


## Atención de seguimiento después de una visita a la sala de emergencias

Nadie quiere tener que ir a la sala de emergencias (ER). Pero si va, es importante que haga un seguimiento con su médico después de que le den el alta para que puedan brindarle el mejor tratamiento y ayudar a prevenir futuras visitas.

**Independientemente de que su visita a la sala de emergencias ha sido por un motivo físico o de salud del comportamiento, debe hablar con su médico sobre lo siguiente:**

- **El motivo por el que fue a la sala de emergencias.**
- **Qué sucedió durante la visita.**
- **Los resultados de pruebas o análisis de sangre y qué significan esos resultados en su caso.**
- **Nuevos medicamentos o cambios en sus medicamentos actuales, y si los está tomando correctamente.**
- **Alguna otra inquietud, o haga preguntas, en especial si ha pasado tiempo desde su última visita.**



Si no puede visitar en persona a su médico, una visita de telemedicina puede ser una opción. Una visita de telemedicina le permite hablar con su médico por teléfono o en línea.



Durante los últimos meses, MVP ha estado trabajando con diversos socios de la comunidad para ampliar el acceso a las vacunas contra la COVID-19 y aumentar los índices de vacunación en nuestra región. Si usted es elegible, le recomiendo que se vacune para que podamos sentirnos seguros de nuevo y comenzar a vivir nuestras vidas con plenitud. Yo mismo tomé la decisión de vacunarme para proteger a mi familia, a mis amigos y a usted. Si todos hacemos nuestra parte, juntos podremos terminar con esta pandemia.

**Christopher Del Vecchio**  
Presidente y Director Ejecutivo

### ¡Piense en Verde! Reciba *Living Well* por Correo Electrónico

Visite [mvphealthcare.com](http://mvphealthcare.com) e *inicie sesión o regístrese* en su cuenta en línea. A continuación, seleccione *Communication Preferences* (Preferencias de comunicación) para suscribirse. MVP continuará enviando información sobre su contrato de plan de salud y sus beneficios por correo postal, según lo exija el estado de Nueva York.

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



## Programas de Educación para la Salud en Línea

### Educación Sobre la Diabetes

Educadores calificados en diabetes comparten consejos y orientación para ayudar a controlar su diabetes. Visite [mvphealthcare.com/medicalhealth](http://mvphealthcare.com/medicalhealth), seleccione *Diabetes* (Diabetes), y luego *Watch MVP's Diabetes Education Webinar Series* (Ver serie de seminarios web de educación sobre la diabetes de MVP).

### Serie de Educación para la Salud del Corazón

La nueva serie de educación en línea de MVP, *The Heart of the Matter* (El corazón del problema), le ayudará a desarrollar hábitos saludables para un mejor manejo de la salud cardíaca. Para obtener más información, visite [mvphealthcare.com/hhes](http://mvphealthcare.com/hhes).

## Encontrar un Proveedor Participante

Para obtener una lista de proveedores y centros en función de su dirección e información de afiliado, inicie sesión en [mvphealthcare.com](http://mvphealthcare.com) y seleccione *Find a Doctor* (Encontrar un médico) para ver los resultados. Para obtener una copia impresa de una lista de proveedores, envíe una solicitud por correo a la siguiente dirección: Attn: Provider Listing Request, MVP Health Care, PO Box 2207, Schenectady, NY 12301-2207.

Incluya el nombre de su plan de salud tal como aparece en su tarjeta de ID de afiliado de MVP. También puede llamar al Centro de Servicios/Atención a los Afiliados de MVP para solicitar un directorio de proveedores.



# Calendarios de Vacunas Disponibles 2021

## Vacunas para Adultos


Las vacunas no son solo para los niños. Estar actualizado con las vacunas también puede ayudarle a protegerse de enfermedades graves. Según su edad, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que los adultos reciban las siguientes vacunas:

- *Vacuna contra la neumonía*—protege contra la enfermedad neumocócica, una infección bacteriana que puede provocar afecciones de salud graves, como la neumonía y la meningitis.
- *Vacuna contra el herpes zóster*—protege contra la culebrilla, un virus que puede causar un sarpullido muy doloroso y ampollas en el cuerpo.
- *Vacuna Tdap (o Td)*—protege contra tres enfermedades muy graves que pueden provocar la muerte: tétanos, difteria, y pertussis.
- *Vacuna contra la influenza (gripe)*—vacuna anual que protege contra la gripe estacional.

