

# SEAMOS SALUDABLES



Trimestre 4 de 2020 | [myamerigroup.com/TN](http://myamerigroup.com/TN)

## Encuentre recursos cotidianos cerca de su hogar

Nuestra Social Needs Tool (herramienta para necesidades sociales) de Community Resource Link puede servirle para encontrar recursos en su área local que pueden ayudarle cuando necesite un poco más de ayuda en la vida.

**Complete nuestra Social Needs Tool en línea** para recibir una lista personalizada de organizaciones en su área que puedan conectarlo con recursos para:



**Alimentos** — entrega de comidas, SNAP, medios para aprender sobre la alimentación sana



**Vivienda** — ayuda para encontrar refugio o vivienda permanente, reparaciones del hogar, ayuda para pagar las facturas de vivienda y servicios públicos



**Bienes** — ropa, artículos para el hogar, suministros médicos, suministros para niños y bebés



**Transporte** — pases de autobús, ayuda para pagar los automóviles o la gasolina



**Dinero** — beneficios del gobierno, educación sobre finanzas, préstamos, impuestos, seguros



**Trabajo** — ayuda para encontrar trabajo o ayuda en el trabajo, jubilación, beneficios por desempleo



**Educación** — ayuda para encontrar y pagar la escuela para usted o su hijo, exámenes de educación general para el certificado para el GED, ayuda económica, útiles escolares, programas de capacitación.



**Asistencia jurídica** — ayuda para encontrar un abogado para adopción o cuidado de crianza, ciudadanía e inmigración, intérpretes, discriminación, robo de identidad



La encuesta es rápida y fácil.



Visite [bit.ly/agsnt\\_sp](http://bit.ly/agsnt_sp).

# Octubre es el mes nacional de concientización sobre el cáncer de mama

Según los Centers for Disease Control and Prevention (CDC), el cáncer de mama es el segundo cáncer más común entre las mujeres estadounidenses<sup>1</sup>. Aunque el cáncer de mama ocurre con mayor frecuencia entre mujeres de 50 años o más, alrededor del 11% de los casos ocurren entre mujeres menores de 45 años<sup>2</sup>.



## Prevención

Mientras más temprano se detecta el cáncer de mama, más fácil es de tratar. Eso significa revisarse con regularidad para detectar si hay bultos, hacerse un examen en casa y que se lo hagan durante su examen físico anual.

## Tres maneras

de detectar el cáncer de mama:

### 1. Autoexamen

Debe palparse los senos en casa aproximadamente en la misma fecha todos los meses.

1. Acuéstese boca arriba y coloque un brazo arriba de la cabeza.
2. Con la otra mano, use los dedos de en medio para palpar el seno en busca de bultos.
3. Palpe el tejido y músculo del seno con un movimiento circular del tamaño de la yema de un dedo.
4. Primero presione ligeramente, luego, presione un poco más fuerte y luego presione con mucha firmeza.
5. Muévase a un nuevo lugar, superponiéndose al lugar que acaba de palpar.
6. Revise todo el seno moviendo los dedos en una trayectoria de arriba abajo.
7. Repita estos pasos en el otro seno.



### 2. Exploración física de los senos

Su proveedor de atención primaria (PCP) debe hacerle un examen de los senos todos los años.

### 3. Mamografía

Las mamografías (radiografías de los senos) pueden detectar el cáncer temprano, antes de que usted sienta un bulto.

- Entre los 35 y los 40 años, su doctor hablará con usted sobre la posibilidad de hacerse por lo menos una mamografía.
- De los 40 a los 50 años, su doctor podría recomendar una mamografía cada dos años, o con mayor frecuencia si corre alto riesgo de cáncer de mama.
- A partir de los 50 años, es probable que su doctor le recomiende una mamografía cada año.





## ¿Quiénes pueden correr mayor riesgo de cáncer de mama?<sup>3</sup>



- Las mujeres con ciertas mutaciones genéticas, a veces llamadas genes del cáncer de mama
- Las mujeres que comenzaron a tener períodos menstruales antes de los 12 años
- Las mujeres que tienen tejido mamario denso (los senos densos generalmente se sienten abultados incluso cuando no tienen cáncer de mama) en lugar de tejido mamario graso (más blando)
- Las mujeres que han tenido cáncer de mama anteriormente
- Las mujeres que han tenido otras enfermedades mamarias, como hiperplasia o carcinoma lobulillar in situ (CLIS)
- Las mujeres que tienen un familiar que tuvo cáncer de mama
- Las mujeres que recibieron radioterapia en el pecho o los senos antes de los 30 años

## No se olvide de llamar a su doctor para hacer una cita:

- Si siente un bulto en su pecho o axila.
- Si tiene dolor u observa un cambio en el tamaño de los senos o en el tejido y le preocupa.
- Si se le ha atrasado su examen físico anual o una mamografía.

## El tratamiento

# Amerigroup Community Care cubre:

- Cirugía para extirpar parte o la totalidad de uno o ambos senos (mastectomía).
- Cirugía para hacer que las mamas se vean normales (cirugía reconstructiva de mamas) después de una mastectomía. Esto incluye:
  - Cirugía reconstructiva de una mama cancerosa.
  - Cirugía reconstructiva de una mama sin cáncer para que las mamas tengan el mismo tamaño y forma (para hacerlas simétricas). Esta cirugía está cubierta siempre y cuando se haga dentro de los cinco años posteriores a la cirugía reconstructiva en el seno enfermo.
- Quimioterapia.
- Radiación.
- Terapia hormonal.

