Amerigroup

Cuidando de Mí y de Mi Bebé (Taking Care of Baby and Me®)

Durante y después del embarazo

Guía de recursos

1025435TNMSPAGP 12/22

myamerigroup.com/tn

Apoyo en cada etapa del embarazo y el parto

Para tener un embarazo saludable es necesario trabajar en equipo. Tomó una buena decisión al unirse a Amerigroup Community Care para tener el apoyo y el cuidado médico que necesita para un embarazo saludable. Esta guía puede ayudarle a obtener más información sobre los beneficios del plan y los recursos necesarios para usted y su recién nacido.

Nuestro equipo de expertos en el embarazo la ayudará en cada paso del camino. Puede llamar a nuestro equipo de Servicios para Miembros de lunes a viernes de 7 a.m. a 5:30 p.m. hora del Centro, o a la Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas en cualquier momento, de día o de noche.

Estos son algunos pasos a seguir mientras se prepara para la llegada de su bebé:

Mantenga sus beneficios: infórmele a TennCare o CoverKids que está embarazada. Llámelos al 855-259-0701.

Para mantenerse saludable durante el embarazo, programe una visita a su médico obstetra.

Un obstetra (OB) es un médico experto en la atención durante el embarazo. Verá a este médico para consultas prenatales y después de dar a luz. Trabajará con usted para determinar sus riesgos de salud. También le ayudará a hacer las citas necesarias para vigilar su salud y la de su bebé a lo largo del embarazo.

Durante las consultas, su obstetra responderá sus preguntas sobre el embarazo y el parto, incluidos estos temas:

- Alimentos que puede consumir o que debe evitar
- Ejercicios seguros
- Medicamentos
- Opciones de parto
- Cambios en el estado de ánimo
- Alimentación
- Planificación familiar

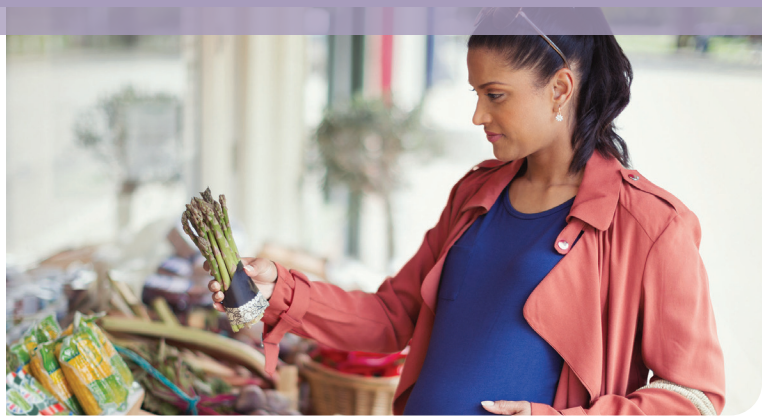
Puede utilizar la herramienta **Encontrar un doctor (Find a Doctor)** en nuestro sitio web o aplicación móvil para buscar un OB en su área.

Anote las preguntas que desee hacerle al médico.

Asegúrese de llevarlas con usted a la próxima visita:

1. _____
   _____
   _____
2. _____
   _____
   _____
3. _____
   _____
   _____
4. _____
   _____
   _____
5. _____
   _____
   _____

Beneficios de Amerigroup



Recompensas Saludables

A medida que complete sus consultas de cuidado médico, puede ganar Recompensas Saludables (Healthy Rewards). Estas recompensas pueden canjearse por tarjetas de regalo para tiendas seleccionadas que se detallan en su Centro de recompensas de beneficios. Para inscribirse en el programa Recompensas Saludables, visite la página de beneficios en **myamerigroup.com/tn**. Una vez allí, inicie sesión en el Centro de recompensas de beneficios (Benefit Reward Hub) y visite el portal de Recompensas Saludables. También puede llamar al **888-990-8681 (TRS 711)** de lunes a viernes de 9 a.m. a 8 p.m. hora del Este.

