FirstChoice℠
by Select Health of South Carolina
Your Hometown Health Plan

Healthy Connections

FIRST CHOICE:
Tried and True, Time to Renew!

Healthy NOW

PRIMAVERA 2024

www.selecthealthofsc.com

Renovación de sus beneficios de Healthy Connections (Medicaid)

Obtenga más información en la página 2

Obtenga o manténgase saludable con el apoyo de Extra Benefits

Ver página 4

@firstchoicebyselecthealth @firstchoicebyselecthealth First Choice by Select Health

FC-02132024-M-1S WM N

Atención: ¡Acción necesaria!

Proceso anual para mantener sus beneficios de Medicaid

FIRST CHOICE:
Probado y comprobado
¡Es hora de renovar!

¡Queda poco tiempo! Cuando reciba su formulario anual de revisión de elegibilidad de Medicaid, tiene un tiempo limitado para completarlo y devolverlo. Si no lo regresa a tiempo, usted y/o sus hijos corren el riesgo de perder los beneficios de Healthy Connections (Medicaid).

Para garantizar que reciba su formulario, es importante que Healthy Connections tenga su dirección e información de contacto actuales. Visite el portal en línea de Healthy Connections (**https://tools.apply.scdhhs.gov/quick-tools**) hoy mismo para actualizar su información y evitar la interrupción de la cobertura. Para obtener la información más reciente sobre las revisiones anuales, visite Healthy Connections (**https://msp.scdhhs.gov/annualreviews**).

Escanee con su teléfono.

¡RESPONDA A LA BREVEDAD PARA MANTENER SUS BENEFICIOS!

Su proceso de revisión anual de Healthy Connections: ¡Es tan simple como contar 1, 2, 3!

1 Una vez al año, Healthy Connections le enviará por correo un Formulario de revisión anual en un sobre como este.

- Cuando lo reciba, complételo completamente y vaya al Paso 2.
- Si no puede encontrar el formulario, consulte el recuadro verde en el dorso para conocer las instrucciones para reemplazarlo.

2 Cuando devuelva el formulario completo, deberá incluir lo siguiente:

- Números de Seguro Social (o números de documento para cualquier inmigrante legal que necesite seguro).
- La información sobre los ingresos y los empleadores de todos los integrantes de su familia (por ejemplo, recibos de nómina, formularios W-2 o declaraciones de salario e impuestos).
- Los números de póliza de los seguros médicos actuales, que incluya los seguros médicos relacionados con el trabajo disponibles para su familia.

3 Regrese el formulario y los documentos a Healthy Connections:

- Envíe el formulario en línea en **https://apply.scdhhs.gov**.
- Suba los documentos al portal en **https://apply.scdhhs.gov**.
- Escanee el formulario y los documentos. Envíelos por correo electrónico a **8888201204@fax.scdhhs.gov.**
- O envíe el formulario y los documentos por fax al **1-888-820-1204**.
- En persona: puede llevar su formulario de renovación y los documentos a una oficina local de Elegibilidad de South Carolina Healthy Connections. Puede encontrar una oficina cerca de usted consultando una lista de oficinas de Healthy Connections (**https://www.scdhhs.gov/site page/where-go-help**).
- O envíelos por correo a: SCDHHS – Central Mail P.O. Box 100101 Columbia, SC 29202-3101
- Llame a SC Health Connections al **1-888-549-0820**.

FC-01062023-M-2.1_WM_U

FirstChoice℠ by Select Health of South Carolina
Your Hometown Health Plan

Healthy Connections

First Choice: 1-888-276-2020 (gratuito) • 1-888-765-9586 (TTY)

FC-02132024-M-1S_WM_N

¡Ayúdenos a ayudarle mejor a USTED!

¡Necesitamos su ayuda! First Choice by Select Health of South Carolina envía una encuesta de Evaluación del Consumidor de Proveedores y Sistemas de Atención Médica (CAHPS, por sus siglas en inglés) cada año para evaluar servicios importantes para usted. La encuesta se envía por correo a una muestra aleatoria de miembros. Está diseñada para decirnos cómo usted se siente acerca de sus proveedores de atención médica, nuestro plan y la atención que recibe. Los resultados de la encuesta nos ayudan a realizar mejoras en los programas y servicios utilizados por nuestros miembros.

La última encuesta CAHPS se publicó a principios de 2024. Si recibe o ha recibido una encuesta, complétela y envíela por correo en el sobre prepagado proporcionado. Para obtener más información, visite **www.selecthealthofsc.com** o llame a Servicios para Miembros al número gratuito **1-888-276-2020**.

