



Conexiones



[AetnaBetterHealth.com/Louisiana](https://www.aetna.com/better-health/louisiana)

Aetna Better Health® of Louisiana

Más opciones de atención con telemedicina.

Teladoc ofrece sesiones de telemedicina con un proveedor para sus problemas de salud física. Teladoc no reemplaza a su proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés). Es solo otra opción para obtener una atención de calidad cuando no puede hablar fácilmente con su PCP. A través de una visita segura a un proveedor de video en su computadora, puede reunirse con un médico certificado en los EE. UU., con licencia en su estado, que puede tratar muchas afecciones simples como:

- Problemas en los senos nasales
- Bronquitis
- Alergias
- Síntomas de resfrío y gripe
- Infecciones respiratorias
- Infecciones de oídos y más

Tres pasos sencillos

1. En su computadora, vaya en Internet a **Teladoc.com** y haga clic en "Get started now" (Comenzar ahora) para configurar su propia cuenta.
2. Inicie sesión y complete la pestaña "My Medical History" (Mis antecedentes médicos).
3. Solicite la consulta con un proveedor, disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

¿Preguntas?

Si tiene alguna pregunta, llame al **1-800-Teladoc (1 800-835-2362)** las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Otro beneficio que ofrecemos es una videovisita a su propio proveedor. Puede ser con un proveedor de salud física o con un proveedor de salud mental y

Continúa en la página 3

Verano 2020

86.22.324.0-SU

Fecha de emisión: 7/2/2020

¡Servicio celular sin costo para usted!

Vea si reúne los requisitos.

Sabemos lo importante que es mantenerse conectado con la atención médica, el trabajo, los servicios de emergencia y la familia. Es por eso que Aetna Better Health of Louisiana se asocia con el servicio Lifeline de Assurance Wireless.

Cada mes, los clientes elegibles de Assurance Wireless reciben lo siguiente, sin costo alguno:

- Datos móviles
- Mensajes de texto ilimitados
- Minutos de voz

Más un teléfono inteligente Android

Puede reunir los requisitos para el servicio Lifeline de Assurance Wireless si está en ciertos programas de asistencia pública, como Medicaid o el Programa Suplementario de Asistencia Nutricional (SNAP, por sus siglas en inglés).

Para ordenar el servicio ahora u obtener más información, visite AetnaBetterHealth.com/Louisiana.

Cuando presente su solicitud, podrá recibir extras de salud de Aetna:

- Consejos y recordatorios de salud por mensaje de texto
- Mensajes de texto individuales con su equipo de atención de la salud
- Llamadas ilimitadas con nuestro equipo para miembros



Ayude a los niños a tener un peso saludable para toda la vida.

Los niños vienen en todas las formas y tamaños, y cada uno es maravilloso.

Algunos niños pueden esforzarse más que otros para mantener un peso saludable, pero todos ellos pueden beneficiarse al adquirir buenos hábitos cuando son pequeños. Como padre o madre, hay maneras positivas de ayudar. Por ejemplo:

Céntrese en los hábitos a largo plazo, no en soluciones rápidas.

Asegúrese de que sus hijos no caigan en las dietas de moda. Es más saludable concentrarse en elecciones inteligentes de alimentos y ejercicio que pueden mantener durante toda su vida.

Ofrezca alimentos saludables.

Dele a los niños una variedad de opciones nutritivas, como frutas, verduras, cereales integrales y carnes magras, en cada comida. No se preocupe si su hijo no quiere probar un alimento al principio. Simplemente ofrézcaselo nuevamente la próxima vez. Puede llevar muchos

intentos antes de que los niños aprendan a amar algo nuevo.

Fomente el juego todos los días.

Dele a los niños la oportunidad de jugar al aire libre, si es seguro. Si no es así, puede inscribirlos a clases o deportes organizados, o hacer actividades divertidas en el interior como familia.

Promueva una autoimagen positiva.

Está bien elogiar el aspecto de su hijo, pero asegúrese de admirar también su belleza interior. Hable sobre los buenos hábitos de alimentación y ejercicio que pueden ayudar a su hijo a ser más fuerte y a hacer más cosas, no solo a tener un aspecto concreto. También puede dar un buen ejemplo hablando de su propio cuerpo, sea cual sea su forma, de manera positiva.

¿Todavía le preocupa el peso de su hijo? En su próxima visita de niño sano, pregúntele al médico cómo puede ayudar.

Fuentes: American Academy of Family Physicians; American Academy of Pediatrics

Aprénda a manejar su enfermedad.

Ofrecemos un programa de manejo de enfermedades para ayudarle si tiene ciertas afecciones. Tenemos programas para:

- Asma
- Trastorno bipolar
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Insuficiencia cardíaca congestiva
- Depresión
- Diabetes
- VIH/SIDA
- Obesidad
- Esquizofrenia/trastorno esquizoafectivo
- Anemia de células falciformes
- Hepatitis C

Llámenos al **1-855-242-0802 (TTY: 711)** para obtener ayuda para manejar su enfermedad. Podemos ayudarle a usted o a su hijo a aprender a manejar estas afecciones crónicas y llevar una vida más saludable. Puede obtener información sobre estos programas en el Manual para Miembros y en línea en **AetnaBetterHealth.com/Louisiana**.

Como miembro, usted reúne los requisitos para participar

Si se le diagnostica alguna de estas afecciones crónicas o corre

el riesgo de padecerlas, puede inscribirse en nuestro programa de manejo de enfermedades.

También puede pedirle a su proveedor que solicite una derivación. Llámenos si desea saber más sobre nuestros programas de manejo de enfermedades.

'No quiero participar'

Usted tiene derecho a tomar decisiones sobre su atención médica. Si nos comunicamos con usted para que se inscriba en uno de nuestros programas, puede negarse. Si ya está en uno de nuestros programas, puede optar por abandonarlo en cualquier momento. Para ello, llámenos al **1-855-242-0802 (TTY: 711)**. Seguirá recibiendo todos los beneficios cubiertos si no desea participar en nuestros programas.



Telemedicina.

Continúa de la primera página

consumo de sustancias. Este servicio no tiene ningún costo para usted.

"Telemedicina" utiliza video bidireccional. Un proveedor y un paciente pueden hablar y verse entre sí. Pueden estar en dos lugares diferentes. Interactúan entre sí mediante imagen y sonido. Su computadora tendrá que tener funciones de video. O también funcionará con su teléfono inteligente.



Aplicación móvil

Teladoc (salud física) está disponible en versión de aplicación móvil con descarga gratuita para teléfonos Apple y Android.



Comuníquese con nosotros

Aetna Better Health of Louisiana
2400 Veterans Memorial Blvd., Suite 200
Kenner, LA 70062

24 horas al día, 7 días de la semana
1-855-242-0802 (TTY: 711)
AetnaBetterHealth.com/Louisiana

Este boletín se publica como un servicio a la comunidad para los amigos y miembros de Aetna Better Health of Louisiana, 2400 Veterans Memorial Blvd., Suite 200, Kenner, LA 70062. Incluye información general sobre la salud que no debe reemplazar el asesoramiento o la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales. Es posible que se hayan empleado modelos en fotos e ilustraciones.

2020 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.