



Todo sonrisas



AetnaBetterHealth.com/Louisiana

Aetna Better Health® of Louisiana

La salud de los hombres es importante

Estudios de investigación revelan que es menos probable que los hombres busquen atención médica por varias razones. Algunos evitan hacerlo porque se sienten bien. Otros se ponen nerviosos por algún examen o por lo que este pueda revelar. Algunos hombres incluso ven la atención médica como un indicio de debilidad. Pero mantenerse sano es una muestra de fortaleza. Es importante mantener toda su salud bajo control.

Asegúrese de realizarse el examen preventivo anual y las pruebas de detección que su médico le recomiende. Las pruebas de detección pueden ayudarle a detectar problemas de salud en etapas tempranas, cuando estos son más fáciles de tratar. Y el tratamiento temprano puede ayudarle a ahorrar dinero en

futuros costos de atención médica. Más importante aún, también puede ayudar a salvar su vida.

Semana de la Salud del Hombre (del 13 al 19 de junio)

El objetivo de la Semana de la Salud del Hombre es aumentar la concientización sobre los problemas de salud prevenibles y fomentar la detección y el tratamiento tempranos de enfermedades entre hombres y niños.

Dicha semana brinda a los proveedores de atención médica, a los formuladores de políticas públicas, a los medios de comunicación y a las personas la oportunidad de alentar a hombres y niños a consultar regularmente al médico y a buscar tratamiento temprano para enfermedades y lesiones.

Cuide su corazón

Incluso si no presentan síntomas, los hombres corren mayor riesgo de padecer enfermedades cardíacas.¹ Asegúrese que le revisen la presión arterial. Manténgase activo y mantenga un peso saludable. Si fuma, deje de hacerlo. Consulte a su médico para obtener ayuda para comenzar.

Hágase pruebas

Las pruebas de detección del cáncer colorrectal son más importantes a medida que envejecemos. Se recomienda hacerlas a partir de los 45 años.

El cáncer testicular *se encuentra con mayor frecuencia en hombres de 15 a 44 años*. Es bastante raro y muy tratable. Con un diagnóstico

Continúa en la página 3

Aprenda 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 (ICC)
- Depresión
- Diabetes
- Hepatitis C
- VIH/SIDA
- Obesidad
- Esquizofrenia/trastorno esquizoafectivo
- Anemia de células falciformes

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.



 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](https://www.aetna.com/betterhealth/louisiana).

¡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 determinados programas de asistencia pública, como Medicaid o el Programa Suplementario de Asistencia Nutricional (SNAP, por sus siglas

en inglés). Cuando presente su solicitud, podrá recibir extras de salud de Aetna:

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

 Para ordenar el servicio ahora u obtener más información, visite [AetnaBetterHealth.com/Louisiana](https://www.aetna.com/betterhealth/louisiana).

La salud de los hombres es importante

Continúa de la portada

temprano, el cáncer testicular puede curarse. Con tratamiento, el riesgo de muerte por este cáncer es muy pequeño.

Aparte del cáncer de piel, el *cáncer de próstata* es el cáncer más común en los hombres estadounidenses.

Aproximadamente 1 de cada 8 hombres recibirá un diagnóstico de cáncer de próstata durante su vida. Los hombres mayores y los hombres negros no hispanos tienen mayores probabilidades de desarrollar cáncer de próstata.

Reconozca sus sentimientos

La depresión afecta tanto a hombres como a mujeres. Pero es menos probable que los hombres hablen sobre sus sentimientos o reciban tratamiento. Conozca los signos y hable con su médico sobre sus preocupaciones. Para realizar una autoevaluación, inicie sesión como afiliado en **AetnaBetterHealth.com/Louisiana**.

Es un asunto familiar

Citando al congresista Bill Richardson (Registro del Congreso, H3905-H3906, 24 de mayo de 1994), "Reconocer y prevenir los problemas de salud de los hombres no es solo un asunto de los hombres. Debido a su impacto en esposas, madres,



hijas y hermanas, la salud de los hombres es verdaderamente un asunto familiar".

¹Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Health Statistics. Causa subyacente de muerte, 1999–2017. Consultado el 16 de octubre de 2019.

Publicaciones y recursos de salud

- Nutrición para hombres jóvenes: www.eatright.org/health/wellness/healthy-aging/nutrition-for-young-men
- www.menshealthnetwork.org/library/blueprint.pdf
- www.menshealthnetwork.org/php/library.php?action=show_list&category_id=003011
- Brother, You're on My Mind (Hermano, te tengo en mis pensamientos): www.nimhd.nih.gov/programs/edu-training/byomm/index.html
- Red de salud para hombres: www.menshealthnetwork.org/
- Información de salud para hombres: <https://medlineplus.gov/menshealth.html>
- Oficina de Salud de las Minorías: <https://minorityhealth.hhs.gov/mens-health/resources/>



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.

2022 © Coffey Communications, Inc. Todos los derechos reservados.