Si tiene Medicare y Medicaid (doble elegibilidad), es posible que no reúna los requisitos para el programa Recompensas Saludables. Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid tienen normas para la doble elegibilidad. Llame a Servicios para Miembros para averiguar qué beneficios le corresponden.

My Advocate

My Advocate® es un programa de salud que ofrece atención personalizada. El programa comienza con una evaluación de salud que nos permite conocer más sobre usted. Queremos ofrecerle el mejor nivel de apoyo según sus necesidades de salud. My Advocate está disponible por teléfono, a través de la aplicación o en el sitio web.

Además, en la aplicación y en el sitio web hay herramientas que pueden ayudarle a:

- Hacer un seguimiento del crecimiento de su bebé.
- Vigilar el movimiento de su bebé durante el embarazo.
- Prepararse para el nacimiento del bebé con listas de verificación.

Incluso puede elegir cómo desea recibir novedades: a través de la aplicación móvil o el sitio web, o con llamadas semanales de MaryBeth, su asesora virtual para el embarazo.

Para participar en My Advocate, descargue la aplicación en su teléfono o dispositivo inteligente. También puede crear una cuenta en myadvocatehelps.com.

Embarazo saludable y parto seguro

Sus decisiones a lo largo del embarazo pueden ayudarle a tener un embarazo saludable y un parto seguro. Puede contar con su equipo de bienestar. Durante las consultas, su OB le ayudará a prepararse para el nacimiento de su bebé. Junto con su médico, usted puede:

- Hacer un plan de parto.
- Repasar sus preguntas.
- Sentirse tranquila con su atención.

Recursos útiles:

- **Health A to Z:** ¿Desea obtener información sobre el embarazo y temas de salud? Busque su tema de salud en Health A to Z en **myamerigroup.com/tn**.
- **Show Your Love:** Esta aplicación le muestra los pasos a seguir para que usted y su bebé se mantengan saludables. Descargue hoy mismo la aplicación Show Your Love.

La Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas atiende las 24 horas, los 7 días de la semana para responder cualquier pregunta de salud, incluso cuando el consultorio de su médico está cerrado. Usted también puede usar LiveHealth® Online para consultar a su médico en su teléfono inteligente, tableta o computadora.

Apoyo adicional

A través de nuestro programa de administración de casos, usted puede recibir apoyo personalizado de un enfermero que lleve un registro de su embarazo y de sus necesidades de salud personales. Su administrador de casos puede hacer lo siguiente:

- Ayudar a programar visitas de salud.
- Encontrar recursos comunitarios.
- Asociarse para ayudar con las decisiones antes y después del parto.

Cuando se inscriba en My Advocate, recibirá una llamada de evaluación de MaryBeth. Le hará preguntas sobre su salud y su embarazo para definir si usted podría beneficiarse con el programa de administración de casos. Si desea una referencia para administración de casos, llame a Servicios para Miembros y solicítela.

Con My Advocate, MaryBeth facilita la comunicación con su administrador de casos. Ella informará de forma inmediata sobre sus dudas y consultas. Y el administrador de casos se comunicará con usted.

El uso de sustancias indebidas durante el embarazo

No hay ninguna cantidad de alcohol, tabaco o drogas que resulte segura durante el embarazo. La prioridad de su médico es asegurarse de que usted y su bebé estén saludables. Le recomendamos que hable abiertamente con su médico sobre las sustancias que consume. El médico puede trabajar con usted para diseñar un plan seguro y detener el consumo de alcohol, tabaco y drogas que pueda dañarlos a usted y a su bebé.

Recursos útiles:

- **Smokefree.gov**: Ofrece apoyo, consejos, herramientas y asesoramiento especializado para ayudarle a dejar de fumar.
- **Línea de ayuda nacional de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA)**: Esta línea de ayuda gratuita ofrece referencias para el tratamiento de personas que padecen problemas de salud conductual o abuso de sustancias. Usted puede llamar a SAMHSA las 24 horas, los 7 días de la semana al **800-662-4357 (TRS 711**).
- **Tennessee Tobacco Quitline**: El Instituto Nacional del Cáncer opera esta línea gratuita. Lo pone en contacto con servicios útiles que pueden ayudarle a dejar de fumar o de usar otros productos de tabaco. Llame las 24 horas, los 7 días de la semana, al **800-784-8669 (TRS 711)** o visite **tnquitline.org**.

