chequeos de salud dental a una edad temprana puede encaminar a su hijo(a) hacia una buena salud bucal y crear una actitud positiva con respecto a la atención odontológica.

- Para los niños de 1 año, el chequeo odontológico lo realiza el pediatra durante las visitas de control del niño sano.
- Para los niños de 1 a 3 años, el pediatra puede realizar el chequeo preventivo o su hijo(a) puede visitar al odontólogo una vez al año.
- De los 3 a los 20 años, el odontólogo se encarga de los servicios dentales durante los chequeos cada seis meses.

3 razones para los chequeos de salud dental tempranos

- Los dientes de leche contribuyen al desarrollo del habla de su hijo(a).
- Los dientes de leche sin tratamiento pueden perjudicar el desarrollo de los dientes permanentes.
- La sonrisa de un niño afecta a su autoestima y confianza.

Para obtener más información, consulte el folleto Los chequeos de salud dental son importantes en nuestro sitio web en [MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/New-Information-and-Resources](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Enrollees/New-Information-and-Resources).



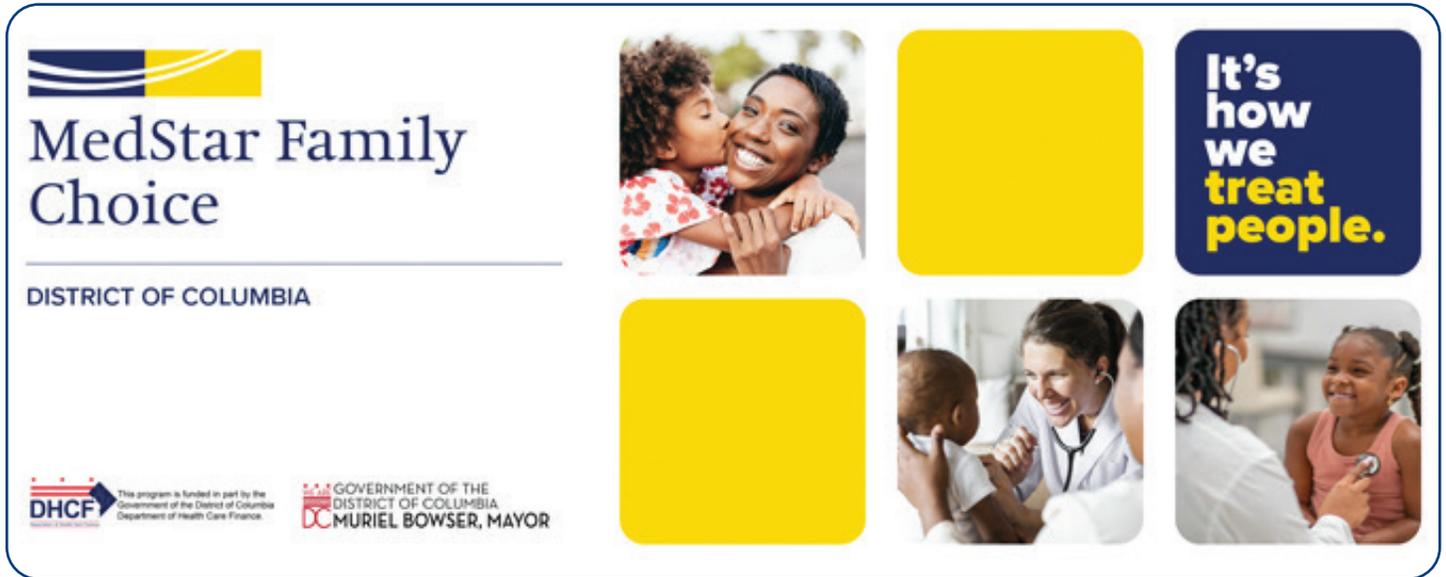
Orientaciones de práctica clínica

MedStar Family Choice District of Columbia cuenta con ciertas Orientaciones de práctica clínica que se brindan para ayudar a los médicos y otros especialistas a tomar decisiones con respecto a la atención de sus pacientes. Para consultar estas orientaciones, visite nuestro sitio web en [MedStarFamilyChoiceDC.com/Providers/Provider-Resources/Provider-Support/Clinical-Practice-Guidelines](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com/Providers/Provider-Resources/Provider-Support/Clinical-Practice-Guidelines).

