

## Muévase con Zumba en el CRC Blanca Alvarado de SCFHP

Hacer ejercicio puede ser todo un desafío, ¡pero no tiene que ser aburrido! Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) ofrece clases gratuitas de Zumba en el Centro de Recursos de la Comunidad (CRC) Blanca Alvarado de SCFHP. Las clases están abiertas para todos. ¡Haga ejercicio y luzca bien al hacerlo también!

Zumba es un programa de entrenamiento divertido y muy

energético que combina cardio con baile latino. Es perfecto para todos los niveles de estado físico. Las clases serán impartidas por un instructor certificado de Zumba.

Queme algunas calorías mientras aprende movimientos de baile. Visite nuestro calendario de eventos en [www.scfhp.com/calendar](http://www.scfhp.com/calendar) para obtener más información e inscribirse en una clase.



**ESTAMOS UBICADOS**  
en 408 N. Capitol Ave.,  
San José, CA 95133, en  
Capitol Square Mall en  
North Capitol Avenue y  
McKee Road.

Síganos en

 Instagram  
(@scfhp.crc) y

 Facebook  
([www.facebook.com/scfhp.crc](http://www.facebook.com/scfhp.crc))

para mantenerse enterado de los últimos programas, servicios y eventos.

### Llámenos

#### Servicio al Cliente

De 8:30 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes (excepto los días feriados)

1-800-260-2055

TTY: 711



S

Standard  
U.S. Postage  
PAID  
Walla Walla, WA  
Permit No. 44

# Recompensas de bienestar de SCFHP\*



Como miembro de Medi-Cal, Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) lo recompensará por tomar medidas para tener una vida más sana.

## ¿Cómo me recompensa SCFHP por cuidar mi salud?

Su salud es importante para nosotros. A continuación, encontrará una lista de recompensas que ofrecemos por hacerse exámenes de salud de rutina, pruebas de detección o asistir a un programa educativo.

SCFHP enviará información a los miembros que cumplen con los requisitos para recordarles que deben programar los exámenes de salud de rutina. Se dispone de transporte para las citas médicas. Revise la lista a continuación para saber si reúne los requisitos. SCFHP cubre los exámenes a continuación sin costo alguno.

EXAMEN/PRUEBA DE SALUD	CÓMO REUNIR LOS REQUISITOS	RECOMPENSA
Visitas de buena salud, de 0 a 15 meses de edad	Realice seis (6) visitas de buena salud con el médico de su hijo para los 15 meses de edad en 2022.	Tarjeta de regalo de \$30
Visitas de buena salud, de 16 a 30 meses de edad	Realice una prueba de detección de plomo en la sangre antes del segundo cumpleaños Y dos (2) o más visitas de buena salud con el médico de su hijo para los 30 meses de edad.	Tarjeta de regalo de \$30
Visitas de buena salud, de 9 a 13 años	Realice una (1) visita de buena salud con un médico en 2022.	Tarjeta de regalo de \$50
Vacuna anual contra la gripe, de 0 a 2 años	Aplique una vacuna anual contra la gripe antes del cumpleaños de su hijo en 2022.	Tarjeta de regalo de \$20
Visita prenatal (embarazadas y de 16 años o más)	Asista a un Baby Shower de SCFHP. ¡Regístrese en línea! <b>bit.ly/SCFHP-BabyShower</b>	Pañalera
Consulta posparto	Realice una (1) visita posparto entre 7 y 84 días después del parto en 2022.	Tarjeta de regalo de \$40
Control de la presión arterial alta, de 18 a 85 años	Los miembros hipertensos asistan a una clase de educación para la salud de Control de la Presión Arterial Alta de SCFHP de una hora de duración. ¡Regístrese en línea! <b>bit.ly/High-Blood-Pressure-Class</b>	Tarjeta de regalo de \$15

\*Los miembros de Kaiser (KP) no reúnen los requisitos. Si usted es miembro de KP, visite [www.kp.org](http://www.kp.org) para conocer las oportunidades de recompensas.

Pueden aplicarse términos y condiciones. Debe estar inscrito en el Plan Medi-Cal de SCFHP en el momento de la visita. Recompensas de bienestar es un programa sin papel. No es necesario que nos

llame para informarnos que se ha realizado la prueba de detección o análisis. Su médico debe codificar y presentar un reclamo electrónico a SCFHP para que usted sea elegible para la recompensa. Espere hasta 90 días desde la fecha de la visita completada para recibir su recompensa por correo. Las tarjetas de regalo no se pueden usar para comprar tabaco, alcohol ni armas de fuego.

# Vuelta a clases, vuelta al doctor

¿Programó para su hijo una consulta médica de vuelta a clases? Esta es un control del niño sano para ayudarle a mantener la salud de su hijo.

## Qué debe esperar

El médico le hará un examen físico a su niño y detectará posibles problemas de salud. Es una excelente oportunidad para hacer preguntas sobre cosas como:

- Alimentación saludable
  - Ejercicio
  - Hitos del desarrollo
  - Detección de envenenamiento por plomo
  - Problemas de sueño
  - Salud mental
  - Problemas de crianza
- Los médicos pueden ayudarlo a hablar con los niños mayores sobre temas delicados, como tabaco, alcohol, drogas y sexo.

## Vacunas para su hijo

El médico también se asegurará de que las vacunas de su hijo estén al día.

### Bebés y niños pequeños (desde el nacimiento hasta los 2 años)

- DTaP (difteria, tétanos y pertusis [o tos ferina])
- SPR (sarampión, paperas y rubéola)
- Varicela
- Neumonía
- Hepatitis A y B
- Polio

### Niños en edad preescolar y niños en edad escolar (de 3 a 10 años de edad)

- DTaP (difteria, tétanos y pertusis [o tos ferina])
- SPR (sarampión, paperas y rubéola)
- Varicela
- Polio

### Preadolescentes y adolescentes (de 11 a 18 años de edad)

- VPH
- Meningitis
- Tdap (tétanos, difteria, pertusis [o tos ferina])

## ¡No se olvide de las vacunas contra la gripe y el COVID-19!

- Vacuna contra la gripe (a partir de los 6 meses)
  - Vacuna contra el COVID-19 (a partir de los 6 meses)
  - ▶ Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades recomiendan Pfizer
  - ▶ Los refuerzos están disponibles para todos de 5 años en adelante
- Hable con su médico sobre la vacuna contra el COVID-19 u obtenga más información en [covid19.sccgov.org/covid-19-vaccine-information](https://covid19.sccgov.org/covid-19-vaccine-information).



## ¿Ha notado que se habla mucho de la salud mental de nuestros hijos y estudiantes durante la pandemia de COVID-19 en los dos últimos años?

Uno de cada cinco estudiantes de secundaria de California declara haber pensado en el suicidio en los últimos 12 meses. Y ha habido

un aumento del 24% en las visitas a la sala de emergencias por síntomas de salud mental en niños de 5 a 17 años. Si le preocupa la salud mental de su hijo, hable con su pediatra durante su control del niño sano.

Fuente: Libro blanco de enero 2022 de la Santa Clara Office of Education, "The Efficacy of Implementing a School-Based Approach to Student Wellness"

# Reciba recompensas para obtener más información sobre su plan y beneficios de Medi-Cal

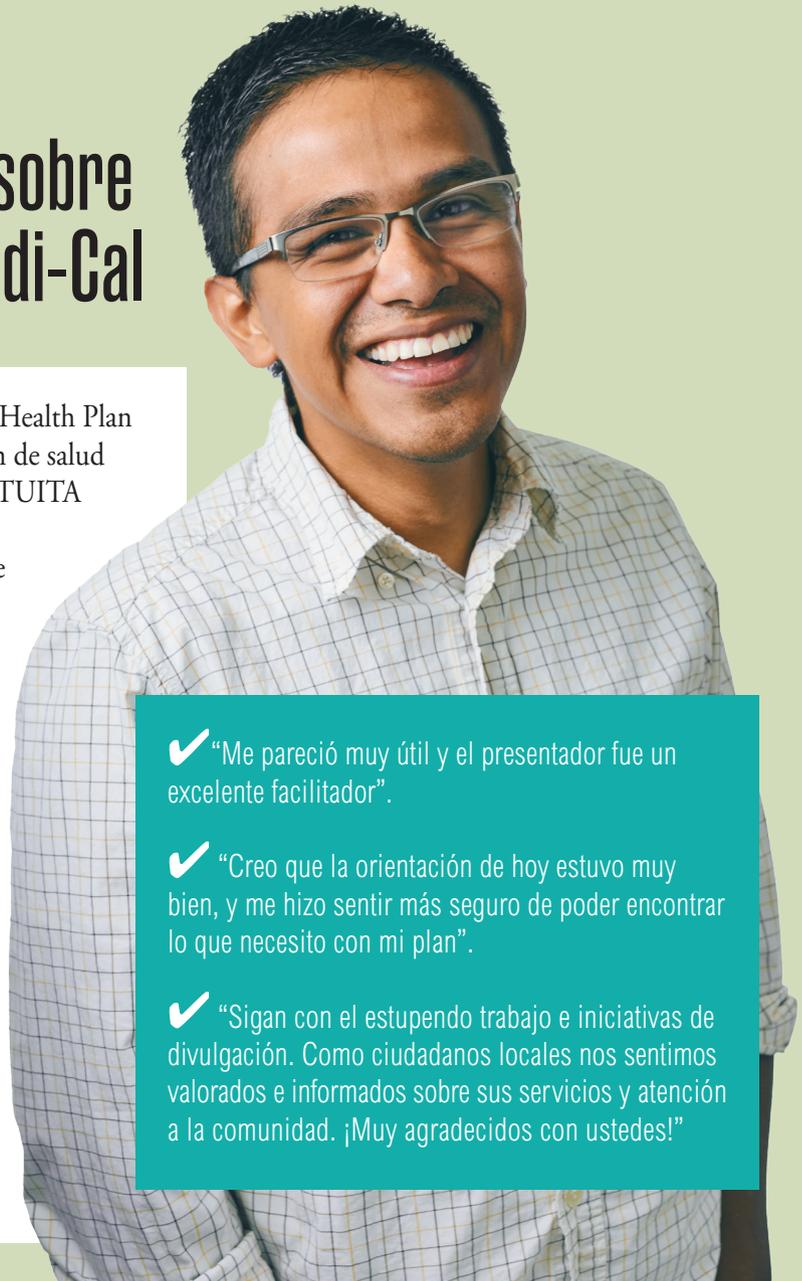
¿Es nuevo miembro de Medi-Cal de Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) o desea obtener más información sobre su plan de salud y sus beneficios? Acompáñenos en una orientación GRATUITA para miembros en línea o en el Centro de Recursos de la Comunidad Blanca Alvarado de SCFHP y es posible que reúna los requisitos para una tarjeta de regalo de \$25.\*

Durante la orientación para miembros, obtendrá información sobre lo siguiente:

- Beneficios y servicios de SCFHP y cómo usarlos
- Materiales para los miembros, como el Manual del Miembro y el Directorio de Proveedores, y dónde encontrar su Lista de Medicamentos Cubiertos de Medi-Cal Rx
- Dónde y cómo recibir atención
- Con quién debe comunicarse si tiene preguntas o si necesita ayuda
- ¡Y más!

Inscríbase hoy en [www.scfhp.com/welcome](http://www.scfhp.com/welcome) o llame a Servicio al Cliente al **1-800-260-2055** (TTY: 711) de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5 p.m. Las orientaciones se ofrecen en inglés, español y vietnamita.

\*Las tarjetas de regalo no se pueden usar para comprar tabaco, alcohol ni armas de fuego.



✓ “Me pareció muy útil y el presentador fue un excelente facilitador”.

✓ “Creo que la orientación de hoy estuvo muy bien, y me hizo sentir más seguro de poder encontrar lo que necesito con mi plan”.

✓ “Sigán con el estupendo trabajo e iniciativas de divulgación. Como ciudadanos locales nos sentimos valorados e informados sobre sus servicios y atención a la comunidad. ¡Muy agradecidos con ustedes!”

## ¿Su hijo corre riesgo de exposición al plomo?

¿Su casa está poniendo a su hijo en riesgo de intoxicación con plomo?

Los niños que viven en viviendas construidas antes de 1978 corren el mayor riesgo de exposición al plomo. Antes de 1978, el plomo en la pintura era muy común. Cuando las casas envejecen, la pintura puede debilitarse y descascararse. Los niños menores de 6 años que a menudo se llevan objetos a la boca pueden comer accidentalmente pintura descascarada de las paredes, lo que aumenta su riesgo de exposición al plomo. La intoxicación con plomo puede ser difícil de detectar; hasta

los niños que parecen sanos pueden tener niveles altos de plomo. Pregúntele a su médico sobre las pruebas de detección de plomo durante la próxima visita de buena salud. Durante la prueba, se extrae una pequeña cantidad de sangre del dedo o del brazo y se analiza la presencia de plomo. Los niños deben hacerse la prueba a los 1 y 2 años de edad y, si nunca se las han hecho, al menos una vez antes de los 6 años. Cuanto antes se les realice la prueba, más pronto podrá ayudar a que reciban tratamiento si han estado expuestos. Hable con su médico para programar la prueba de detección hoy mismo.

# ¿Ha cambiado su información de contacto en los últimos dos años? Esto es lo que tiene que hacer...

Durante la emergencia de salud pública (PHE, por sus siglas en inglés) por COVID-19, usted ha podido mantener su cobertura independientemente de cualquier cambio en sus circunstancias. Sin embargo, una vez que la PHE por COVID-19 finalice, su condado verificará si aún reúne los requisitos para Medi-Cal gratuito o de bajo costo. Si usted o alguien de su hogar recibe una carta del condado en la que le piden información sobre su cobertura de Medi-Cal, proporcione la información solicitada. Esto ayudará al condado a garantizar que su cobertura de Medi-Cal permanezca activa.

Es importante que continúe informando todos los cambios en su hogar a la oficina local de su condado. Esto incluye cambios en sus ingresos, estado de discapacidad e información de contacto

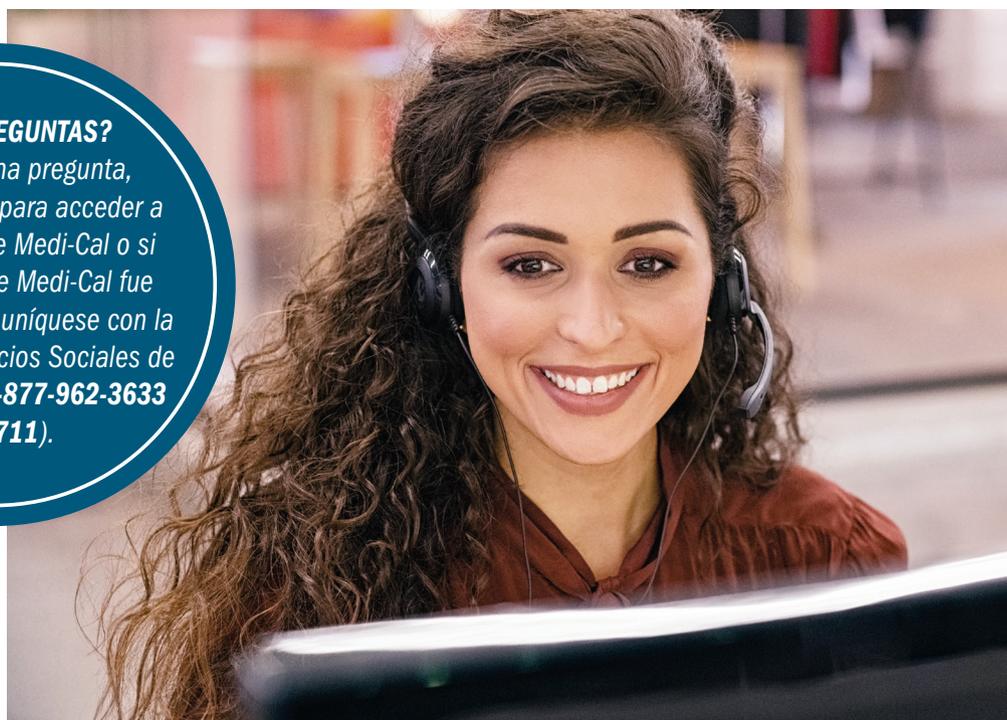
(número de teléfono y dirección postal). También debe informar si una mujer de su hogar queda embarazada, si alguien se muda a su hogar y todo lo demás que pueda afectar su elegibilidad para Medi-Cal. Informar estos cambios puede ayudarle a seguir recibiendo cobertura de

Medi-Cal después del final de la PHE por COVID-19 y garantizar que no se pierda información importante sobre su cobertura de Medi-Cal.

Puede actualizar su información de contacto en línea en **CoveredCA.com** o **BenefitsCal.org**.

## ¿TIENE PREGUNTAS?

*Si tiene alguna pregunta, necesita ayuda para acceder a su cobertura de Medi-Cal o si su cobertura de Medi-Cal fue suspendida, comuníquese con la Agencia de Servicios Sociales de Santa Clara al **1-877-962-3633** (TTY: **711**).*



## Nueva protección de la privacidad para los miembros que reciben servicios de atención confidencial

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) está tomando nuevas medidas para proteger la privacidad de nuestros miembros que

reciben servicios de atención confidencial. SCFHP solo le enviará a usted su información relacionada con servicios confidenciales. Para obtener una lista de servicios de atención confidencial, consulte el Capítulo 3 de su Manual del Miembro de Medi-Cal.

También puede pedirnos que:

- ▶ Enviemos la información del servicio confidencial a otra dirección
- ▶ Compartimos la información del servicio

confidencial en otro formato, como correo electrónico o teléfono

Si desea hacer una solicitud confidencial sobre sus servicios de atención confidencial, llame a Servicio al Cliente de SCFHP al **1-800-260-2055** (TTY: **711**). También puede enviar la solicitud por correo a PO Box 18880, San Jose, CA 95158.

Recuerde hablar también con su proveedor sobre su preferencia de comunicación por servicios de atención confidencial.

# No posponga la prueba de Papanicolaou



Señoras, ¿están al día con su prueba de Papanicolaou para detectar cáncer de cuello del útero? Cuando el cáncer de cuello del útero se detecta temprano, es altamente curable. Por eso debe seguir estas importantes pautas de detección:

Edad	Pautas de detección
21	Primera prueba de Papanicolaou
21–29	Prueba de Papanicolaou cada tres años, siempre y cuando los resultados de la prueba sean normales. Prueba de Papanicolaou combinada con una prueba para detectar el virus del papiloma humano (VPH) cada cinco años.
30–65	Este es el enfoque preferido, pero está bien hacerse solo una prueba de Papanicolaou cada tres años. El VPH puede causar cambios precancerosos en el cuello del útero y es una de las principales causas de cáncer de cuello del útero.
Mayores de 65 años	Las mujeres que hayan tenido un cambio precanceroso grave en el cuello del útero en algún momento de su vida deben continuar con las pruebas durante al menos 20 años después del diagnóstico, aunque las pruebas continúen hasta después de los 65 años.
Todas las edades	No se necesitan pruebas de Papanicolaou después de una histerectomía total, que incluye la extracción del cuello del útero, y para mujeres que no tienen antecedentes de cambios precancerosos graves.

**DETECCIÓN DE CLAMIDIA.** La clamidia es una enfermedad de transmisión sexual común que puede causar daños permanentes en el sistema reproductor de la mujer. Si tiene menos de 25 años y es sexualmente activa, pregúntele a su médico si debe hacerse la prueba de clamidia.

## SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN PRIMARIA

# Cuida de toda su persona

La mayoría de nosotros sabemos que los proveedores de atención primaria (PCP [por sus siglas en inglés], o médicos) tratan enfermedades y afecciones crónicas, desde la gripe y el dolor de garganta hasta la diabetes y la hipertensión. Sin embargo, esto puede sorprenderle: su objetivo es tratarle como persona en su totalidad, no solo su enfermedad.

Esto significa que su médico también está capacitado para ayudarle a tratar problemas de salud conductual. Por ejemplo, si fuma y tiene una enfermedad pulmonar, como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), su médico puede ayudarle a superar los desafíos emocionales y físicos de dejar de fumar.

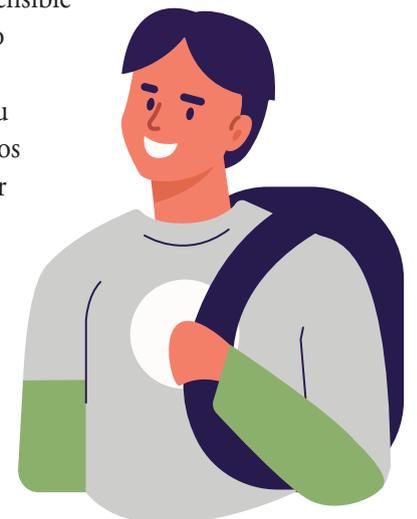
De igual manera, si tiene problemas con el consumo de alcohol y drogas, su médico puede ayudarle a superar los desafíos emocionales y físicos de dejarlos. Estos son solamente dos ejemplos de cómo los médicos pueden cuidar de toda su persona. Independientemente de los problemas de salud conductual que tenga, su médico puede ayudarle directamente o recomendarle un profesional o programa adecuado.

### Pida ayuda a los demás

Debido a que sus emociones pueden afectar a su salud (y la manera en que se cuida), su médico es una importante fuente de apoyo si tiene dificultades relacionadas con:

- La pérdida de un ser querido
- Cambios en su salud o la salud de un ser querido, en su seguridad financiera o en una relación
- Un problema personal sensible

Recuerde que su médico no puede ayudarle si no sabe qué está pasando en su vida. Y, aunque hablar de los sentimientos puede resultar difícil, especialmente de algo delicado, su médico tiene una sola preocupación: brindar apoyo para usted y su salud.



Fuentes: American Academy of Family Physicians; National Institutes of Health



## AlertSCC: SU LÍNEA VITAL DE INFORMACIÓN EN UNA EMERGENCIA

AlertSCC es el sistema oficial de alerta y advertencia de emergencias del condado de Santa Clara. AlertSCC es una manera gratuita y sencilla de recibir alertas de emergencia enviadas directamente a su teléfono móvil, línea fija o correo electrónico.

Las alertas pueden incluir:

- ▶ Información e instrucciones durante situaciones de emergencia, como incendios, terremotos y condiciones climáticas adversas
- ▶ Incidentes de delitos que afectan a su vecindario
- ▶ Información posterior a un desastre sobre refugios, transporte o suministros

Inscríbase para AlertSCC en

[www.alertscc.com](http://www.alertscc.com).

# Esté preparado para un corte de energía

Durante los veranos calurosos y secos, es posible que su compañía de energía deba cortar la electricidad para ayudar a prevenir incendios forestales. Estos cortes de seguridad pueden durar días. Por eso es importante que todas las familias estén preparadas. Estos son ocho pasos para prepararse para un corte de energía:

- 1 Inscríbase para recibir alertas.** Asegúrese de que su compañía de energía tenga su información de contacto actualizada. De esa manera, pueden advertirle sobre los cortes de energía planificados.
- 2 Arme un kit de suministros.** Súrtalo con suficiente agua y alimentos no

percederos para una semana. Calcule 1 galón de agua por persona por día. Asegúrese de renovar el kit al menos una vez al año.

- 3 Tenga dinero en efectivo en su casa o con usted.** Es posible que los cajeros automáticos (ATM) no funcionen durante un corte.
- 4 Llene el tanque con gasolina.** Si tiene un automóvil, asegúrese de que el tanque esté lleno antes del corte de energía.
- 5 Aprovisiónese de baterías.** Las necesitará para cosas como linternas y

radios. Tenga siempre dos juegos extra en varios tamaños.

- 6 Tenga linternas a mano.** Evite las velas. Pueden ser un peligro de incendio.
- 7 Prepare los teléfonos.** Averigüe si su línea fija funcionará sin energía. Si tiene un teléfono celular, manténgalo cargado.
- 8 Hable con su médico, si es necesario.** ¿Depende de un dispositivo médico que funciona con electricidad? ¿O toma un medicamento que necesita mantenerse frío? Su médico puede ayudarle a prepararse para situaciones especiales como estas.

# ¿Urgencia o emergencia?



¿Adónde debe ir cuando necesita atención médica rápidamente? Los centros de atención médica inmediata pueden tratar muchas enfermedades y lesiones menores. Pero algunos síntomas requieren atención médica de emergencia.

## Vaya a un centro de atención de urgencia por problemas leves o menores:

- Reacciones alérgicas o erupciones
- Cortes, quemaduras o heridas
- Dolores de cabeza
- Enfermedades como resfriados, dolor de garganta, dolor de oídos y fiebre baja
- Lesiones como dolor de espalda, esguinces y torceduras
- Náuseas o vómitos

## Llame al 911 o acuda a la sala de emergencias en los siguientes casos:

- Reacciones alérgicas con dificultad para respirar, urticaria o hinchazón
- Dolor en el pecho que dure más de unos minutos
- Dificultad para respirar
- Hemorragia intensa, quemaduras graves o heridas profundas
- Lesión en el cuello, la columna vertebral o la cabeza, especialmente con otros síntomas
- Desmayo, desvanecimiento o convulsiones
- Intoxicación o sobredosis
- Lesiones graves, como fracturas de huesos
- Dolor de cabeza o dolor intenso repentino, como en la mandíbula o el brazo
- Confusión repentina, debilidad, pérdida del equilibrio, caída de la cara, visión borrosa o habla desarticulada
- Afecciones de emergencia psiquiátrica, como depresión grave o pensamientos suicidas

**NO CORRA RIESGOS.** Esta no es una lista completa ni es un consejo médico. Si cree que tiene una emergencia, busque atención de inmediato.

Fuentes: American College of Emergency Physicians; National Institutes of Health

**+** **CUANDO TENGA DUDAS**, llame a la Línea de consejería de enfermeras disponible las 24 horas, todos los días, al **1-877-509-0294 (TTY: 711)**. El enfermero consejero puede decirle si puede esperar para ver a su médico, dónde obtener atención de urgencia o conectarlo con un médico de Telehealth.

**SALUD PARA TRIUNFAR**  
Medi-Cal Plan

VERANO 2022

SALUD PARA TRIUNFAR se publica como un servicio comunitario para los amigos y clientes de Santa Clara Family Health Plan.

La información de SALUD PARA TRIUNFAR proviene de una gran variedad de expertos médicos. Si tiene alguna inquietud o pregunta sobre el contenido específico que pueda afectar su salud, comuníquese con su proveedor de atención médica.

Se pueden utilizar modelos en fotos e ilustraciones.

**Santa Clara Family Health Plan**  
PO Box 18880, San Jose, CA 95158  
**1-800-260-2055 • www.scfhp.com**  
TTY: 711

50512S

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

## Manual del miembro de Medi-Cal

### Errata de la Evidencia de cobertura combinada (EOC, por sus siglas en inglés) y el Formulario de divulgación para el año de beneficio 2022

Medi-Cal ha realizado cambios al programa que pueden afectarle. La sección a continuación se agregó a su Manual del Miembro de Medi-Cal 2022, también llamado Evidencia de cobertura combinada (EOC) y Formulario de divulgación. El Manual del Miembro de Medi-Cal está disponible en línea en [www.scfhp.com/medi-cal/forms-documents](http://www.scfhp.com/medi-cal/forms-documents). Puede llamar a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY: 711) y solicitar que se le envíe por correo una copia impresa.

**Vigente a partir del 1 de julio de 2022**

**Sección 3 | Cómo recibir atención**

---

## Atención confidencial

### Servicios para menores sin el consentimiento de los padres

Solo podrá recibir los siguientes servicios sin el permiso del padre/madre o tutor si es mayor de 12 años:

- Cuidado de la salud mental para pacientes ambulatorios (mayores de 12 años):
  - Agresión sexual (sin límite de edad)
  - Incesto
  - Agresión física
  - Abuso de menores
  - Pensamientos de lastimarse o lastimar a otras personas (mayores de 12 años)
- Prevención/pruebas/tratamiento del VIH/SIDA
- Prevención/pruebas/tratamiento de infecciones de transmisión sexual
- Servicios de tratamiento para trastornos por el uso de sustancias (mayores de 12 años). Para obtener más información, consulte “Servicios de tratamiento para trastornos por el uso de sustancias” en esta guía.

Si es menor de 18 años, puede ir a un médico sin el permiso de sus padres o de su tutor para recibir estos tipos de atención:



Llame a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY 711).

Santa Clara Family Health Plan atiende de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5:00 p.m.  
La llamada es gratuita.

También puede llamar a la Línea de retransmisión de California al 711.

Visite el sitio web en [www.scfhp.com](http://www.scfhp.com).

- Embarazo
- Planificación familiar/anticonceptivos
- Servicios de aborto

Para las pruebas de embarazo, los servicios de planificación familiar, los anticonceptivos y los servicios para infecciones de transmisión sexual, no es necesario que el médico o la clínica sea parte de una red de SCFHP. Puede elegir cualquier proveedor de Medi-Cal y acudir a él para recibir estos servicios sin una referencia o aprobación previa (autorización previa). Es posible que los servicios prestados por un proveedor fuera de la red que no estén relacionados con atención confidencial no estén cubiertos. Si necesita ayuda para encontrar un médico o una clínica que preste estos servicios o para acceder a estos servicios (incluyendo el transporte), puede llamar a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY: 711).

Los menores pueden hablar con un representante de manera privada sobre sus preocupaciones de salud llamando a la Línea de consejería de enfermeras de SCFHP que atiende 24/7 al 1-877-509-0294.

## Sección 4 | Beneficios y servicios

---

### Qué cubre su plan médico

En este capítulo, se explican los servicios cubiertos que usted tiene como miembro de SCFHP. Sus servicios cubiertos son gratuitos siempre que sean médicamente necesarios y los preste un proveedor dentro de la red. Debe pedirnos una preaprobación (autorización previa) si recibirá la atención fuera de la red, excepto para servicios confidenciales, emergencias y algunos servicios de cuidado de urgencia. Es posible que su plan médico cubra servicios médicamente necesarios de un proveedor fuera de la red. Sin embargo, debe pedir a SCFHP o a la red una preautorización (autorización previa) para esto. Los servicios médicamente necesarios son los servicios razonables y necesarios para proteger su vida, evitar que su enfermedad o discapacidad se agrave o aliviar el dolor intenso de una enfermedad que le hayan diagnosticado, una lesión o una herida. Para los miembros menores de 21 años, los servicios de Medi-Cal incluyen la atención médicamente necesaria para curar o ayudar a aliviar una enfermedad o estado médico físico o mental. Para obtener más información sobre los servicios cubiertos, llame a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY: 711).

Los miembros menores de 21 años reciben más beneficios y servicios. Lea el capítulo 5: “Mantenimiento del buen estado de salud de niños y jóvenes”, para obtener más información.

Algunos de los beneficios básicos para la salud de SCFHP se mencionan abajo. Los beneficios que tienen un asterisco (\*) pueden necesitar una aprobación previa.



Llame a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY 711).

Santa Clara Family Health Plan atiende de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5:00 p.m. La llamada es gratuita.

También puede llamar a la Línea de retransmisión de California al 711.

Visite el sitio web en [www.scfhp.com](http://www.scfhp.com).

- Acupuntura\*
- Terapias y servicios de salud en casa para casos agudos (tratamiento a corto plazo)\*
- Vacunas para adultos
- Inyecciones y pruebas de alergia
- Servicios de ambulancia para una emergencia
- Servicios de anestesista\*
- Prevención del asma
- Audiología\*
- Tratamientos de salud conductual\*
- Rehabilitación cardíaca
- Servicios quiroprácticos\*
- Quimioterapia y radioterapia
- Evaluación de salud cognitiva
- Servicios de trabajadores médicos de la comunidad
- Servicios de diálisis/hemodiálisis
- Equipo médico duradero (DME)\*
- Consultas en la sala de emergencias
- Nutrición enteral y parenteral\*
- Visitas en el consultorio y asesoramiento de planificación familiar (puede ir a un proveedor no participante)
- Servicios y dispositivos de habilitación\*
- Aparatos auditivos\*
- Atención médica domiciliaria\*
- Cuidados paliativos\*
- Atención médica y quirúrgica para pacientes hospitalizados\*
- Laboratorio y radiología\*
- Terapias y servicios de la salud a largo plazo a domicilio\*
- Maternidad y atención del niño recién nacido
- Trasplante de órganos principales\*
- Terapia ocupacional\*
- Ortótica/prótesis\*
- Suministros para ostomía y urología
- Servicios de hospital para pacientes ambulatorios
- Servicios de salud mental para pacientes ambulatorios
- Operaciones para pacientes ambulatorios\*
- Cuidados paliativos\*
- Consultas con el PCP
- Servicios pediátricos
- Fisioterapia\*
- Servicios de podología\*
- Rehabilitación pulmonar
- Secuenciación rápida del genoma completo
- Servicios y dispositivos de rehabilitación\*
- Servicios de enfermería especializada\*
- Consultas con especialistas
- Terapia del lenguaje\*
- Servicios quirúrgicos\*
- Telemedicina/Telehealth
- Servicios para personas transgénero\*
- Cuidado de urgencia
- Servicios para la vista\*
- Servicios médicos de la mujer



Llame a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY 711).  
 Santa Clara Family Health Plan atiende de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5:00 p.m.  
 La llamada es gratuita.  
 También puede llamar a la Línea de retransmisión de California al 711.  
 Visite el sitio web en [www.scfhp.com](http://www.scfhp.com).

## Beneficios de Medi-Cal cubiertos por SCFHP

### Servicios para pacientes ambulatorios

#### *Evaluaciones de salud cognitiva*

SCFHP cubre una breve evaluación anual de salud cognitiva para los miembros mayores de 65 años que no cumplen los requisitos para una evaluación similar como parte de una consulta anual de bienestar según el Programa de Medicare. Una evaluación de salud cognitiva busca señales de la enfermedad de Alzheimer o demencia.



Llame a Servicio al Cliente al 1-800-260-2055 (TTY 711).

Santa Clara Family Health Plan atiende de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5:00 p.m.  
La llamada es gratuita.

También puede llamar a la Línea de retransmisión de California al 711.

Visite el sitio web en [www.scfhp.com](http://www.scfhp.com).

**La discriminación es ilegal.** Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) cumple las leyes estatales y federales de derechos civiles. SCFHP no discrimina, no excluye ni trata a las personas ilegalmente de manera diferente debido a su sexo, raza, color, religión, ascendencia, país de origen, identificación de grupo étnico, edad, discapacidad mental o física, condición médica, información genética, estado civil, género, identidad de género u orientación sexual.

SCFHP da:

- Apoyo y servicios gratis a personas con discapacidades para ayudarlas a comunicarse mejor, como:
  - o intérpretes calificados de lenguaje de señas;
  - o información escrita en otros formatos (letra grande, audio y formatos electrónicos accesibles, entre otros).
- Servicios de idioma gratis a personas cuyo idioma principal no es el inglés, como:
  - o intérpretes calificados;
  - o información escrita en otros idiomas.

Si necesita estos servicios, comuníquese con SCFHP de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5:00 p.m., llamando al **1-800-260-2055**. Si tiene dificultades auditivas o del habla, llame al **711**. Si lo pide, este documento puede estar disponible en braille, letra grande, casete de audio o en formato electrónico. Para obtener una copia en uno de estos formatos alternativos, llame o escriba a:

**Santa Clara Family Health Plan  
PO Box 18880  
San Jose, CA 95158  
1-800-260-2055 (TTY: 711)**

---

### CÓMO PRESENTAR UNA QUEJA

Si cree que el Plan de Cal MediConnect de SCFHP no le ha prestado estos servicios o lo ha discriminado ilegalmente de otra manera por su sexo, raza, color, religión, ascendencia, país de origen, identificación de grupo étnico, edad, discapacidad física o mental, condición médica, información genética, estado civil, género, identidad de género u orientación sexual, puede presentar una queja ante el SCFHP. Puede hacerlo por teléfono, por escrito, en persona o de forma electrónica:

- Por teléfono: Comuníquese con SCFHP de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5 p.m., llamando al **1-800-260-2055**. Si tiene dificultades auditivas o del habla, llame al **711**.
- Por escrito: Rellene un formulario de queja o escriba una carta y envíela a:

**Attn: Grievance and Appeals Department  
Santa Clara Family Health Plan  
6201 San Ignacio Ave  
San Jose, CA 95119**

- En persona: Vaya al consultorio de su médico o a SCFHP y diga que quiere presentar una queja.
  - De forma electrónica: Visite el sitio web de SCFHP en [www.scfhp.com](http://www.scfhp.com).
- 

## **OFICINA DE DERECHOS CIVILES: DEPARTAMENTO DE SERVICIOS DE ATENCIÓN MÉDICA (DHCS) DE CALIFORNIA**

También puede presentar una queja de derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Servicios de Atención Médica (DHCS) de California por teléfono, por escrito o de manera electrónica:

- Por teléfono: Llame al **916-440-7370**. Si tiene dificultades auditivas o del habla, llame al **711 (Servicio de Retransmisión de Telecomunicaciones)**.
- Por escrito: Complete un formulario de queja o envíe una carta a:

**Deputy Director, Office of Civil Rights  
Department of Health Care Services  
Office of Civil Rights  
P.O. Box 997413, MS 0009  
Sacramento, CA 95899-7413**

Los formularios de quejas están disponibles en  
[http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx).

- De forma electrónica: Envíe un correo electrónico a [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov).
- 

## **OFICINA DE DERECHOS CIVILES: DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS (DHHS) DE LOS EE. UU.**

Si cree que lo han discriminado por su raza, color, país de origen, edad, discapacidad o sexo, también puede presentar una queja de derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. por teléfono, por escrito o de manera electrónica:

- Por teléfono: Llame al **1-800-368-1019**. Si tiene dificultades para oír o hablar, llame al TTY/TDD **1-800-537-7697**.
- Por escrito: Complete un formulario de queja o envíe una carta a:

**U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue, SW  
Room 509F, HHH Building  
Washington, D.C. 20201**

Los formularios de queja están en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- De forma electrónica: Visite el Portal de quejas de la Oficina de Derechos Civiles en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

**English Tagline – ATTENTION:** If you need help in your language call 1-800-260-2055 (TTY: 711). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call 1-800-260-2055 (TTY: 711). These services are free of charge.

**Mensaje en español (Spanish) – ATENCIÓN:** si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-800-260-2055 (TTY: 711). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al 1-800-260-2055 (TTY: 711). Estos servicios son gratuitos.

**Khẩu hiệu tiếng Việt (Vietnamese) – CHÚ Ý:** Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số 1-800-260-2055 (TTY: 711). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số 1-800-260-2055 (TTY: 711) . Các dịch vụ này đều miễn phí.

**简体中文标语 (Chinese) – 请注意：**如果您需要以您的母语提供帮助，请致电1-800-260-2055 (TTY: 711)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电1-800-260-2055 (TTY: 711)。这些服务都是免费的。

**Tagalog Tagline (Tagalog) – ATENSIYON:** Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa 1-800-260-2055 (TTY: 711). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa 1-800-260-2055 (TTY: 711) . Libre ang mga serbisyong ito.

**(Arabic) الشعار بالعربية**

يرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ 1-800-260-2055 (TTY: 711). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريل والخط الكبير. اتصل بـ 1-800-260-2055 (TTY: 711). هذه الخدمات مجانية.

**Հայերեն պիտակ (Armenian) – ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ:** Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք 1-800-260-2055 (TTY: 711) : Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշվանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Չանզահարեք 1-800-260-2055 (TTY: 711) : Այդ ծառայություններն անվճար են:

**ឃ្លាសម្គាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian) – ចំណាំ:** បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-260-2055 (TTY: 711)។ ជំនួយ នឹង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធំ សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរព្រមព្រីន ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ 1-800-260-2055 (TTY: 711)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

**(Farsi) فارسی زبان به مطلب**

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با 1-800-260-2055 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با 1-800-260-2055 (TTY: 711) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

**हिंदी टैगलाइन (Hindi) – ध्यान दें:** अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो 1-800-260-2055 (TTY: 711) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। 1-800-260-2055 (TTY: 711) पर कॉल करें। ये सेवाएं नि: शुल्क हैं।

**Nqe Lus Hmoob Cob (Hmong)** – CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau 1-800-260-2055 (TTY: 711). Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntwav su thiab luam tawm ua tus ntwav loj. Hu rau 1-800-260-2055 (TTY: 711). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

**日本語表記 (Japanese)** – 注意日本語での対応が必要な場合は 1-800-260-2055 (TTY: 711) へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。1-800-260-2055 (TTY: 711) へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

**한국어 태그라인 (Korean)** – 유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 1-800-260-2055 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 접자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. 1-800-260-2055 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

**ແທກໂລພາສາລາວ (Laotian)** – ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-260-2055 (TTY: 711). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມິໂຕລິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-260-2055 (TTY: 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

**Mien Tagline (Mien)** – LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiex longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux 1-800-260-2055 (TTY: 711). Liouh lorx jauv-louc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hluc mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx 1-800-260-2055 (TTY: 711). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

**ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)** – ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-2602055 (TTY: 711). ਆਪਣੇ ਲੇਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-260-2055 (TTY: 711). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

**Русский слоган (Russian)** – ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру 1-800-260-2055 (линия TTY: 711). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру 1-800-260-2055 (линия TTY:711). Такие услуги предоставляются бесплатно.

**แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)** – โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-260-2055 (TTY: 711) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-260-2055 (TTY: 711) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

**Примітка українською (Ukrainian)** – УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер 1-800-260-2055 (TTY: 711). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер 1-800-260-2055 (TTY: 711). Ці послуги безкоштовні.