



Living Well

Otoño | 2023

Exclusivo para MVP Health Care®
Afiliados de DualAccess



Visitas de Salud en Hogar Sin Costo de Matrix

Un Equipo de Enfermeras Especializadas le ayuda a acceder a la atención.

¿Qué es Matrix?

Matrix Medical Network es un socio de confianza de MVP que ofrece visitas de salud y bienestar físico en el hogar con enfermeras especializadas (Nurse Practitioners, NP). Una enfermera especializada es una enfermera que recibió capacitación para brindar más atención al paciente, como exámenes médicos y de bienestar. Durante la visita, una enfermera especializada de Matrix puede realizar un examen de bienestar anual, hablar sobre exámenes médicos, y revisar los medicamentos con usted. Las visitas se pueden hacer en persona desde la comodidad de su hogar o se pueden programar para hacerse mediante videollamada. Las visitas de Matrix son opcionales y están disponibles dentro de su plan sin ningún costo.

¿De qué manera me ayudan los servicios de Matrix?

Matrix puede ayudarle a hacerse exámenes y pruebas de salud importantes cuando no puede visitar al médico. Matrix también trabaja con el Equipo de Atención de MVP para ayudarle a gestionar la atención que recibe.

¿Qué sucede durante una visita de salud en el hogar de Matrix?

Durante la cita, la Enfermera Especializada puede hacer:

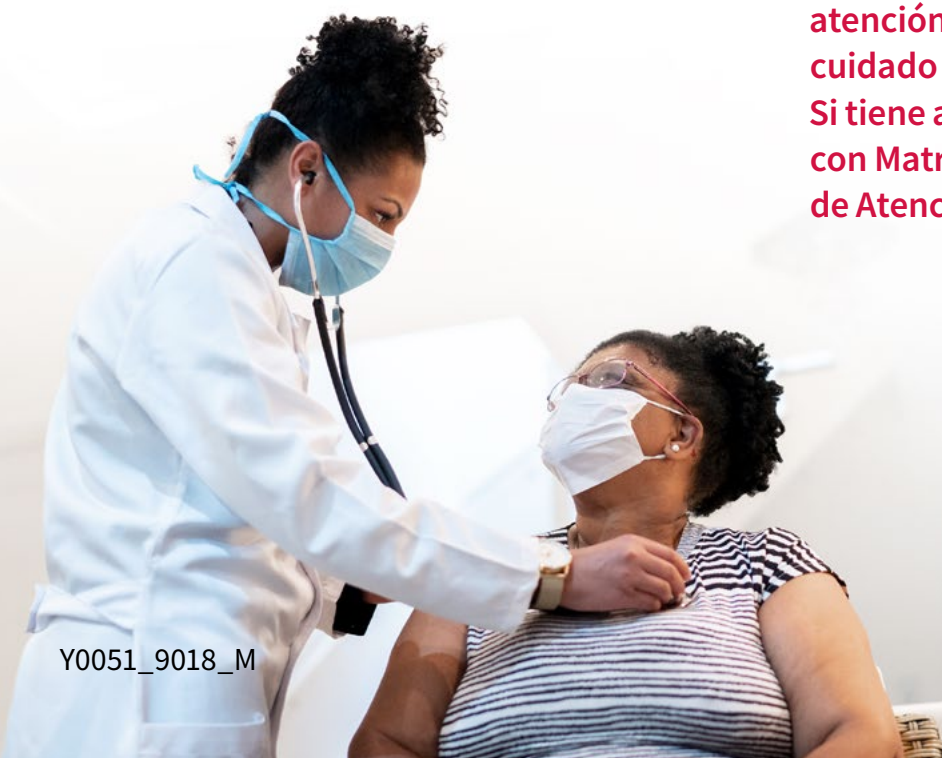
- Examinarle los ojos con una cámara especial
- Tomar muestras de sangre u orina para analizar los niveles de azúcar en la sangre y el funcionamiento de los riñones
- Explicarle acerca de otros exámenes que necesita hacerse
- Responder las preguntas que tenga

La Enfermera Especializada puede usar mascarillas, guantes, desinfectantes para manos, y aerosoles desinfectantes, y puede proporcionarle una mascarilla si usted desea usar una durante la visita.

