

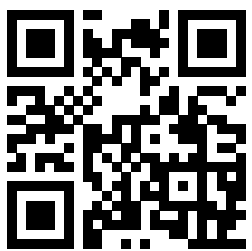


Boletín informativo para miembros de Nevada Medicaid y Nevada Check Up

Salud & Bienestar

Hacer que los miembros brillen una sonrisa a la vez™ INVIERNO 2021

¡Apunte la cámara de su teléfono aquí para tener acceso instantáneo al sitio web de Nevada Medicaid de LIBERTY!



¿Qué es un Hogar Dental?

Página 4

Primero Pasos para los Miembros de LIBERTY.....2

Denunciar Fraude, Despilfarro, o Abuso3

Receta de Invierno Cálido5

Recursos y Enclases Útiles6

Primeros Pasos para los Miembros de LIBERTY

¿Ha leído su Manual para Miembros?

Contiene información importante sobre LIBERTY, sus operaciones y servicios y beneficios dentales disponibles: Queremos que nuestros miembros aprovechen su cobertura al máximo. Para ver la opción más actualizada del Manual para Miembros, visite www.libertydentalplan.com/NVMedicaid. O puede llamar gratis a Servicios para Miembros al: **1.866.609.0418** (TTY: **1.877.855.8039**) para solicitar una copia del manual.

Actualizar Su Información de Contacto

¿Se mudó o cambió su número de teléfono? Comuníquese con la División de Bienestar y Servicios de Apoyo (DWSS) para informarles:

- Número gratuito **1.800.992.0900**
- Norte de Nevada **1.775.684.7200**
- Sur de Nevada **1.702.486.1646**

Si tiene acceso a Internet, puede conectarse en línea en <https://accessnevada.dwss.nv.gov/public/> y crear una cuenta para actualizar su información de contacto.

Sus Derechos y Responsabilidades

Los Miembros de LIBERTY tienen derechos y responsabilidades específicos. Aquí puede obtener una copia completa en cualquier momento:

- Visite www.libertydentalplan.com/NVMedicaid
- Llame a Servicios para Miembros al **1.866.609.0418** (TTY: **1.877.855.8039**)

¿Sabía que? Si califica para necesidades especiales, es posible que tenga beneficios adicionales disponibles para usted. Llame a nuestro Departamento de Servicios para Miembros al **1.866.609.0418** para ver si es elegible.



Nuestra misión: LIBERTY Dental Plan se compromete a ser el líder de la industria en la prestación de beneficios dentales de calidad, avanzados y asequibles, centrándose en la satisfacción de los miembros.

Estamos aquí para ayudarlo y guiarlo para que aproveche al máximo sus beneficios dentales.

LIBERTY pledges to support you through the excellent customer service you deserve.

Visítenos con sus preguntas en:

www.libertydentalplan.com/NVMedicaid

Llámenos sin cargo: **1.866.609.0418** (TTY: **1.877.855.8039**)

Envíe un mensaje de texto con la palabra 'TALK' al 22925 para obtener ayuda de un Defensor de bienestar dental entre 5 am y 4 pm PST, de lunes a viernes



LIBERTY Dental Plan Guía de Salud & Bienestar

Producida para los miembros de Medicaid del estado de Nevada de los condados de Clark y Washoe por LIBERTY Dental Plan de Nevada.

LIBERTY Dental Plan of Nevada
PO Box 401086, Las Vegas, NV 89140
© 2021 LIBERTY Dental Plan of Nevada



Denunciar Fraude, Despilfarro o Abuso

El fraude, el despilfarro y el abuso de la atención médica les cuestan a los contribuyentes miles de millones de dólares cada año. Incluye realizar declaraciones falsas intencionadas, tergiversaciones u omisiones deliberadas de hechos importantes de cualquier registro, factura, reclamación o cualquier otra forma con el fin de obtener pagos, servicios o cualquier tipo de compensación por servicios de atención médica a los que no tiene derecho.