Es de gran ayuda encontrar un médico (pediatra) de su confianza para su bebé antes del nacimiento. Puede usar la herramienta **Encontrar un médico (Find a Doctor)** en el sitio web de Amerigroup o use la aplicación Sydney Health para buscar uno.

Su plan de parto

Un plan de parto ayuda a garantizar que sus decisiones se respeten durante el trabajo de parto y el parto. Les detalla lo que usted desea al médico y a los enfermeros que la asistirán cuando nazca su bebé. Un plan de nacimiento puede incluir:

- Medicamentos que desea o no desea tomar
- Quién quiere que esté en la habitación con usted cuando tenga a su bebé
- Cualquier práctica religiosa o cultural que siga

Armar un plan de parto puede ayudarle a sentirse mejor preparada para el trabajo de parto y el parto.

A continuación, se enumeran algunas preguntas que debe responder para comenzar su plan de parto:

¿Dónde quiere dar a luz a su bebé?

¿Desea tener contacto piel a piel con su bebé dentro de la hora posterior al nacimiento (recomendado)?

¿Quién quiere que esté con usted en la habitación durante el trabajo de parto y el parto?

¿Hay alguna costumbre que desee poner en práctica en el nacimiento de su bebé?

¿Quién quiere que corte el cordón umbilical?

Para ver un ejemplo de plan de parto, visite **marchofdimes.org**, ingrese en *Temas de salud (Health Topics)* y visite la sección *Trabajo de parto y parto (Labor and Delivery)*.

Cómo cuidar de usted misma y de su bebé

Luego del nacimiento de su bebé, durante la consulta de seguimiento, el médico se asegurará de que su cuerpo esté sanando y le ayudará a adaptarse a la vida con el recién nacido. Es recomendable ir a una consulta con el médico entre 1 a 3 semanas después del parto, pero no deje que pasen más de 12 semanas. Si usted tuvo un embarazo de alto riesgo o un parto por cesárea, es probable que el médico quiera verla antes de las tres semanas posteriores al parto.

Si su cobertura de TennCare o CoverKids finalizará luego del nacimiento de su bebé, programe su visita posparto antes de que termine la cobertura. Puede llamar a TennCare o CoverKids al **855-259-0701** para solicitar información sobre cómo conservar su cobertura.

Podría ser elegible para obtener Recompensas Saludables por asistir a la consulta posparto.

Con My Advocate, puede recibir consejos de MaryBeth o asesoramiento en línea que le ayudarán a lidiar con lo siguiente:

- Cuidado personal
- Recuperación
- Manejo del estrés
- Apoyo en cuestiones de crianza

Chequeos de rutina del bebé

El proveedor de atención primaria (PCP) de su bebé puede prestarle la mejor atención colaborando estrechamente con usted. La Academia Americana de Pediatría sugiere que, durante el primer año de vida, su bebé vaya a un chequeo al nacer, de 3 a 5 días después de nacido, y a los 1, 2, 4, 6, 9, 12, 15, 18, 24 y 30 meses de edad.[1]

Podría ser elegible para obtener **Recompensas Saludables** por llevar a su bebé a los chequeos médicos. Inicie sesión en el Centro de recompensas de beneficios en **myamerigroup.com/tn** o llame al **888-990-8681 (TTY 711)** para saber si reúne los requisitos.

Recursos útiles:

- **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC):** Puede darle seguimiento al desarrollo del niño en **cdc.gov/ncbddd/actearly/index.html**.
- **March of Dimes**: Lea sobre las últimas investigaciones y temas que le ayudarán mantenerse y mantener a su bebé saludable en **marchofdimes.org**.
- **Aplicación Sigamos el Desarrollo de los CDC**: Hágale seguimiento a los indicadores del desarrollo de su hijo desde los 2 meses hasta los 5 años. Descargue la aplicación Sigamos el Desarollo de los CDC de la tienda de aplicaciones hoy mismo.