Recordatorios del Departamento de Apelaciones y Quejas

- Para evitar facturas médicas, lleve las tarjetas de identificación del seguro de MedStar Family Choice DC a cada cita con el médico.
- Para acceder a los medicamentos con rapidez, lleve las tarjetas de identificación del seguro de MedStar Family Choice DC para retirar recetas médicas durante cada visita a la farmacia.
- Para recibir sus tarjetas de identificación lo antes posible, asegúrese de que la dirección esté actualizada en la Oficina de la Administración de Seguridad Económica (ESA). Realizar cambios con MedStar Family Choice DC es solo temporal.
- Para ayudar mejor a los inscritos, MedStar Family Choice DC debe tener un número de teléfono válido registrado.
- Para evitar presentar una apelación, recuerde al médico que debe enviar los registros médicos que comprueben la necesidad médica cuando solicite una autorización previa.
- Los inscritos que paguen por un servicio o un producto que no esté aprobado o no esté cubierto por el plan de beneficios pueden ser responsables del costo o los cargos.
- Los inscritos no pueden presentar una apelación ante los proveedores.
- Los inscritos no pueden presentar una apelación si un proveedor no recibió el pago. Esta apelación le corresponde al proveedor.
- Los inscritos no pueden presentar una apelación si no son financieramente responsables de un pago.
- Los inscritos no pueden presentar una apelación si se aprobó una solicitud de autorización.
- Los inscritos no pueden presentar una apelación si no se les negó la autorización.
- Los inscritos no pueden presentar una apelación si no existe una solicitud de autorización en el expediente.
- Los inscritos tienen una instancia de apelación antes de solicitar una audiencia imparcial.

¡Únase a nuestro grupo de Facebook!



Para ayudarle a mantenerse al día y ofrecerle un espacio para aprender y compartir información sobre su plan médico, hemos creado un grupo comunitario en Facebook.

En este grupo de Facebook se publican artículos sobre:

- Actualizaciones del plan médico
- Eventos comunitarios y programas educativos
- Incentivos de atención médica (¡tarjetas de regalo gratis!)
- Beneficios y servicios para el bienestar general para inscritos
- Actualizaciones de farmacia
- Consejos de salud y mucho más

Súmese a la conversación en facebook.com/groups/3345653428815826/ o escanee el código QR.



Rincón de cumplimiento

Tema: Denuncie el fraude, el malgasto y el abuso

Si sospecha o conoce una situación que pueda implicar fraude, malgasto o abuso, denúnciela de inmediato llamando a los servicios para inscritos de MedStar Family Choice DC al **888-404-3549** o a la línea directa de Integridad Corporativa de MedStar Health al **877-811-3411**. También puede comunicarse con el Departamento de Financiación de Servicios de la Salud en:

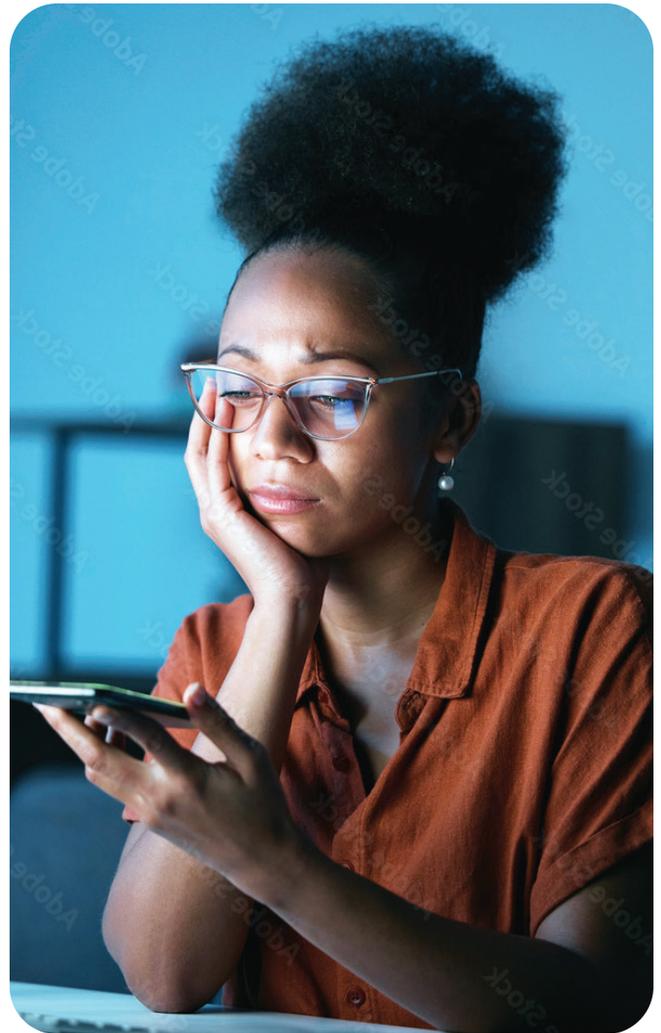
Department of Health Care Finance

Division of Program Integrity

441 4th Street, NW

Washington, DC 20001

Número de teléfono de la línea directa: **877-632-2873**



MedStar Family Choice District of Columbia cumple con las leyes vigentes federales de derechos civiles y no discrimina por raza, color, nacionalidad, discapacidad ni sexo.

If you do not speak and/or read English, please call **888-404-3549** between 8:00 a.m. and 5:30 p.m. A representative will assist you.

Si no habla o lee inglés, llame al **888-404-3549** entre las 8:00 a.m. y las 5:30 p.m. Un representante se complacerá en asistirle.

Nếu bạn không nói và/hoặc đọc tiếng Anh, xin gọi **888-404-3549** từ 8 giờ 00 sáng đến 5 giờ 30 chiều. Sẽ có người đại diện giúp bạn.

‘영어로 대화를 못하시거나 영어를 읽지 못하는 경우, 오전 8시 00분에서 오후 5시 30분 사이에 888-404-3549번으로 전화해 주시기 바랍니다. 담당 직원이 도와드립니다.’

Si vous ne parlez pas ou lisez l'anglais, s'il vous plaît appeler **888-404-3549** entre 8:00 du matin et 5:30 du soir. Un représentant vous aidera.

የእንግሊዝኛ ቋንቋ መናገርና ማንበብ የማይችሉ ከሆነ ከጊ.ቁ 8 : 00 ሰዓት እስከ ቀ. 5 : 30 ባለው ጊዜ በስልክ ቁጥር **888-404 3549** በመደወል እርዳታ ማግኘት ይቻላል።

‘如果不能講和/或不能閱讀英語，請在上午 8:00 到下午 5:30之間給 888-404-3549 打電話，我們會有代表幫助’



MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

Boletín para inscritos Verano de 2024

El Boletín para inscritos es una publicación de MedStar Family Choice District of Columbia. Para obtener más información sobre su plan o cualquier tema de este boletín, ingrese en [MedStarFamilyChoiceDC.com](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com) o llame a servicios para inscritos al **888-404-3549**.

Leslie Lyles Smith, directora ejecutiva, MedStar Family Choice District of Columbia

Erica McClaskey, MD, MS, FAAFP, directora médica general y directora médica, MedStar Family Choice District of Columbia

Lisa McDonough, directora de Comunicaciones, MedStar Family Choice District of Columbia



MedStar Family Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

3007 Tilden Street, NW, POD 3N
Washington, DC 20008

202-363-4348 o **855-798-4244** (línea gratuita)
[MedStarFamilyChoiceDC.com](https://www.MedStarFamilyChoiceDC.com)



Lo nuestro es **tratarte bien.**