Para revisar el calendario de vacunas 2021 visite [cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines) y seleccione *Adults (19 and older)* (Adultos [A partir de los 19 años]) y hable con su médico sobre las vacunas que debe recibir.

## Comuníquese con Nosotros

Centro de Servicios/  
Atención a los Afiliados de MVP

 **1-800-852-7826**  
(TTY: 1-800-662-1220)

De lunes a viernes, de 8 am a 6 pm

### ¿Tiene comentarios?

Envíe un correo electrónico a [members@mvphealthcare.com](mailto:members@mvphealthcare.com)  
Living Well MVP Health Care  
625 State Street  
Schenectady, NY 12305-2111

## Vacunas para Niños

Los bebés nacen con sistemas inmunes que pueden combatir la mayoría de los gérmenes. Sin embargo, no pueden lidiar con algunas enfermedades mortales. Es por eso que necesitan vacunas para fortalecer su sistema inmune. A medida que su hijo crece, las vacunas de rutina continúan ayudándole a protegerse de enfermedades graves como el sarampión, la neumonía y el virus del papiloma humano (VPH).

Para revisar el calendario de vacunas 2021 visite [cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines) y seleccione *Children (Birth to 18)* (Niños [desde el nacimiento hasta los 18 años]) y hable con el médico de su hijo sobre las vacunas que debe recibir.

# Recordatorio de Receta de Medicamentos

Para un mejor resultado, es muy importante que tome los medicamentos siguiendo las indicaciones de su médico al pie de la letra.

Si le recetaron un nuevo medicamento, o si su medicamento ha cambiado, asegúrese de comprender lo siguiente:

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

Una vez que usted comience a tomar el (o los) medicamento(s) recetado(s), si tiene alguna inquietud o presenta algún efecto secundario, llame de inmediato al médico que los recetó.



# LivingWell



PRSRT STD US  
Postage  
**PAID**  
MVP Health Care

625 State Street  
Schenectady, NY 12305-2111  
[mvphealthcare.com](http://mvphealthcare.com)

## Actualización de MVP Sobre la Vacuna Contra la COVID-19

La vacuna contra la COVID-19 está cubierta sin costo para todos los afiliados de MVP. Para ver la información más actualizada sobre la elegibilidad y cómo programar una cita para vacunarse, visite: [covid19vaccine.health.ny.gov](http://covid19vaccine.health.ny.gov).

## Nuestra Nueva Experiencia de Cuenta en Línea

Durante los últimos meses, MVP ha estado trabajando arduamente para mejorar su experiencia de cuenta de afiliado en línea. Pronto podrá tener un acceso más rápido y más simple a la información y los recursos útiles que necesita. Hemos creado una experiencia que facilita la búsqueda y selección de un Proveedor de Cuidado Primario (PCP), la actualización de métodos de pago, la consulta del estado de los reclamos y la obtención de más información sobre los beneficios de bienestar.

MVP también se encuentra mejorando la seguridad de las cuentas de afiliado en línea como parte de esta experiencia. Esté atento a las instrucciones que se proporcionan en los correos electrónicos y que lo guiarán durante el proceso.



Cuando necesite atención...  
comience con

**Gia**®



## ¡Le ayudamos a obtener la atención adecuada, de inmediato!

Problemas crónicos, síntomas repentinos, preguntas e inquietudes... todos necesitamos atención de vez en cuando. Y, cuando usted la necesita, quiere respuestas expertas... rápidas. **Comience con Gia®, incluida gratis con su plan de salud de MVP Health Care® (MVP).**

### **Gia es su conexión principal 24/7 con la atención médica.**

Hable con un profesional médico por teléfono o chat en línea, en cualquier lugar y en cualquier momento. En cuestión de minutos, obtenga un derivado a la atención que necesita, desde atención de urgencia y emergencia hasta necesidades médicas diarias, como resurtidos de recetas y análisis de sangre. Gia puede conectarle a sus servicios GRATUITOS de telemedicina de MVP o, de ser necesario, a atención personal de médicos, especialistas, laboratorios y farmacias cercanos, entre otros.

### **¿Preguntas de salud? Gia tiene las respuestas.**

Utilice la herramienta de búsqueda simple pero poderosa de Gia, que le brinda información de salud útil y relevante en la que puede confiar.

**Es solo una forma más en la que MVP hace que el seguro de salud brinde mayor apoyo, sea más conveniente y personalizado para usted.**



### **¿Listo para comenzar?**

Consulte el reverso para obtener más detalles.