Con My Advocate, MaryBeth le enseñará sobre las vacunas y las visitas de cuidado de control del bebé.

[1] Sitio web de la Academia Americana de Pediatría, *Recommendations of Preventative Pediatric Health Care (Recomendaciones sobre Cuidado Médico Preventivo Pediátrico)* (consultado en septiembre de 2020): downloads.aap.org/AAP/PDF/periodicity_schedule.pdf.

Lactancia materna

La lactancia es una decisión saludable para el crecimiento y desarrollo de su bebé. La Academia Americana de Pediatría sugiere que los bebés solo se alimenten con leche materna por lo menos durante los primeros seis meses de vida, salvo que usted tenga una razón médica para no amamantar.

Recursos útiles:

- **Programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC):** El programa WIC proporciona apoyo comunitario para la lactancia. Mire cómo inscribirse en la sección **Recursos comunitarios** de esta guía.
- **La Leche League International:** Este programa ofrece educación, estímulo y apoyo para la lactancia. Para encontrar su liga local, visite **llli.org**.
- **InfantRisk Center:** Encuentre respuestas a sus preguntas sobre lactancia y medicamentos. Llame al **806-352-2519 (TRS 711)** o visite **infantrisk.com**.
- **Tennessee Breastfeeding Hotline:** Llame al **855-423-6667 (TRS 711)** para hablar con alguien para obtener ayuda con la lactancia.

Amerigroup podría cubrir el costo de un sacaleches.

Llame a Servicios para Miembros al 800-600-4441 (TRS 711) y pregunte cómo puede obtener un sacaleches.

Unidad de cuidados intensivos neonatales

La unidad de cuidados intensivos neonatales (NICU) es una unidad dentro del hospital preparada para bebés que necesitan cuidado especial luego del nacimiento. Un equipo de médicos y enfermeros capacitados trabajará con su bebé para ayudarlo a recuperarse.

Puede confiar en que su administrador de casos del programa de Administración de Casos de la NICU le ofrecerá apoyo mientras su bebé se encuentra allí. Asumimos el compromiso de garantizar que todos los bebés de alto riesgo reciban un plan de cuidado detallado en la NICU y una transición segura a su casa. Si tiene alguna pregunta sobre el programa de Administración de Casos de la NICU, puede llamar a Servicios para Miembros para obtener ayuda.

Recursos útiles:

- **Graham's Foundation:** Da asistencia, defensoría e investigación para bebés prematuros y sus familias. Visite **grahamsfoundation.org**.
- **My NICU Baby:** Es una aplicación creada con la organización March of Dimes para ofrecer respuestas, herramientas y apoyo a las familias de los bebés que se encuentran en la NICU.

Llame al **911** de inmediato si quiere hacerse daño o lastimar a su bebé. También puede llamar a la Línea de crisis general del estado de Tennessee al **855-274-7471** las 24 horas, los 7 días de la semana.

Depresión posparto

La depresión posparto (PPD) es común y se puede tratar. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), aproximadamente 1 de cada 8 mujeres tiene síntomas de depresión posparto.[2] Es probable que esté sufriendo PPD si experimenta lo siguiente:

- Se siente ansiosa o deprimida la mayor parte del día, todos los días.
- Le cuesta establecer un vínculo con su bebé.
- No se siente mejor después de dos semanas de haber dado a luz a su bebé.

El primer paso para sanar es pedir ayuda. Su proveedor puede armar un plan de soporte para usted si está dispuesta a expresar lo que siente. Su bienestar emocional es tan importante como su salud física.

Recursos útiles:

- **Postpartum Support International:** Visite postpartum.net o llame al **800-944-4773 (TTY 711)** las 24 horas, los 7 días de la semana, y siga las indicaciones para comunicarse con alguien que podría ayudarla.
- **What to Expect:** Visite **whattoexpect.com** y busque “depresión posparto (pospartum depression)”.