Algunos tipos de fraude a la atención médica son:

- Usar la tarjeta de identificación de otra persona para obtener un servicio o producto
- Prestar, vender o dar su tarjeta de identificación a alguien
- Doctores que cobran por un servicio no realizado, o por un servicio o producto que no es necesario
- Falsificar la información de elegibilidad para obtener cobertura
- Solicitar recetas para opioides o sustancias controladas que no son médicamente necesarias
- Proveedores que dan recetas para opioides o sustancias controladas que no son médicamente necesarias

Puede permanecer anónimo y toda la información recibida será tratada de manera confidencial, y los resultados de las investigaciones serán discutidos solo con personas que tengan un motivo legítimo para recibir la información.

Para informar sobre sospechas de fraude, despilfarro o abuso, prácticas comerciales poco éticas o actividad ilegal con respecto a nuestro Plan, nuestros proveedores, vendedores o miembros, puede comunicarse con nuestra Unidad de Investigaciones Especiales: puede contactar a la Unidad de Investigaciones Especiales de LIBERTY:

- Línea directa confidencial: **1.888.704.9833**
- Correo Electrónico: siu@libertydentalplan.com
- Línea directa de cumplimiento: **1.888.704.9833**
- Correo Electrónico: compliance@libertydentalplan.com
- Por Correo: LIBERTY Dental Plan Compliance Department, 340 Commerce, Suite 100, Irvine, CA 92602

Visite nuestro sitio web donde podrá:

- Busque videos y temas destacados
- Encontrar a un dentista
- Consulte nuestra amplia biblioteca de recursos de salud bucal: <https://oralhealthcenter.libertydentalplan.com/index.php>



¿Qué es un Hogar Dental?

Un “Hogar Dental” es un lugar donde niños y adultos pueden recibir atención dental regular, integral y compasiva de por vida.

Se recomienda a las familias a establecer y construir una relación con su consultorio dental, un entorno que alienta a los miembros de la familia a realizarse chequeos dentales regulares para garantizar que su salud bucal esté bajo control para mantener una boca limpia, saludable y feliz.

Beneficios de establecer un Hogar Dental:

- Los pacientes se familiarizan y se sienten cómodos con el dentista y el personal de su consultorio, y pueden hacer preguntas para aprender cómo mantener adecuadamente una boca sana
- Promueve el acceso temprano y regular a servicios dentales preventivos y de rutina
- Aumenta la continuidad de la atención, prevención, salud dental y general
- Disminuye la duplicación de los servicios dentales causados por la búsqueda de atención dental de múltiples consultorios dentales.

La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP), la Asociación Dental Americana (ADA) y la Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica (AAPD) recomiendan establecer un “Hogar Dental” para su hijo antes del año de edad. Los niños que tienen un hogar dental tienen más probabilidades de recibir atención preventiva y de rutina adecuada. Un Hogar Dental bien establecido también incluye referencias apropiadas a especialistas dentales.

Con la creciente incidencia de caries en los niños pequeños, tener un Hogar Dental puede ser esencial para promover la atención preventiva. Además de implementar la salud oral de por vida en el hogar, es imperativo

Dato: Los niños aprenden de salud bucal con sus padres

Su hogar es su segundo hogar dental: establezca una rutina diaria de cepillarse los dientes por la mañana y antes de acostarse y reserve un tiempo para usar hilo dental. Enséñeles a sus hijos a hacer lo mismo.

establecer y mantener una relación continua entre el dentista y el paciente. El Hogar Dental es una puerta abierta a todos los aspectos de la atención de la salud bucal que se brinda de una manera integral, continuamente accesible, coordinada y centrada en la familia.

Si necesita ayuda para conseguir transporte

MTM es el administrador de transporte médico que no es de emergencia (NEMT) de Nevada. MTM organiza viajes para miembros elegibles de Medicaid.

Reserve viajes en línea a través de MTM Link, o llame al **1.844.879.7341** al menos tres (3) días hábiles antes de su cita. Puede reservar un viaje las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Los viajes regulares son de lunes a sábado de 7 am a 6 pm.