¿Necesita un formulario de revisión anual de reemplazo?

- Descargue e imprima el formulario desde **www.scdhhs.gov/sites/default/files/WKR002.pdf**.
- Solicite el formulario de Revisión Anual por correo electrónico seguro en **www.selecthealthofsc.com/contact**.
- Llame a Servicios para Miembros de First Choice al **1-888-276-2020 (TTY 1-888-765-9586)**. Podemos enviar un formulario y un sobre con franqueo pagado para enviar su formulario completo a Healthy Connections.
- Llame al Centro de contacto para miembros de Healthy Connections al **1-888-549-0820**.

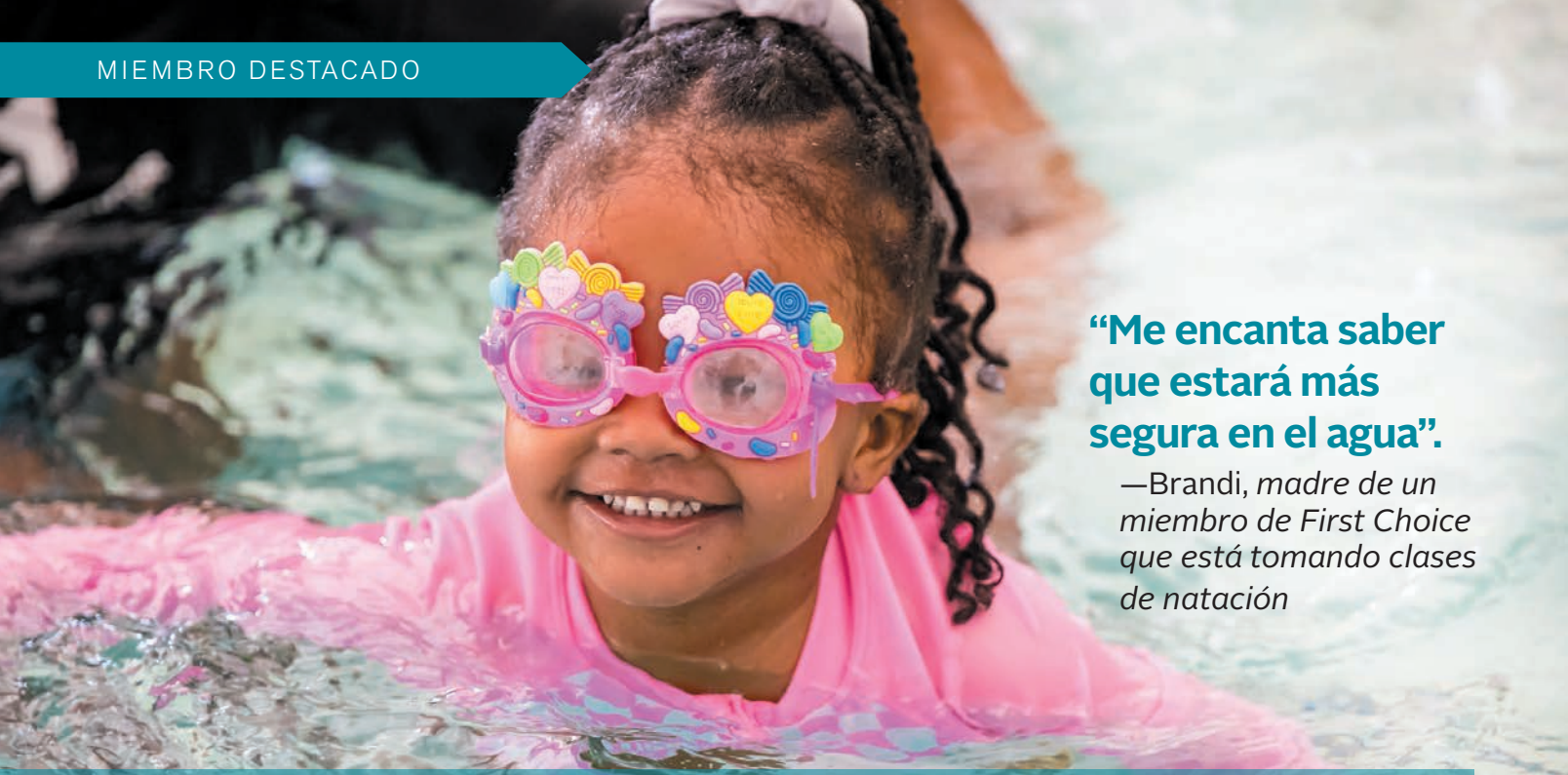
Si necesita ayuda para completar el formulario, llame a su plan de salud o a Healthy Connections al **1-888-549-0820 (TTY 1-888-842-3620)**.