Con My Advocate, puede recibir consejos de MaryBeth o asesoramiento en línea que le ayudarán a lidiar con los cambios de humor.

[2] Sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, *Depression During and After Pregnancy (Depresión durante y después del embarazo)* (consultado en septiembre de 2020): cdc.gov/reproductivehealth/features/maternal-depression/index.html.

Planificación familiar

Si desea tener otro bebé, es importante hablar con su médico antes de intentar quedar embarazada nuevamente. Quedar embarazada demasiado pronto después de haber dado a luz puede ocasionar que el próximo embarazo presente un alto riesgo de parto prematuro. Se aconseja esperar un periodo de al menos 18 meses entre embarazos. Su cuerpo necesita el tiempo adecuado para sanar y recuperarse.[3]

Hasta que esté lista para otro embarazo, puede elegir entre numerosas opciones para el control de natalidad. El control de natalidad reversible de acción prolongada (LARC) es un método para evitar el embarazo mediante un dispositivo que el médico coloca dentro del brazo o útero. Permanece allí hasta que usted desee que se lo quiten. Hable con su médico sobre las mejores opciones para usted y los efectos que pueden tener en su cuerpo. La Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas puede responder cualquier pregunta que tenga sobre el método que usted elija. Llame a Servicios para Miembros para conocer sus beneficios de control de natalidad.

Si presenta alguna condición médica o toma algún medicamento, es importante que también hable con su médico sobre los efectos que esto puede tener en su próximo embarazo. Es probable que el proveedor le sugiera tomar una vitamina prenatal con ácido fólico antes de quedar embarazada para proteger la salud de su bebé.[4]

Puede leer sobre planificación familiar si busca "antes del embarazo (preconception)" en cdc.gov. También puede buscar "anticoncepción (contraception)" para ver los métodos de control de natalidad.

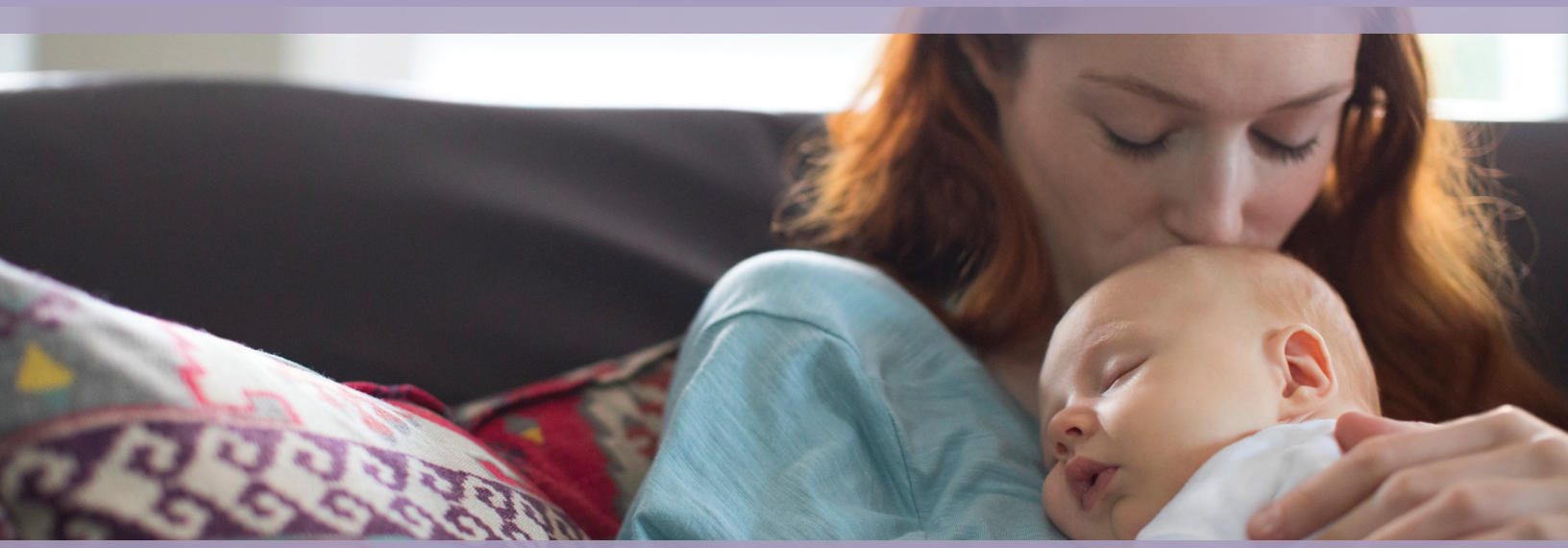
[3] Sitio web del American College of Obstetricians and Gynecologists, *Interpregnancy Care* (consultado en septiembre de 2020): acog.org/clinical/clinical-guidance/obstetric-care-consensus/articles/2019/01/interpregnancy-care.

[4] Sitio web de March of Dimes, *Folic Acid* (consultado en septiembre de 2020): marchofdimes.org/pregnancy/folic-acid.aspx.

Recursos útiles:

- **Oficina para la Salud de la Mujer:** Puede visitar el sitio web en **womenshealth.gov** o llamar al **800-994-9662 (TDD 888-220-5446)** si tiene preguntas sobre temas de salud o sus programas especiales.
- **Dispositivos LARC**: Puede obtener más información sobre dispositivos anticonceptivos intrauterinos (DIU) e implantes en **whoopsproof.org**.

Con My Advocate, puede recibir consejos de MaryBeth o asesoramiento en línea para ayudarle con la planificación familiar y las opciones de control de natalidad.



Cobertura médica para usted y su bebé

Nuestro objetivo es cuidar su salud y la de su bebé. Usted o su bebé podrían perder la cobertura de Amerigroup después del parto. Para mantener a su bebé cubierto, es mejor que informe a TennCare o CoverKids sobre su embarazo antes y después del parto. Llame al **855-259-0701**.

Siga los siguientes pasos para asegurarse de que su bebé continúe inscrito:

- Después del nacimiento, en el hospital le darán los documentos para obtener un número de Seguro Social para el bebé. **Complete esos documentos y envíelos por correo a la oficina del Seguro Social.**
- **Avise a TennCare o CoverKids el nacimiento del bebé lo antes posible.** Llame al **855-259-0701** y dígales que ha llenado los papeles para obtener el número de Seguro Social de su bebé.
- Infórmele a TennCare o CoverKids cuando reciba por correo la tarjeta del Seguro Social del bebé. Si su bebé tiene TennCare o CoverKids, llame al **855-259-0701** y brinde el número de Seguro Social de su bebé.

Es importante que haga estos trámites apenas nazca el bebé.

Le recomendamos que también renueve sus beneficios de Amerigroup para asegurarse de seguir inscrita todos los años:

Solo tiene que seguir estos pasos para renovar sus beneficios:

1. Esté pendiente de recibir un paquete de renovación de TennCare o CoverKids cuando sea el momento de renovar sus beneficios.
2. Complete su formulario y reúna los documentos que solicite TennCare o CoverKids.
3. Envíe el formulario completado y los documentos solicitados a TennCare o CoverKids a tiempo a:
   TennCare Connect
   P.O. Box 305240
   Nashville, TN 37230-5240

También puede completar su renovación si hace lo siguiente:

- Llamar al número gratuito de TennCare Connect al **855-259-0701**.
- Iniciar sesión en su cuenta de TennCare Connect en **tenncareconnect.tn.gov**.

Servicios para Miembros de Amerigroup también puede ayudarle con cualquier pregunta que pueda tener. Puede comunicarse con ellos al **800-600-4441 (TRS 711)** de lunes a viernes de 7 a.m. a 5:30 p.m. hora del Centro.

Recursos en la comunidad

¿Necesita ayuda para pagar sus facturas o conseguir comida o vivienda?
Nos asociamos con organizaciones locales para ayudarle a encontrar los recursos que necesita. Si ingresa su código postal en **myamerigroup.com/tn/support/community-support.html**, encontrará organizaciones locales cerca de usted.

Mujeres, Bebés y Niños

El Programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) ofrece numerosos recursos a familias con niños. Puede recibir cupones de alimentos, educación sobre salud y consejería de pares para obtener apoyo moral en la crianza de los hijos.

Tiene varias maneras de informarse acerca del programa y saber si usted califica:

- Llame al departamento de salud local.
- Llame al **800-342-5942 (TRS 711)** y solicite inscribirse en WIC.
- Visite **tn.gov/health/health-program-areas/fhw/wic.html**.

TennCare Kids y CoverKids

Este programa presta servicios de salud para bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes. Incluyen servicios médicos, dentales, de salud conductual y chequeos. Solo califican los miembros de TennCare, así que es importante:

- Inscribir a su bebé mientras aún está embarazada.
- Registrarse: programar la consulta médica de su hijo.
- Chequearse: ir al chequeo médico/dental de su hijo.
- Volver a chequearse: programar las consultas de seguimiento, según se necesite.

DentaQuest es el plan dental para niños menores de 21 años que están inscritos en TennCare. Si necesita ayuda para encontrar un dentista o programar una visita, ingrese en dentaquest.com o llame a Servicios para Miembros de DentaQuest al **855-418-1622 (TRS 800-466-7566**).

Un proveedor de salud conductual le ayudará con el abuso de sustancias y el bienestar mental. Llame a Servicios para Miembros si necesita ayuda para buscar un proveedor médico o de salud conductual.

Community Health Access and Navigation in Tennessee

El programa Community Health Access and Navigation in Tennessee (CHANT) enseña habilidades de crianza para ayudarle a mantener a su hijo saludable y prepararlo para la escuela. También está vinculado a muchos otros programas de calidad para ayudar a coordinar su cuidado. El programa ha capacitado a personas que realizan visitas a domicilio de parte del Tennessee Department of Health para ayudarles a usted y su familia a buscar recursos como bancos de alimentos y otros servicios de apoyo en su comunidad. También puede conectarlo con administradores de cuidados médicos de Amerigroup o con su médico si necesita atención adicional.

Para inscribirse en el programa, llame al departamento de salud local o al Tennessee Department of Health, Division of Family Health and Wellness al **615-741-7353 (TRS 711)**. También puede visitar tn.gov y buscar “CHANT”.

Hay servicios en todos los condados de Tennessee.

CenteringPregnancy

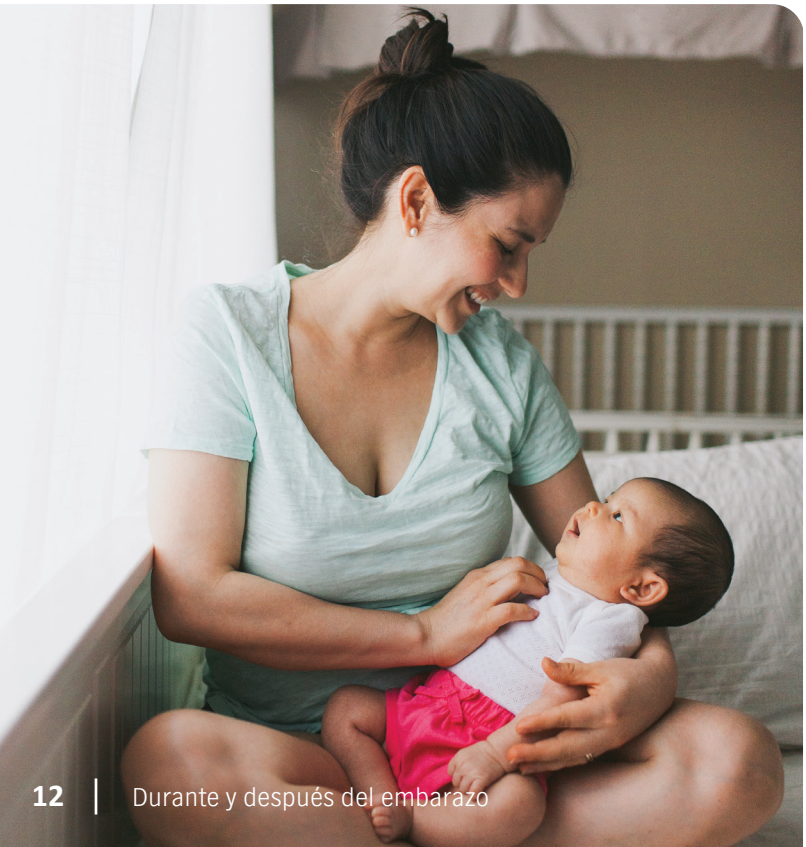
Hay una nueva manera de obtener atención prenatal. Se llama CenteringPregnancy™. Establece un entorno grupal con otros padres para conversar con su OB y el personal de enfermería. Con CenteringPregnancy:

- Puede asistir a sus visitas prenatales con otros padres que están en la misma etapa de embarazo o en una etapa similar.
- Puede reunirse con un grupo e intercambiar experiencias para aprender sobre el embarazo.
- Tiene 10 visitas prenatales que duran hasta dos horas e incluyen tiempo a solas con su médico.

Llame a la Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas para saber si hay un centro de CenteringPregnancy en su zona.

Personal de enfermería para recién nacidos

Para obtener asistencia adicional en su embarazo, también nos asociamos con el programa Nurses for Newborns (NFN). En este programa, una enfermera la visita durante todo el embarazo y hasta dos años después del nacimiento de su bebé. La enfermera presta educación, ayuda comunitaria y apoyo. Para obtener información sobre NFN, visite **nursesfornewborns.org**.



Notas

Gracias

por confiar en Amerigroup para su atención médica.

Referencias y fuentes:

- *Sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades:* Breastfeeding *(consultado en julio de 2020): https://cdc.gov/breastfeeding/index.htm.*
- *Sitio web de March of Dimes:* Why at least 39 weeks is best for your baby *(consultado en julio de 2020): https://marchofdimes.org/pregnancy/why-at-least-39-weeks-is-best-for-your-baby.aspx.*
- *Sitio web de la Academia Americana de Pediatría,* Depression and Anxiety During Pregnancy and After Birth: FAQs *(consultado en septiembre de 2020): https://healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/Pages/*Depression-and-Anxiety-During-Pregnancy-and-After-Birth-FAQs*.aspx.*
- *Sitio web de Mayo Clinic: Planificación familiar:* Get the facts about pregnancy spacing *(consultado el 5 de febrero de 2020): https://mayoclinic.org/healthy-lifestyle/getting-pregnant/in-depth/family-planning/art-20044072.*
- *Sitio web de la Oficina para la Salud de la Mujer:* Prenatal care and tests *(consultado en enero de 2019): bit.ly/2KdrNbP.*
- *Programa de anticoncepción reversible de acción prolongada del Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos: bit.ly/2mdwcEP.*

Servicios para Miembros: 800-600-4441 (TRS 711)
Línea de Ayuda de Enfermería las 24 Horas:
866-864-2545 (TRS 711)

myamerigroup.com/tn

Amerigroup

Español:
ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 800-600-4441 (TRS 711).

Kurdish: کوردی
ئاگاداری: ئەگەر بە زمانی کوردی قەسە دەکەیت، خزمەتگوزاریەکانی یارمەتی زمان، بەخۆڕایی، بۆ تۆ بەردەستە. پەیوەندی بە 800-600-4441 (TRS 711) بکە.

¿Necesita ayuda con su atención médica, para hablar con nosotros o para leer lo que le enviamos? Llámenos gratis al 800-600-4441 (TRS 711).

Obedecemos las leyes de derechos civiles federales y estatales. No tratamos de manera diferente a las personas debido a su raza, color, origen, idioma, edad, discapacidad, religión o sexo. ¿Cree que no le ayudamos o recibió un trato diferente? Llame al 800-600-4441 (TRS 711) o a TennCare al 855-857-1673 (TRS 711) de manera gratuita.

La información de este documento solo tiene fines educativos. No debe usarse como consejo médico.