Cuando llame, tenga:

- Su nombre completo y número de identificación de Medicaid
- Su domicilio y número de teléfono
- El nombre, el número de teléfono y la dirección de su dentista
- La fecha y hora de su cita
- Cualquier necesidad o circunstancias especiales

Visite www.mtm-inc.net/nevada para obtener más información.



Receta de Invierno Cálido:

Chili con 3 Latas

(se requieren solo 4 ingredientes)

La temporada de invierno es un buen momento para hacer sopas abundantes, guisos en olla de barro y chile. Además, debemos considerar un presupuesto durante el invierno ya que las vacaciones se acercan. Pero ¡no se preocupe! Es posible mantener una alimentación saludable con un presupuesto limitado. A continuación se muestra una receta de chile simple y económica proporcionada por My Plate del Departamento de Agricultura de E.U.

Esta receta también es alta en calcio y potasio – El calcio ayuda a mantener fuerte la capa externa del esmalte de los dientes al defender contra la erosión y las caries. El potasio es importante en muchas formas, pero la mejor de todas es que ¡ayuda a reducir la presión arterial!

Rinde: 6 porciones

Ingredientes

- 1 lata de frijoles, bajos en sodio sin escurrir (pintos, rojos, colorados o negros 15, 5 onzas)
- 1 lata de maíz, escurrido (15 onzas o paquete de 10 onzas de maíz congelado)
- 1 lata de tomates triturados, sin escurrir (15 onzas)
- chili en polvo (al gusto)

Instrucciones

1. Coloque el contenido de las 3 latas en una sartén.
2. Agregue chili en polvo al gusto.
3. Revuelva para mezclar.
4. Continúe revolviendo a fuego medio hasta que esté completamente caliente.
5. Refrigere las sobras.

Fuente:

Colorado State University y University of California en Davis. Encuentre más recetas aquí: [MyPlate | U.S. Department of Agriculture](https://www.mypate.gov/)



1 Lata de Frijoles:
negros, pintos,
rojos o colorados



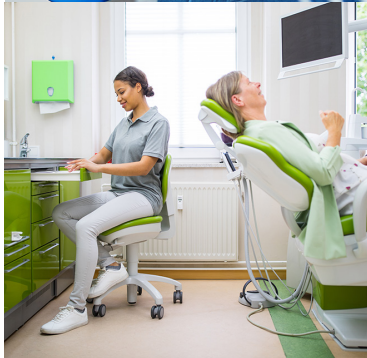
1 Lata de Maíz:
escurrido, o
congelado



1 Lata de Tomates:
triturados



Enlaces y Recursos Útiles



¡Aproveche al máximo su membresía dental de LIBERTY!

Siga estos 3 simples pasos:

1. Elija crear una cuenta en línea o descargue nuestra aplicación
2. Encontrar, seleccionar o cambiar su hogar dental
3. Regístrese para recibir correos electrónicos/mensajes de texto en: <https://bit.ly/3j2iail>

Regístrese en línea en: www.libertydentalplan.com/memberportal

Se le pedirá que proporcione su nombre, fecha de nacimiento y dirección de correo electrónico. Después de elegir su nombre de usuario y contraseña, haga clic en Create Account.

O: La aplicación le permite:

- ▷ Encontrar, seleccionar o cambiar su hogar dental
- ▷ Ver los beneficios del plan
- ▷ Ver y descargar una tarjeta de identificación digital
- ▷ Solicitar asistencia

Escanee el código QR con la cámara de un teléfono inteligente para descargar nuestra aplicación LIBERTY Dental Mobile App:



¡Síguenos en las redes sociales para obtener consejos sobre salud bucal y eventos locales cerca de usted! Etiquétenos: #LIBERTYLovesMySmile



LIBERTY Dental Plan of Nevada



@libertydentalplannv

El programa Community Smiles de LIBERTY ayuda a las personas a buscar servicios locales y gratuitos o de costo reducido, como alimentos, vivienda, transporte, capacitación laboral y más.

Visite: <https://communityresources.libertydentalplan.com>