Es fácil: actualizar su información de

¿Tenemos su dirección actual? ¿Cambió su número de teléfono? Déjenos saber:

- **Paso 1:** Inicie sesión en nuestro Portal para miembros. Para acceder al Portal para miembros en línea, vaya a **www.selecthealthofsc.com**. Seleccione **Members** en la parte superior, luego haga clic en **Sign in to the Member Portal**. Siga los pasos si aún no se ha registrado.
- **Paso 2:** Actualice y confirme su información.
- **Paso 3:** Llame a Healthy Connections al **1-888-549-0820** o vaya a **apply.scdhhs.gov** para cambiar o agregar su dirección, correo electrónico o número de teléfono. O visite su oficina de elegibilidad local. Nota: Para que se realicen cambios, Healthy Connections necesita la misma información que se encuentra en nuestro Portal para miembros.

¡También puede actualizar su información en nuestra aplicación móvil! Busque la aplicación en la tienda Google Play™ o Apple App Store®. Busque FCSH Mobile.



“Me encanta saber que estará más segura en el agua”.

—Brandi, *madre de un miembro de First Choice que está tomando clases de natación*

Extra Benefits ofrece apoyo, dentro y fuera de la piscina

Como madre de un miembro de First Choice, Brandi estaba explorando First Choice Extra Benefits en línea cuando descubrió las clases de natación. Los vales de First Choice permiten a los miembros calificados tomar clases de natación en ubicaciones regionales de la YMCA. Ella sabía que esto encajaría perfectamente con su hija Marleigh.

“A ella le encanta estar cerca del agua”, dijo Brandi. “Y me encanta saber que Marleigh estará más segura en el agua. Ha sido fantástico para las dos”.

Marleigh está entusiasmada con sus clases cada semana porque se encuentra con nuevos amigos. Juntos aprenden técnicas de natación y otras habilidades. Cuando se le preguntó sobre su experiencia al aprender a nadar, Marleigh respondió: “¡Me encanta el agua! ¡Nadar es fantástico!”

Mamá está de acuerdo. “Me gusta mucho que First Choice ofrezca un deporte físico que fomente hábitos saludables”, dijo Brandi. “Y está disponible todo el año, no sólo durante los meses de verano”. También aprecia que “Marleigh está ganando confianza y está deseosa por aprender. Las clases de natación están fomentando su independencia y está aprendiendo a seguir instrucciones”. Y añadió: “Es una gran herramienta que puede tener antes de ir a campamentos de verano o de viajes con otras personas”. Y ahora Marleigh puede unirse en el agua con seguridad a su hermano mayor, que ya sabe nadar.

¡Tenemos más!

¡First Choice ofrece todos los beneficios estándares de Medicaid más beneficios adicionales para ayudar a mantener saludable a su familia! Para obtener más información sobre los vales para clases de natación y otros beneficios adicionales, visite **www.selecthealthofsc.com**. Haga clic en **Learn about our Extra Benefits**.

Si necesita ayuda, llame a Servicios para Miembros de First Choice al **1 888 276-2020 (TTY 1 888 765-9586)**. Podemos ayudarle a responder sus preguntas.

FC-02132024-M-1S_WM_N

Dele a su bebé *un comienzo saludable*

Cuando está embarazada, todo lo que hace afecta al bebé por nacer. Es por eso que debe informar a sus proveedores de atención médica tan pronto como crea que está embarazada. Asegúrese de informarle también a First Choice.

Debería comenzar a hacerse chequeos periódicos llamados visitas prenatales. En su primera visita, su proveedor debe hacerle un examen y preguntarle sobre su salud. También pueden realizar pruebas para descartar problemas de salud. En visitas posteriores, su proveedor comprobará cómo está usted y cómo está creciendo su bebé.

Aquí hay más formas en que, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, usted puede ayudar a su bebé por nacer para que crezca y esté saludable:

- Consuma una dieta sana y bien equilibrada. Pregúntele a su proveedor qué debe comer y qué evitar.
- Tome vitaminas prenatales si su proveedor se lo indica.
- No fume. Si fuma, pídale a su proveedor que le ayude a dejar de fumar.
- No pase tiempo con personas que fuman. Su humo también perjudica a los bebés por nacer.
- No beba alcohol ni consuma drogas ilegales. Si necesita ayuda para dejar de hacerlo, hable con su proveedor.
- No comience a tomar ningún medicamento, ni siquiera los productos de venta libre, a menos que su proveedor le diga que es seguro.

Hable sobre estos temas con su proveedor. Pida ayuda si la necesita.

"5 Tips to Reduce the Risk of Birth Defects," American Academy of Pediatrics (AAP), www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/Pages/reduce-the-risk-of-birth-defects.aspx. "Nutrition and Exercise During Pregnancy," AAP, www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/Pages/Nutrition-and-Exercise-During-Pregnancy.aspx.

Cuidando a las mamás

First Choice tiene beneficios para apoyar a las mamás embarazadas y nuevas mamás. Visite **www.selecthealthofsc.com**. Haga clic en **Members, Benefits**, y luego en **Additional benefits** para más información sobre:

- Administradores de atención disponibles a través de nuestro programa prenatal Bright Start®.
- Baby showers regionales con asientos para el auto, bolsas de pañales y más.*
- Comidas a domicilio para nuevas mamás.**
- Extractores de leche eléctricos para nuevs y futuras mamás.**
- Diaper Days para niños de 0 a 30 meses.*

** Para miembros que califiquen, hasta agotar existencias.*
***Condiciones aplican; ver sitio web.*

Controle sus alergias

Si estornuda tanto como para poder comprar acciones en Kleenex, es posible que sufra alergias estacionales. Esto también se conoce como fiebre del heno o rinitis alérgica. La Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología (AAAAI) explica que nuestro sistema inmunológico provoca esta condición cuando reacciona de forma exagerada a una sustancia que normalmente no es dañina. El mismo libera una sustancia química llamada histamina, que desencadena los síntomas.

Las cosas que desencadenan sus alergias se llaman alérgenos. La Fundación sobre Asma y Alergia de América (AAFA, por sus siglas en inglés) dice que el polen de los árboles es un alérgeno común de marzo a mayo. Las moreras y los sauces son solo dos tipos que desencadenan síntomas. El polen de pasto y malezas también puede causar síntomas, dice la AAFA.

Síntomas

Dependiendo de cuáles sean sus desencadenantes, las alergias estacionales pueden aparecer en primavera, verano u otoño. La AAFA dice que algunos síntomas comunes incluyen:

- Estornudos.
- Secreción o congestión nasal.
- Picazón en nariz, boca, garganta o piel.
- Ojos llorosos o con picazón.

Tratamiento

Tener alergias no significa que tenga que sufrirlas. Una de las cosas más útiles que puede hacer es evitar las cosas que hacen que sus síntomas empeoren. Puede:

- Consultar el conteo de polen local. Cuando los conteos sean altos, quédese en casa o reduzca su actividad al aire libre. Los conteos de polen suelen ser más altos en los días calurosos, secos y ventosos.
- Pídale a otra persona que corte el césped, arranque las malas hierbas y realice otras tareas al aire libre. Use una mascarilla contra el polvo cuando trabaje en el jardín.
- Lávese la piel y el cabello cuando termine de realizar actividades al aire libre. Póngase ropa limpia.
- Mantenga cerradas las ventanas de su auto y de su casa. Utilice aire acondicionado en lugar de tener las ventanas abiertas.
- Limpie los filtros de los acondicionadores de aire con frecuencia. Reemplácelos según sea necesario.

Medicamentos de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés) pueden ayudar a aliviar sus síntomas. La AAAAI dice que muchos de ellos funcionan mejor si comienza a tomarlos antes de que los conteos de polen sean altos y comiencen los síntomas. Hable con su proveedor de atención médica sobre qué medicamentos podrían funcionar mejor para usted. Las personas con reacciones más graves pueden necesitar un medicamento recetado u otro tratamiento por parte de su profesional.

¿Necesita apoyo adicional?

First Choice ofrece el programa Breathe Easy sin costo para miembros con asma. Para obtener más información, visite **www.selecthealthofsc.com**. Haga clic en **Members** y luego en **Staying healthy**. Haga clic en **Care management**.

FC-02132024-M-1S_WM_N

Actualizaciones de medicamentos

Para obtener información farmacéutica actualizada, visite **www.selecthealthofsc.com**. Esto incluye cambios aprobados por el Comité de Farmacia y Terapéutica. Este comité se reúne 4 veces al año. Los miembros del comité votan sobre los cambios en la lista de medicamentos preferidos, incluidos qué medicamentos agregar o eliminar. El sitio web también incluye:

- Actualizaciones de la lista de medicamentos preferidos. Estos se encuentran en el área de **Member Tools** del sitio web.
- Nuevos criterios y procedimientos de autorización previa para presentar una solicitud de autorización previa. Haga clic en **Benefits** y luego en **Prescription benefits.** Finalmente, haga clic en **Prior approvals and authorizations**.
- Restricciones de beneficios de farmacia. Encuéntrelos haciendo clic en **Benefts** y luego en **Prescription benefits**.
- Información sobre el retiro de medicamentos. Encuéntrela en la sección **Information for you**.

Reduzca los desencadenantes del asma

¿Sabía que el polen puede hacer que los síntomas del asma comiencen o empeoren? La Asociación Americana del Pulmón (ALA, por sus siglas en inglés) advierte que otros desencadenantes comunes incluyen:

- Contaminación del aire como smog y humos de autos.
- Animales con pelaje o plumas.
- Resfriados, influenza y otras enfermedades.
- Ejercicio, incluyendo nadar y caminar.
- Moho que se encuentra en interiores o exteriores.
- Plagas, como ácaros del polvo y cucarachas.
- Humo de cigarrillos, fogatas y más.
- Algunos medicamentos de venta libre y recetados.
- Emociones fuertes como ira, estrés y miedo.
- Olores fuertes de productos de limpieza, velas y más.
- El clima, como tormentas y cambios de temperatura.

Eliminar los desencadenantes del asma puede ayudar a reducir los ataques de asma en niños y adultos. La ALA dice que esto puede ayudarle a usar menos medicamentos de alivio rápido y a mantenerse alejado de la sala de emergencias.

Cuando no pueda evitar un desencadenante, limite su exposición a él. Pregúntele a su proveedor si debe usar medicamentos de alivio rápido para prevenir un ataque de asma cuando no puede evitar un desencadenante. Para obtener más información sobre el asma y cómo controlarla, visite **www.lung.org/asthma**.

¿Qué tan bien conoce SU PLAN MÉDICO DE FIRST CHOICE?

Información de referencia rápida para obtener atención médica, recetas médicas y servicios para miembros.

FirstChoice℠ by Select Health of South Carolina
Your Hometown Health Plan

Healthy Connections

CITAS MÉDICAS

PLANEE LAS VISITAS DE RUTINA

con su proveedor de atención primaria (PCP) **con 4 a 6 semanas** de anticipación.

La **ATENCIÓN DE URGENCIA** a su PCP (visitas por enfermedad) debería estar disponible dentro de las **48 horas** de solicitar una cita.

Debería poder consultar a **UN ESPECIALISTA** dentro de las 12 semanas **de solicitar** una cita.

Pregúntele a su PCP sobre **LA ATENCIÓN EN CLÍNICAS DE ACCESO LIBRE** y **fuera del horario habitual**.

RECUERDE:

- Llegue **temprano**.
- Lleve **sus tarjetas** de identificación de Healthy Connections y de First Choice℠.
- Si no **puede** acudir a su cita, llame a su proveedor para cancelarla.
- Traiga una lista de todos los **medicamentos** que está tomando actualmente.

Algunos servicios médicos requieren **AUTORIZACIÓN PREVIA.**

Su proveedor presentará esta solicitud.

- La decisión para una solicitud estándar puede demorar hasta **14 días calendario**.
- La decisión para una solicitud urgente puede demorar hasta **72 horas** tras su recepción.
- Si la solicitud es denegada, usted y su proveedor recibirán una carta de denegación con una explicación y sus derechos de apelación.

RECETAS MÉDICAS

Por lo general, **NO HAY UN LÍMITE MENSUAL** a la cantidad de recetas médicas que puede obtener (algunos medicamentos tienen limitaciones).

Algunos medicamentos requieren una **autorización previa**. Su proveedor presentará esta solicitud.

Pídale a su proveedor que **verifique el listado de medicamentos preferidos** en nuestro sitio de Internet para ver si se necesita una autorización previa.

En el caso de los medicamentos que necesitan una autorización previa, usted **puede obtener un suministro temporal de 72 horas** de su farmacia mientras la solicitud está pendiente.* La decisión para obtener una autorización previa para un medicamento puede demorar hasta **24 horas**.

*A los miembros se les permite un suministro temporal por número de receta. Los inhaladores, las tiras reactivas e insumos para la diabetes, y las cremas o lociones son excepciones a este límite de suministro debido a la manera en que son envasados. En relación con estos medicamentos, el miembro puede recibir el tamaño de envase más pequeño disponible.

SERVICIOS AL MIEMBRO

PERMÍTANOS SERLE DE UTILIDAD. ESTAMOS PARA ASISTIRLE.

Podemos ayudarle a **PROGRAMAR** una visita médica.

Podemos responder **PREGUNTAS SOBRE SUS BENEFICIOS MÉDICOS**.

INFÓRMENOS si le hacen esperar más de **45 minutos** desde la hora de su cita médica.

Podemos ayudarle a **OBTENER SUS MEDICAMENTOS CUBIERTOS**. Llame a Servicios al Miembro para obtener ayuda antes de retirarse de la farmacia.

Podemos ayudarle a **ORGANIZAR UN TRANSPORTE** para trasladarse desde y hacia el consultorio médico o para buscar su medicamento cubierto de una farmacia.

SERVICIOS AL MIEMBRO: 1-888-276-2020 (TTY 1-888-765-9586)

LÍNEA DE ENFERMERÍA LAS 24 HORAS: 1-800-304-5436

Consulte su Manual del Miembro en **www.selecthealthofsc.com** para obtener información completa y detallada.

First Choice: 1-888-276-2020 (gratuito) • 1-888-765-9586 (TTY)

FC-02132024-M-1S_WM_N

Cómo inscribirse en un programa de manejo de la atención sin costo

Contamos con administradores de atención que se comunican por teléfono para ayudarle a estar y mantenerse saludable. Nuestros programas de Manejo de la atención están diseñados para ayudar con el embarazo, enfermedades a largo plazo, lesiones y condiciones de salud mental. Contamos con programas de salud para asma, embarazo, problemas del corazón y diabetes. Hay muchas maneras de unirse a estos programas, que se le brindan sin costo alguno.

Puede pedirle a su proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) que le inscriba o puede referirse usted mismo. Simplemente llámenos al **1-888-276-2020** y seleccione las opciones de **Respuesta rápida/Manejo de atención**. También puede comunicarse con nosotros enviando un correo electrónico seguro desde la página de **Contacto*** en nuestro sitio web, y alguien le responderá dentro de las 24 horas, de lunes a viernes. O inicie sesión en el Portal para miembros y vaya a **Enroll in a special program**. Podemos:

- Proporcionarle a usted o a su cuidador autorizado su evaluación de salud.
- Ayudarle a obtener medicamentos cubiertos y equipos y suministros médicamente necesarios cubiertos.
- Programar transporte.
- Comunicar cierta información mediante mensajes de texto bidireccionales** si usted o su cuidador, que está autorizado a recibir su información de salud, optan por participar.
- Encontrar especialistas y más.

Algunas personas pueden tener múltiples problemas de salud y se beneficiarían de un programa de Manejo de atención compleja. Si es un miembro que cree que se beneficiaría de dicho programa, puede ser referido por un proveedor de atención médica, un planificador de altas, un administrador de atención que trabaje en uno de los programas enumerados aquí o un cuidador. O puede referirse usted mismo. Simplemente llámenos al **1-888-276-2020** y seleccione las opciones para **Rapid Response/Care Management**.

¿Quiere obtener más información sobre estas condiciones y obtener consejos sobre cómo estar y mantenerse saludable? Únase a 1 de estos programas:

heartfirst
Para miembros con enfermedades del corazón.

breatheeasy
Para miembros con asma.

incontrol
Para miembros con diabetes.

BRIGHTSTART
Para miembros embarazadas.

First Choice se enorgullece de apoyar a las familias de Carolina del Sur que reciben servicios de cuidado de crianza. Los miembros que están en cuidado de crianza y sus padres de crianza quedan automáticamente inscritos en un programa de manejo de atención y deben participar. Todos los demás miembros pueden optar por no participar y excluirse de cualquier programa de manejo de atención llamando a Servicios para Miembros o a su administrador de atención.

**La bandeja de entrada segura de correo electrónico no se monitorea las 24 horas del día y no debe usarse para informar una emergencia médica. En caso de una emergencia médica, llame al 911.*

***Es posible que se apliquen tarifas estándares de mensajería y datos.*

La rehabilitación cardíaca puede ayudar más que a su corazón

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades enfatizan que la rehabilitación cardíaca es una parte importante de recuperación después de un ataque al corazón. Estos programas pueden ayudarle a vivir por más tiempo, prevenir futuros problemas del corazón y más. Por ejemplo, pueden ayudar a:

- Aliviar la depresión y la ansiedad.
- Mejorar su capacidad para hacer ejercicio.
- Regresar a sus actividades diarias.

Los programas no son sólo para personas que han sufrido un ataque al corazón. La rehabilitación cardíaca también puede ayudar a quienes padecen insuficiencia cardíaca o angina estable crónica, o quienes se sometieron a una cirugía de bypass o angioplastia

¿Sabía que la rehabilitación cardíaca es un beneficio cubierto?
Por favor, consulte con su proveedor para obtener más información.

heartfirst

Utilice sus beneficios de la manera correcta

En First Choice, trabajamos con usted y su proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) para asegurarnos de que sus beneficios se utilicen de la manera correcta y más económicamente. First Choice toma decisiones basadas en la atención, los servicios y su cobertura.

No damos recompensas ni dinero a nuestro personal, proveedores ni a ninguna otra persona por negar, limitar o retrasar la cobertura o los servicios de atención médica. Llame a Servicios para Miembros para preguntar sobre los servicios y beneficios específicos que cubre First Choice.

¿Tiene preguntas sobre una autorización o denegación pendiente? Estamos aquí para ayudar con inquietudes sobre el manejo de utilización durante y después del horario laboral normal. También contamos con servicios de idiomas y TTY sin costo para los miembros. Llame a Servicios para Miembros al **1-888-276-2020 (TTY 1-888-765-9586)**.

Actualizaciones de beneficios

Implantes cocleares: A partir del 1º de enero de 2024, la cobertura de implante coclear incluye a miembros mayores de 21 años que cumplan con necesidades médicas.

Servicios de Optometría Móvil (Cuidado de la vista): Se proporciona cobertura adicional para los servicios de optometría recibidos a través de unidades móviles en las escuelas públicas para estudiantes inscritos en Healthy Connections (Medicaid).

Anticonceptivos (control de la natalidad): ¿Necesita apoyo para la planificación familiar, pero faltan meses para la próxima cita disponible con su proveedor? Ahora puede acudir a su farmacia local. Pregunte si uno de sus farmacéuticos está certificado para consultarle sobre planes familiares y recetarle anticonceptivos orales, si es necesario. Esto quiere decir que no necesita esperar para ver a su proveedor.

Para obtener más información sobre estas actualizaciones de beneficios, llame a Servicios para Miembros al **1-888-276-2020**.

Recursos en línea para usted

Visite **www.selecthealthofsc.com** para encontrar recursos como el Manual para miembros, la Guía de referencia de copagos y el Directorio de proveedores en línea para su plan First Choice. En **Information for you**, haga clic en **Member rights and responsibilities** para ver una lista detallada de esta información.

Si necesita copias impresas de estos artículos, llame a Servicios para Miembros al **1-888-276-2020 (TTY 1-888-765-9586)**. También consulte nuestro sitio web para ver avisos sobre cambios temporales en los beneficios relacionados con condiciones climáticas extremas, como huracanes o emergencias de salud pública.

FC-02132024-M-1S_WM_N

¿Qué es el fraude y el abuso en la atención médica?

Hay muchos tipos de fraude y abuso. Estos pueden incluir cuando los médicos facturan por servicios que usted no recibió o facturan de manera incorrecta a propósito para que le paguen más. O cuando las personas usan tarjetas de identificación de miembro que no son suyas o cuando las personas que se suponen que no deben obtener cobertura están en un plan de salud. Para ayudar, usted puede:

- Revisar su Explicación de Beneficios (EOB, por sus siglas en inglés), si la recibió, para asegurarse de que toda la información sea correcta.
- Proteger su tarjeta de plan de salud y su información privada en todo momento.
- Compartir su número de identificación de Medicaid o número de Seguro Social solo si ha confirmado con quién está hablando y si ellos están actuando en un rol oficial relacionado con su atención médica.
- Contar sus pastillas cada vez que recoja un medicamento para asegurarse de recibir la cantidad recetada. Si la cantidad no es correcta, informe a su farmacéutico. Si recibe muy pocas pastillas en más de una ocasión, infórmelo como se indica aquí (a la derecha).

Informe: Si cree que alguien está abusando del sistema Medicaid, debe denunciarlo. Su informe puede ser anónimo si así lo desea. Llama a cualquiera de estos números:

- Línea directa de información sobre fraudes en la salud de Select (para denunciar fraude, despilfarro o abuso): **1-866-833-9718**.
- Línea directa de Cumplimiento de Salud de Select (segura y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana): 1-800-575-0417.
- Línea directa de fraude y abuso de la División de Integridad de Programas de Carolina del Sur: **1-888-364-3224**.

Envíe **email** a la División de Integridad de Programa de Carolina del Sur: **fraudres@scdhhs.gov**. O **envíe una carta por correo** a:

- Special Investigations Unit 200
  Stevens Drive, Mail Stop 13A
  Philadelphia, PA 19113
- SC Fraud Hotline Division of Program Integrity
  P.O. Box 100210
  Columbia, SC 29202-3210

If your primary language is not English, language services are available to you, free of charge. Call **1-888-276-2020** (**TTY 1-888-765-9586**).

Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-888-276-2020** (**TTY 1-888-765-9586**).

Select Health of South Carolina
P.O. Box 40849
Charleston, SC 29423-0849

PRSRT STD
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT NO. 372
LONG PRAIRIE, MN

¡First Choice está para brindarle ayuda! Este boletín informativo y otros materiales están traducidos al español y se pueden encontrar en nuestro sitio en línea en **www.selecthealthofsc.com**. Si necesita ayuda con traducciones de otros documentos, o en otros idiomas, llame a Servicios al Miembro al **1-888-276-2020**.

Disponibilidad de traducción

¡First Choice está aquí para usted! Este boletín informativo y otros materiales están traducidos al español, y se pueden encontrar en nuestro sitio de Internet en **www.selecthealthofsc.com**. Si necesita ayuda con traducciones de otros documentos, o en otros idiomas, llame a Servicios al Miembro al **1-888-276-2020**.

www.selecthealthofsc.com

© 2024. Los artículos de este boletín informativo son escritos por periodistas profesionales o médicos que trabajan para presentar información de salud confiable y actualizada. Sin embargo, ninguna publicación puede reemplazar el consejo de profesionales médicos y se alienta a los lectores a que busquen esa ayuda. Los modelos usados solo tienen fines ilustrativos. Desarrollado por Krames, una solución de WebMD Ignite. 5526MS

Cóctel sin alcohol: Fizz de jengibre y cítricos

Ingredientes

Jugo de 2 naranjas (aproximadamente 1 taza)
Jugo de 1 limón (aproximadamente ¼ de taza)
Trozo de jengibre fresco de 2 pulgadas, pelado y finamente rallado
1 – 2 cucharadas de miel (al gusto)
Cubos de hielo
Agua con gas
Hojas de menta fresca (opcional)
Rodajas de naranja y limón para decorar (opcional)

Instrucciones

En una jarra, combine los jugos de naranja y limón y el jengibre recién rallado. Agregue la miel y revuelva hasta que se disuelva por completo.

Llene 2 vasos hasta la mitad con cubitos de hielo y luego vierta la mezcla de jugo. Complete los vasos con agua con gas. Revuelva ligeramente para combinar.

Opcional: enrolle ligeramente algunas hojas de menta fresca entre las palmas. Agréguelas a cada vaso. Adorne con rodajas de naranja y limón (ver foto).

Información nutricional

Porciones 2. Cada porción es de aproximadamente 8 onzas y proporciona: 113 calorías, 0 g de grasa total (0 g de grasa saturada, 0 g de grasas trans), 0 mg de colesterol, 21 mg de sodio, 29 g de carbohidratos totales, 0 g de fibra dietética. 24 g de azúcares totales (13 g de azúcares añadidos) y 1 g de proteína.

First Choice Member Services
P.O. Box 40849
Charleston, SC 29423

Servicios al Miembro:
1-888-276-2020
TTY para personas con problemas de audición:
1-888-765-9586

@firstchoicebyselecthealth
@firstchoicebyselecthealth
First Choice by Select Health

Descargue la aplicación **FCSH Mobile** de Google Play™ o Apple App Store®.

FirstChoice℠ by Select Health of South Carolina
Your Hometown Health Plan

Healthy Connections

Si tiene sospechas de fraude o abuso, llame a la línea directa de fraudes del Departamento de Salud y Servicios Humanos de South Carolina (SCDHHS) al **1-888-364-3224** o envíe un correo electrónico a **fraudres@scdhhs.gov**.

FC-02132024-M-1S_WM_N