1 Sitio web de los Centers for Disease Control and Prevention, *Breast Cancer Statistics* (consultado en julio de 2020): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

2 Sitio web de los Centers for Disease Control and Prevention, *Breast Cancer in Young Women* (consultado en julio de 2020): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

3 Sitio web de los Centers for Disease Control and Prevention, *What Are the Risk Factors for Breast Cancer?* (consultado en julio de 2020): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

# ¿Se le han pasado algunas vacunas a su hijo?



La World Health Organization (WHO) anunció que millones de niños en todo el mundo se han quedado sin vacunas importantes debido a las órdenes de quedarse en casa. A medida que las comunidades y las escuelas vuelvan reanudar sus actividades, es muy importante asegurarse de que las vacunas de su hijo estén al día.

## Vacunas recomendadas por los Centers for Disease Control and Prevention (CDC):

Vacunas	Calendario	Protege contra:
Hepatitis B	<input type="checkbox"/> Al nacer <input type="checkbox"/> 1-2 meses de edad <input type="checkbox"/> 6-18 meses de edad	La hepatitis B es una enfermedad grave que puede ser mortal.
Rotavirus	<input type="checkbox"/> 2 meses de edad <input type="checkbox"/> 4 meses de edad <input type="checkbox"/> 6 meses de edad (solo para ciertas marcas de vacunas)	El rotavirus causa diarrea y vómitos en bebés y niños pequeños. Esto puede causar que los niños se deshidraten (falta de líquidos en el cuerpo). Sin vacunas o sin el tratamiento adecuado en un hospital, puede ser mortal.
Difteria, tétanos, tos ferina (DTaP)	<input type="checkbox"/> 2 meses de edad <input type="checkbox"/> 4 meses de edad <input type="checkbox"/> 6 meses de edad <input type="checkbox"/> 15-18 meses de edad <input type="checkbox"/> 4-6 años de edad	<ul style="list-style-type: none"><li>■ La difteria es una infección que puede causar dificultad para respirar, insuficiencia cardíaca, parálisis o la muerte.</li><li>■ El tétanos también se llama trismo. Puede causar rigidez en los músculos, dolor en el cuello y la mandíbula y dificultad para respirar. Puede ser mortal.</li><li>■ La tos ferina puede causar una tos peligrosa, dificultad para respirar, secreción y congestión nasal y estornudos.</li></ul>
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)	<input type="checkbox"/> 2 meses de edad <input type="checkbox"/> 2-3 dosis cuando el doctor lo sugiera, según la marca de vacuna <input type="checkbox"/> última vacuna a los 12-15 meses de edad	Haemophilus influenzae es una bacteria que puede causar infecciones, algunas leves y otras mortales, como meningitis, neumonía e infecciones de la garganta o de la sangre.
Conjugado neumocócico (PCV13)	<input type="checkbox"/> 2 meses de edad <input type="checkbox"/> 4 meses de edad <input type="checkbox"/> 6 meses de edad <input type="checkbox"/> 12-15 meses de edad	Las bacterias neumocócicas pueden causar enfermedades peligrosas, como neumonía, meningitis e infecciones de la sangre.
Virus de la poliomielitis inactivado (IPV)	<input type="checkbox"/> 2 meses de edad <input type="checkbox"/> 4 meses de edad <input type="checkbox"/> 6-18 meses de edad <input type="checkbox"/> 4-6 años de edad	La poliomielitis, también llamada polio, es una infección del cerebro y la columna que puede paralizar a una persona.

Vacunas	Calendario	Protege contra:
Sarampión, paperas, rubéola (MMR)	<input type="checkbox"/> 12-15 meses de edad <input type="checkbox"/> 4-6 años de edad	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ El sarampión es una infección por un virus. Causa fiebre, sarpullido, tos, estornudos, secreción nasal y enrojecimiento e infección de los ojos.</li> <li>■ La rubéola es similar al sarampión. A veces se le llama sarampión alemán.</li> <li>■ La infección de paperas es causada por un virus. Infecta las glándulas de la boca, la garganta y los oídos.</li> </ul>
Varicela (viruela loca)	<input type="checkbox"/> 12-15 meses de edad <input type="checkbox"/> 4-6 años de edad	La varicela es muy contagiosa. Provoca una ronchas dolorosas con picazón, fiebre y cansancio.
Hepatitis A	<input type="checkbox"/> 1a dosis entre 12 y 23 meses de edad <input type="checkbox"/> 2a dosis entre 12 y 23 meses de edad	La infección de hepatitis A es causada por un virus. Normalmente los niños no exhiben signos. Los adultos que contraen la infección a una edad más avanzada sufren síntomas desagradables, cansancio, náuseas, dolor de estómago e ictericia (la piel y los ojos se ponen amarillos debido a problemas del hígado). La vacuna puede proteger contra esta infección sin que una persona se enferme.



**Saltarse las vacunas o recibirlas tarde puede poner a su hijo en riesgo de 14 enfermedades graves\*, incluidas las indicadas arriba.** Llame a su doctor y pregúntele si su hijo está al día con todas sus vacunas. Muchos consultorios médicos están tomando la temperatura, exigen el uso de mascarillas y practican el distanciamiento físico para proteger a los pacientes.

\*Sitio web de los Centers for Disease Control and Prevention: *Diseases You Almost Forgot About (Thanks to Vaccines)* (consultado en julio de 2020): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

Padres y miembros adultos de TennCare Kids

# Registro, chequeos y seguimiento



Los niños, adolescentes y adultos jóvenes necesitan chequeos médicos regulares, incluso si se sienten bien. Esas consultas le ayudan al PCP a encontrar y tratar los problemas temprano.

**Con TennCare Kids, los chequeo médicos de rutina anuales son gratis hasta los 21 años. