

STRONG **+** body
mind



BOLETÍN INFORMATIVO
PARA MIEMBROS
//VERANO 2018



DENVER HEALTH
MEDICAID CHOICE



DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.

CHP+

CONTROL DE LOS INTESTINOS: EL PODER DE LOS PROBIÓTICOS

Puede ser sorprendente escuchar que existen billones de bacterias, en casi mil especies diferentes, que viven naturalmente en los intestinos y son beneficiosas, ya que producen vitaminas y enzimas, eliminan toxinas y desplazan los alimentos a lo largo del tracto digestivo. Cuando este complejo ecosistema está desequilibrado, es posible que se sienta enfermo. Los síntomas incluyen diarrea, estreñimiento, gases, hinchazón, eczema, infecciones vaginales, alergias, rigidez articular y muchas otras enfermedades. Pero la buena noticia es que, en muchos casos, los probióticos han demostrado ser de ayuda.

¿QUÉ SON LOS PROBIÓTICOS?

Los probióticos son microorganismos vivos beneficiosos, principalmente bacterias, que usted puede comer como alimento o beber en forma de suplemento para mantener sus intestinos (y todo su cuerpo) saludable y equilibrado. La fuente más común de probióticos es el yogur, y es por eso que es tan bueno para usted.

FUENTES DE ALIMENTOS FRENTE A SUPLEMENTOS

Muchos alimentos deliciosos y comunes contienen probióticos porque se añaden cultivos activos vivos o se desarrollan a través del proceso de fermentación. Además del yogur, algunas de las fuentes de alimentos más comunes son el chucrut,

el kimchi, el miso, el tempeh, el kéfir, el pan agrio y el té de kombucha.

Solo el hecho de consumirlos de manera regular puede ayudar a mantener su sistema saludable y en equilibrio. De hecho, algunos expertos opinan que la variedad de bacterias presentes en estos alimentos los hace especialmente buenos para usted. Como alternativa, puede probar tomar suplementos probióticos.

¿CÓMO SE DESEQUILBRARON MIS INTESTINOS EN PRIMER LUGAR?

La forma más común se debe a la toma de antibióticos, que no solo matan las bacterias malas, sino que también matan las buenas. (Nota: "Pro" significa fomentar, mientras que "anti" significa en contra). Es cada vez más común que los médicos les digan a sus pacientes que tomen probióticos antes, durante y después de una ingesta de antibióticos para reponer las bacterias buenas mientras se lucha contra las malas. Otras causas de desequilibrio pueden incluir la edad, la genética, el medio ambiente y la dieta.

¿QUÉ SUPLEMENTOS TOMAR?

Si alguna vez ha leído la etiqueta de un suplemento probiótico, es, literalmente, como leer latín. Esto se debe a que cada especie probiótica tiene un nombre científico y desempeña una función específica. Así,

LETRAS GRANDES U OTROS IDIOMAS: si necesita este boletín en letras grandes, en otros formatos u idiomas, o que se lo lean en voz alta, o si necesita otra copia, llame al 303-602-2116 o al 1-800-700-8140. Los usuarios de TTY deben llamar al 711. Puede llamar de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. sin costo alguno para usted. If you speak another language, we have free assistance services available in your language. Call 1-800-700-8140 (State Relay 711).



acostúmbrese a palabras como *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus bulgaricus*, *Lactobacillus rhamnosus*, *Lactobacillus salivarius*, *Bifidobacterium bifidum*, *Bifidobacterium lactis*, *Bifidobacterium longum* y *Bifidobacterium breve*. Los nombres y las funciones de estas bacterias pueden ser confusos.

Con el fin de determinar qué suplemento tomar, investigue un poco por su cuenta en función de sus síntomas. Se ha comprobado que algunas cepas de probióticos reducen la diarrea provocada por la toma de antibióticos, mientras que algunas son más útiles para los problemas del sistema inmunitario, por ejemplo. ¡No se olvide de la diversidad! Estos microorganismos trabajan juntos, así que encontrar un probiótico con la variedad correcta de cepas es más eficaz.

CONSEJOS PRÁCTICOS

¿Con qué frecuencia y cuándo debe consumir probióticos? Si goza de buena salud, simplemente incorpórelos a su dieta de manera regular ingiriendo alimentos ricos en probióticos.

Si está tomando suplementos, el mito más grande es tomarlos en la mañana con el estómago vacío. El tracto digestivo es traicionero y está lleno de ácido, por lo que el recorrido a lo largo de este puede ser demasiado arduo como para que estos microorganismos puedan sobrevivir. Investigaciones recientes sugieren tomar un suplemento probiótico justo antes o después de comer, porque los alimentos amortiguan y nutren estos diminutos organismos a medida que llegan al intestino grueso, y les permiten multiplicarse.

Asegúrese de incorporar por lo menos mil millones, sí mil millones de unidades formadoras de colonias (UFC) por día si necesita reabastecer su sistema.

Afortunadamente, la mayoría de las marcas de suplementos contienen de 15 000 a 50 000 millones de UFC por cápsula en el momento de la fabricación, porque, como se trata de criaturas vivas, algunas pueden morir mientras el producto permanece guardado.

¿CON O SIN REFRIGERACIÓN?

Otro mito derrumbado: los probióticos refrigerados no son más eficaces que los no refrigerados. Es una cuestión de elección y conveniencia para su estilo de vida. Es más importante elegir suplementos basados en la mezcla de cepas de bacterias y la reputación de la marca.

¿LOS NECESITO?

¿Qué le dicen sus intestinos? Si ha estado teniendo problemas digestivos (o algunas enfermedades inexplicables), podría ser una señal de un desequilibrio entre las bacterias buenas y las malas. Pruebe los probióticos. ¡Estos organismos diminutos pueden tener el poder de ayudarlo a recuperar su salud!

Fuentes:

- <https://www.webmd.com/digestive-disorders/what-are-probiotics#1>
- <https://nccih.nih.gov/health/probiotics/introduction.htm>
- <http://www.health.com/health/gallery/0,,20918991,00.html#probiotic-foods—0>
- <https://www.medicinenet.com/probiotics/article.htm>
- <https://my.clevelandclinic.org/health/drugs/14598-probiotics>
- <https://www.aafp.org/afp/2017/0801/p170.html>
- <https://www.mayoclinic.org/prebiotics-probiotics-and-your-health/art-20390058>
- <https://www.theguardian.com/news/2018/mar/26/the-human-microbiome-why-our-microbes-could-be-key-to-our-health>
- <http://patients.gi.org/topics/probiotics-for-the-treatment-of-adult-gastrointestinal-disorders/>
- <https://www.eatright.org/food/vitamins-and-supplements/nutrient-rich-foods/prebiotics-and-probiotics-creating-a-healthier-you>
- <https://www.reviews.com/probiotic-supplement/>
- <https://cspinet.org/tip/should-you-take-probiotic-every-day>
- <https://health.usnews.com/wellness/articles/getting-your-probiotic-fix-when-taking-antibiotics>
- <https://probiotics101.probiotics.com/when-should-you-take-probiotics/>
- <https://www.nytimes.com/2017/11/06/well/live/unlocking-the-secrets-of-the-microbiome.html>

CONSEJO DE NURSELINE (LÍNEA DE ENFERMERÍA): VIRUS DEL NILO OCCIDENTAL

Escrito por: Alida Lynn Ashley, BSN, RN

Los divertidos picnics de verano, la natación al aire libre, las caminatas y la jardinería traen aparejados el zumbido irritante y las picaduras de los molestos mosquitos. Más allá de una simple molestia veraniega, los mosquitos han provocado sufrimiento generalizado, enfermedades e incluso la muerte en seres humanos. De hecho, más de un millón de personas mueren cada año en todo el mundo a causa de enfermedades transmitidas por mosquitos. En Colorado, el virus del Nilo Occidental (VNO) es la enfermedad transmitida por mosquitos más frecuente. El VNO se originó en Uganda a lo largo del río Nilo Occidental, que es cómo adquirió su nombre, y apareció por primera vez en Colorado en 2002. En 2017, hubo un total de 68 casos de personas portadoras de VNO, mientras que en 2016 se registraron 149 casos en seres humanos.

Transmisión. El virus del Nilo Occidental puede propagarse a través de las siguientes vías:

- » Picaduras de mosquitos.
- » Transfusiones de sangre o trasplantes de órganos.
- » Los bebés pueden infectarse de su madre durante el embarazo o a través de la lactancia.

Síntomas:

- » El 70-80% de las personas infectadas con el virus no presenta síntomas.
- » El 20% de las personas experimenta síntomas similares a los de la gripe (es decir, fiebre, fatiga, dolor de cabeza,

dolores musculares, sarpullido, etc.).

- » Menos del 1% de las personas infectadas manifiesta síntomas neurológicos agudos, como meningitis, encefalitis o parálisis flácida.

Tratamiento:

No existen tratamientos específicos para el VNO. Actualmente, el tratamiento tiene como objetivo aliviar los síntomas.

Prevención. Siga estos cinco consejos para protegerse de las picaduras de mosquitos:

- » Use repelentes de insectos mejorados con DEET o uno alternativo.
- » Use camisas de mangas largas y pantalones largos en áreas al aire libre donde los mosquitos están activos. Rocíe la ropa con repelente de insectos para obtener más protección.
- » Evite permanecer al aire libre desde el anochecer hasta el amanecer.
- » Elimine el agua estancada de su casa. Vacíe el agua contenida en neumáticos, latas, macetas, canaletas atascadas, barriles para recoger agua de lluvia, bebederos para pájaros, juguetes y charcos.

NurseLine (línea de enfermería) de Denver Health está disponible para responder preguntas o inquietudes sobre salud las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame al 303-739-1261.

Yogur de nectarina congelado

INGREDIENTES

- 5 nectarinas pequeñas, picadas
- 1 taza de agua
- 1/4 de taza de miel
- 1 cucharada de jugo de limón fresco
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/4 de taza de jugo de manzana sin azúcar
- 1 taza de yogur natural bajo en grasa

Las nectarinas contienen antioxidantes, como el beta-caroteno y la vitamina C. La vitamina C estimula el sistema inmunitario y ayuda a proteger las moléculas del cuerpo de los radicales libres. Las nectarinas también son una buena fuente de fibra.



INSTRUCCIONES

Mezcle las nectarinas, el agua y la miel en una cacerola. Cocine a fuego medio hasta que las nectarinas estén blandas. Haga un puré con la mezcla en una licuadora o procesadora de alimentos. Agregue el jugo de limón, el extracto de vainilla y el jugo de manzana. Deje reposar hasta que se enfríe. Bata el yogur en la mezcla de nectarina. Vierta toda la mezcla en una bandeja de 8 x 8 pulgadas y llévela al congelador durante aproximadamente 45 minutos, hasta que se formen cristales alrededor de los bordes. Revuelva y desplace los cristales hacia el medio de la bandeja, y vuelva a colocarla en el congelador. Cuando la mezcla esté ligeramente congelada, bata hasta que adquiera un color claro. Con una cuchara, ponga la mezcla en un recipiente de almacenamiento y congélela hasta que esté firme. Deje que se ablande a temperatura ambiente durante 10 minutos antes de servir.

OPCIONES DE ATENCIÓN



Cuando necesita atención hoy mismo y no puede acceder a consultar a su proveedor de atención primaria...



NURSELINE (LÍNEA DE ENFERMERÍA) ESTÁ AQUÍ PARA AYUDARLO.

Llame al **303-739-1261** y hable con el personal de enfermería de Denver Health acerca de las inquietudes sobre su salud sin costo alguno para usted. A veces, el personal puede llamar a la farmacia y solicitar un medicamento con receta por usted. El personal de enfermería de NurseLine (línea de enfermería) puede ayudarlo a decidir sobre el mejor plan para recibir la atención que necesita, que puede incluir cualquiera de las siguientes opciones.



VISITE UNA WALGREENS HEALTHCARE CLINIC (CLÍNICA HEALTHCARE DE WALGREENS).

Estas clínicas son una buena opción si tiene dolor de garganta, sinusitis o gripe.

¿QUÉ NOVEDADES HAY SOBRE SUS BENEFICIOS DE FARMACIA?

Sus beneficios de farmacia se actualizan muchas veces durante el año. Para ver qué hay de nuevo o qué ha cambiado en el formulario de medicamentos, visite www.DenverHealthMedicaid.org/pharmacy para Medicaid Choice o www.denverhealthmedicalplan.org/chp-pharmacy para Child Health Plan Plus (CHP+). El enlace de las actualizaciones del formulario de medicamentos lo mantendrá al día respecto de cualquier cambio en el formulario de medicamentos de su plan, el cual puede tener nuevos medicamentos, medicamentos genéricos y más.

Para obtener más información sobre sus beneficios de medicamentos con receta y una lista completa de los medicamentos cubiertos, haga clic en el enlace de la lista de medicamentos/el formulario de medicamentos.

En este enlace también se explicarán las restricciones, los límites o las cuotas del formulario de medicamentos, y el proceso de su plan para realizar sustituciones de genéricos, intercambios terapéuticos y terapias escalonadas. También puede informarse sobre cómo su proveedor puede pedir una autorización previa o una solicitud de excepción (las solicitudes que no son de urgencia pueden procesarse al siguiente día hábil). Si tiene preguntas acerca de sus beneficios de farmacia, llame a Servicios al Miembro al 303-602-2116 para Medicaid Choice, al 303-602-2100 para CHP+ o al número gratuito 1-800-700-8140. Los usuarios de TTY deben llamar al 711.



VISITE UN CENTRO DE ATENCIÓN DE URGENCIA.

Denver Health ofrece tres centros de atención de urgencia. El centro de atención pediátrica de urgencia (abierto las 24 horas, los 7 días de la semana) y el centro de atención de urgencia para adultos (abierto de lunes a viernes de 7 a.m. a 8 p.m., sábados y domingos de 8 a.m. a 7 p.m.) se encuentran en el campus principal en 777 Bannock Street; y Southwest Clinic (Clínica Southwest) para niños y adultos (abierto de lunes a viernes de 9 a.m. a 8 p.m., sábados y domingos de 9 a.m. a 4 p.m., cerrada en días festivos) se encuentra en 1339 Federal Blvd.

Nota: Usted puede visitar cualquier centro de atención de urgencia que sea conveniente para usted. Su plan DHMP lo cubre en cualquier centro de atención de urgencia, en cualquier lugar de EE. UU.



SALA DE EMERGENCIAS.

Puede acceder a la atención de emergencia para niños y adultos las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en el campus principal de Denver Health en 777 Bannock Street. El Departamento de Emergencia Pediátrica de Denver Health (Denver Health Pediatric Emergency Department) está diseñado especialmente para niños y es totalmente independiente del Departamento de Emergencia para Adultos (Adult Emergency Department).

Nota: Si necesita atención de emergencia, diríjase al hospital más cercano o llame al 9-1-1. Su plan DHMP lo cubre en cualquier sala de emergencias, en cualquier lugar de EE. UU.



**DENVER HEALTH
MEDICAID CHOICE**

LOS SIGUIENTES BENEFICIOS YA NO SE OFRECERÁN A TRAVÉS DE DHMC A PARTIR DEL 7/1/2018:

Programas Futuras Mamás/Primer Año del Bebé

- » Estos programas ofrecen a las mujeres durante el embarazo y después del parto pañales y otros suministros para su bebé hasta que cumpla un año. Seguiremos cumpliendo con las solicitudes de regalos de Mamas y Bebés/Primer Año del bebé para los miembros que se inscribieron antes del 1 de julio del 2018.

Transporte médico que no es de emergencia de Access2Care

- » Access2Care brinda servicios de transporte de ida y vuelta a las citas y los servicios médicos.

El transporte que no es de emergencia aún está disponible para usted y está cubierto para todos los miembros de Medicaid a través de Veyo, el agente de transporte médico que no es de emergencia contratado por el estado de Colorado.

Puede comunicarse con Veyo llamando al 1-855-264-6368 para programar traslados de ida y vuelta a sus citas médicas, o visitar www.colorado.gov/pacific/hcpf/non-emergent-medical-transportation para obtener información en línea.



DENVER HEALTH™

— fundado en 1860 —

FOR LIFE'S JOURNEY



777 Bannock St., Pavilion A | Denver, CO 80204
DenverHealth.org/PEDUC
303-602-3300

EXPERTOS LAS 24 HORAS DEL DÍA, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA PARA LAS LESIONES Y ENFERMEDADES DE SU HIJO

Su hijo será atendido por una enfermera pediátrica a su llegada, quien identificará el nivel de atención adecuado para su hijo (atención de emergencia o de urgencia), de modo que se le facturará el copago adecuado.

¿POR QUÉ ELEGIR DENVER HEALTH?

- Pediatras expertos a los que les apasiona trabajar con niños.
- Una ubicación conveniente para la atención de urgencia y de emergencia.
- Sala de espera separada solo para niños.
- Habitaciones privadas para el apoyo que su hijo necesita.
- Denver Health acepta a la mayoría de los contribuyentes comerciales, así como Medicaid.

SERVICIOS DE DETECCIÓN TEMPRANA Y PERIÓDICA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

El Servicio de Detección Temprana y Periódica, Diagnóstico y Tratamiento (Early and Periodic Screening, Diagnostic and Treatment, EPSDT) es un programa de Health First Colorado (programa de Medicaid de Colorado) que abarca servicios de prevención, diagnóstico y tratamiento para miembros de hasta 20 años de edad. Este programa tiene la finalidad de detectar problemas de salud de forma temprana. Su objetivo es que los niños reciban la atención física, mental, auditiva, dental y de la visión que necesitan para su salud.

SU HIJO PUEDE RECIBIR ESTOS SERVICIOS SIN COSTO ALGUNO PARA USTED:

- » **terapia del habla;**
- » **tratamiento de trastornos por abuso de sustancias;**
- » **controles del niño sano;**
- » **servicios de la visión y anteojos;**
- » **vacunas;**
- » **audición;**
- » **terapia ocupacional o física;**
- » **atención dental.**
- » **servicios médicos a domicilio;**

La mayoría de los servicios de EPSDT están disponibles con Denver Health. Su médico también puede remitirlo a los servicios de Denver Health de manera externa. Si tiene preguntas acerca de los servicios de EPSDT, usted o su médico pueden llamar a Servicios al Miembro de DHMC al 303-602-2116. También puede llamar a Healthy Communities. Healthy Communities es un recurso gratuito de la comunidad para ayudarlo a buscar los servicios de EPSDT fuera de Denver Health. Para obtener más información, visite www.colorado.gov/pacific/hcpf/healthy-communities o llame a su coordinador. Tres condados (Adams, Arapahoe y Douglas) 303-676-2701, condado de Denver 303-602-6768 o condado de Jefferson 303-239-7027.

MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD: PAUTAS DE PRÁCTICA CLÍNICA

Denver Health Medical Plan (DMHP) adopta y difunde pautas de práctica clínica para ayudar a proveedores y miembros en la toma de decisiones sobre la atención médica adecuada para afecciones clínicas específicas. Nuestras pautas de práctica clínica presentan recomendaciones de atención para promover la prestación de atención de alta calidad, basada en pruebas, con fundamento en pautas clínicas existentes y pruebas científicas reconocidas. Utilizamos y consultamos fuentes profesionales y clínicas expertas para asegurarnos de que nuestras pautas reflejen el nivel más alto de contenido basado en pruebas. Las pautas de práctica clínica también se utilizan para guiar las medidas para mejorar la calidad de la atención de nuestros miembros y facilitar la implementación práctica de las recomendaciones clínicas basadas en pruebas.

Para obtener una lista de las pautas clínicas, visite nuestro sitio web en www.denverhealthmedicalplan.org/quality-improvement-program o envíe un correo electrónico al Departamento de Mejoramiento de la Calidad de DHMP (DHMP Quality Improvement Department) a la siguiente dirección: DL_QualityImprovementDepartment@dhha.org

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL PLAN



**DENVER HEALTH
MEDICAID CHOICE**

OBTENER ATENCIÓN DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

(Para obtener los servicios de planificación familiar directamente de cualquier proveedor debidamente autorizado o certificado para prestar dichos servicios sin tener en cuenta la inscripción en la gestión de casos de atención primaria [Primary Care Case Management, PCCM], una organización de atención gestionada [Managed Care Organization, MCO] o un plan de salud para pacientes hospitalizados prepago [Prepaid Inpatient Health Plan, PIHP], sin aprobación). Usted necesita obtener una aprobación previa (consentimiento escrito) para la mayoría de las visitas a médicos que no pertenecen a la red de Denver Health, pero no necesita aprobación para los servicios de planificación familiar. Como parte de Denver Health Medicaid Choice (DHMC), usted tiene el derecho a recibir servicios de planificación familiar en cualquier momento. Puede obtener estos servicios de un médico de Denver Health o de cualquier médico que acepte Medicaid. Los servicios de planificación familiar son servicios durante el embarazo o atención de rutina para mujeres. El control de la natalidad y los exámenes anuales de salud para la mujer son parte de estos servicios. Si tiene preguntas sobre planificación familiar, hable con su proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP) (médico principal) al respecto. Puede llamar a Servicios al Miembro de DHMC al 303-602-2116.

COMITÉ ASESOR DEL CONSUMIDOR

El Comité Asesor del Consumidor de DHMC es un grupo formado por personal, miembros y otros trabajadores de la comunidad de la salud de DHMC que se reúnen regularmente para hablar sobre el Plan de DHMC. Cuando usted se une al Comité Asesor del Consumidor de DHMC, nos ayuda a mejorar nuestro plan. ¿Desea ayudar a mejorar su plan de salud? ¿Tiene algunas ideas respecto de los cambios que debería implementar DHMC? ¿O simplemente desea compartir sus experiencias con el personal de DHMC? ¡Queremos oír lo que tenga que decir! Llame a Servicios al Miembro al 303-602-2116 para formar parte del Comité Asesor del Consumidor de DHMC.



**DENVER HEALTH
MEDICAID CHOICE**



**DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.**

CHP+

LA DISCRIMINACIÓN NO ESTÁ PERMITIDA

(En cumplimiento con las leyes federales y estatales, como el título VI de los Derechos Civiles de 1964, la Ley de Discriminación por Edad [Age Discrimination Act] de 1975, la Ley de Rehabilitación [Rehabilitation Act] de 1973, y los títulos II y III de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades [Americans with Disabilities Act]). Es su derecho, como paciente, que lo traten de forma igualitaria y justa. Hay leyes que lo protegen como persona que vive en los Estados Unidos, que también lo protegen como miembro de Denver Health Medicaid Choice (DHMC) o Denver Health Medical Plan (DHMP). Estas son las leyes que



aseguran que siempre se lo trate de buena manera. Denver Health debe cumplir siempre estas leyes. Hay muchas leyes que protegen sus derechos básicos. Estas leyes deben cumplirse tanto en Denver Health como en cualquier otro lugar al que usted vaya. Hay leyes que impiden que se lo trate de forma diferente en función de su raza, color, lugar de origen, religión, sexo, elección sexual o edad. Denver Health no puede negarse a brindarle atención por ninguna de estas razones. Las leyes también protegen a las personas discapacitadas, para que no sean tratadas de manera diferente. Denver Health debe también asegurarse de que sus edificios y clínicas cuenten con fácil acceso para las personas discapacitadas. Un ejemplo de esto es una clínica que tiene una rampa para personas en sillas de ruedas.

QUEREMOS QUE SIEMPRE SE LO TRATE DE MANERA JUSTA

¡Porque es su derecho! Si tiene preguntas sobre esto o cualquier otro de sus derechos como miembro, llame a Servicios al Miembro al 303-602-2116 para DHMC o al 303-602-2100 para DHMP.

¿TIENE EL MANUAL PARA MIEMBROS?

Usted tiene el derecho de pedir información acerca de DHMC o DHMP en cualquier momento. DHMC o DHMP le darán esta información a través del envío de un *Manual para miembros* de DHMC o DHMP. Su *Manual para miembros* contiene información útil acerca de los siguientes temas:

- » servicios cubiertos;
- » número de teléfono de Denver Health;
- » sus derechos y responsabilidades como miembro;
- » y mucho más.

Usted puede solicitar que le envíen un nuevo *Manual para miembros* llamando a Servicios al Miembro al 303-602-2116 para DHMC o al 303-602-2100 para DHMP, o puede consultar su *Manual para miembro* en línea en nuestro sitio web en: denverhealthmedicalplan.org.



**DENVER HEALTH
MEDICAID CHOICE**



**DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.**

CHP+

938 Bannock Street
Denver, CO 80204



UN MENSAJE DE NUESTRO DIRECTOR GENERAL

Gracias por elegir Denver Health Medical Plan (DHMP) como su empresa de seguro de salud. Como puede ver, nuestro boletín trimestral tiene una nueva apariencia. Nuestro objetivo es proporcionar información útil en un formato fácil de leer para ayudarlo a tomar el control de su salud y bienestar. Su salud es nuestra principal prioridad, y estamos aquí para trabajar con usted para que logre sus objetivos.

Esperamos que disfrute de los días cálidos de verano en esta hermosa ciudad que todos llamamos hogar. ¡Que tenga un verano seguro y saludable!

GREG MCCARTHY

Director general y
director ejecutivo