Programa una visita es fácil.

Cuando deba someterse a pruebas o exámenes médicos, es posible que reciba una carta o una llamada telefónica de Matrix. ¡Elija un horario que le resulte conveniente!

Las visitas de Matrix no sustituyen la atención que recibe de su proveedor de cuidado primario o de otros médicos. Si tiene alguna pregunta relacionada con Matrix, comuníquese con el Equipo de Atención de MVP.



Contacto MVP

Centro de Servicios a los Afiliados de MVP

1-866-954-1872

TTY 711

Lunes–viernes, 8 am–8 pm Hora del Este. 1 de octubre–31 de marzo, llame los siete días de la semana, 8 am–8 pm.

**careteam@
mvphealthcare.com**

Agradecemos Sus Comentarios

Attn: Marketing & Communications
MVP Health Care
625 State St
Schenectady NY 12305-2111

**memberservices@
mvphealthcare.com**

El material presentado en este boletín informativo no pretende reemplazar el asesoramiento médico, que debe obtenerse de un médico calificado.

To read this newsletter in English, visit **mvphealthcare.com/newsletters**. You will see the newsletters in English.

MVP Health Plan, Inc. es una organización HMO-POS/PPO/HMO D-SNP con un contrato con Medicare y con el programa Medicaid del estado de Nueva York. La inscripción en MVP Health Plan depende de la renovación del contrato.

MVP Health Care cumple con las leyes federales sobre derechos civiles vigentes y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo (incluida la orientación sexual y la identidad de género).

ATTENTION: If you speak English, free language assistance services are available to you. Call **1-844-946-8010** (TTY 711).

注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-844-946-8010** (TTY 711)。

Si alguna información de este boletín de Living Well entra en conflicto con las disposiciones de su Constancia de Cobertura (su Contrato), las disposiciones de su Contrato prevalecerán sobre los artículos y la información de Living Well.



Siga a MVP Health Care para estar actualizado sobre nuestros programas de salud y bienestar, eventos comunitarios y noticias sobre cómo MVP trabaja para crear comunidades más saludables.

Actualizaciones de Beneficios del Plan MVP DualAccess 2024

Para el período de cobertura de 2024, habrá varios cambios interesantes en su plan MVP DualAccess.

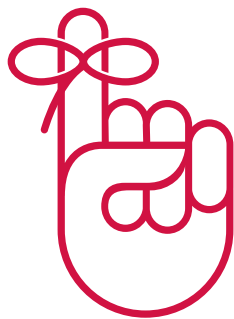
A partir del 1 de enero, los planes incluirán:

- **Un aumento de \$2,000 por año** en la cobertura de servicios dentales preventivos e integrales
- **Una asignación mensual de \$75** para el beneficio de alimentos, que ahora puede usarse en Walmart*
- **La oportunidad de recibir una tarjeta de regalo por \$100 del Programa de Recompensas Be Well de MVP Medicare** por hacer una visita anual de bienestar con su médico
- **Hasta \$100 cada tres meses** para gastar en medicamentos de venta libre y artículos relacionados con la salud (según su plan específico).

*La asignación se recibe mensualmente y se debe usar para la compra de alimentos saludables en tiendas seleccionadas o mediante pedido por correo. El monto de la asignación no se acumula de un mes a otro.

La Renovación de la Cobertura Está de Vuelta

Este año, es posible que deba renovar su cobertura de Medicaid.



MVP le enviará recordatorios cuando sea el momento de renovar su cobertura. Asegúrese de que la información de su cuenta, como su dirección postal, número de teléfono y correo electrónico, esté actualizada para que podamos comunicarnos con usted.

Si tiene preguntas sobre la renovación de su cobertura de Medicaid, llame al Equipo de Atención de MVP.

Clases Gratuitas de Salud y Bienestar

MVP ofrece una variedad de clases, programas de descuento y vales en toda su área de servicio. Para obtener más información, encontrar clases cercanas o inscribirse en cualquiera de nuestros programas de salud y bienestar físico, visite **mvphealthcare.com/calendar**.

¿Necesita más asistencia? Recurra al Administrador de Atención de Enfermería.

Como parte de su plan de salud MVP, tiene acceso a un Administrador de Atención de Enfermería.

El Administrador de MVP está a su disposición para darle asistencia cuando la necesite. Puede ayudarle a conocer las afecciones que tiene y cómo controlarlas. También puede ayudarle a encontrar recursos en su área para ayudarle a vivir bien.

Los Administradores de Atención de Enfermería trabajarán con usted y otros miembros de su Equipo de Atención para asegurarse de que reciba el nivel adecuado de apoyo para alcanzar sus objetivos de salud.

Llame al Administrador de Atención de Enfermería para obtener ayuda con :

- Programar visitas con su proveedor de cuidado primario o con especialistas
- Conocer y administrar sus medicamentos
- Conocer acerca de las afecciones que tiene y los beneficios del plan
- Acceder a servicios sociales necesarios, como distribuidores de alimentos o apoyo para la vivienda
- Encontrar recursos de salud mental

Llame al Equipo de Atención de MVP al **1-866-954-1872** (TTY 711).



Es importante tomar los **medicamentos con receta según las indicaciones del médico.**

Siga estos consejos útiles para que sean parte de su rutina diaria:

- Tenga un horario escrito para cada día
- Use un pastillero
- Coloque notas a modo de recordatorio
- Configure recordatorios en su teléfono u otros dispositivos

Hable con su médico o con el farmacéutico del Equipo de Atención si tiene problemas para tomar los medicamentos según las indicaciones o si tiene efectos secundarios por la medicación.

La visita anual de bienestar es un buen momento para revisar los medicamentos con su médico.

Lleve una lista de los medicamentos con receta y de venta libre que toma, y hable con su médico sobre:

- Cuándo tomar los medicamentos
- Qué cantidad tomar
- Cómo tomarlos (es decir, con o sin agua o alimentos)
- Cuánto tiempo tomarlos

Mensaje del Presidente y Director Ejecutivo de MVP

Mientras iniciamos con entusiasmo la temporada de otoño, el Equipo de Atención de MVP está a su disposición para ayudarle a cuidar su salud personal. Su Equipo de Atención puede ayudarle a programar controles de rutina, exámenes y vacunas importantes que pueden marcar una gran diferencia en su bienestar general.

Recuerde que el Equipo de Atención de MVP está para guiarle en cada paso del camino. Su tarea es brindarle el apoyo y la orientación que necesita para tomar decisiones informadas y alcanzar sus objetivos de salud.

Como siempre, gracias por elegir MVP Health Care.

Manténgase a salvo y cuídese,



Christopher Del Vecchio
Presidente y Director Ejecutivo, MVP Health Care



Recursos para Comunidades Afectadas por Desastres Naturales

**Nuestros afiliados y sus comunidades son—
y siempre han sido—nuestra principal prioridad.**

Estamos para ayudar a nuestras comunidades en los buenos y malos momentos. Si usted o alguien que conoce es afiliado de MVP y necesita ayuda con alimentos, transporte, medicamentos, u otras necesidades de atención médica urgente debido a los recientes incendios e inundaciones ocurridos en nuestra área de servicio, comuníquese con el Equipo de Atención de MVP para obtener ayuda.

Living Well

625 State Street
Schenectady, NY 12305-2111
mvphealthcare.com

PRSR STD
US Postage
PAID
MVP Health Care



Información Sobre Salud y Bienestar Físico o Prevención

Vacúnese contra la gripe, evite enfermarse!

Vacunarse anualmente contra la gripe puede ayudarle a protegerse de esta enfermedad y sus complicaciones.

Puede vacunarse contra la gripe en el consultorio del médico, en muchas farmacias o en las clínicas comunitarias donde apliquen vacunas contra la gripe. El Equipo de Atención de MVP puede ayudarle a programar una cita para recibir la vacuna contra la gripe o a encontrar un lugar donde se la apliquen. Para obtener más información, llame a su Equipo de Atención o visite mvphealthcare.com/flu.

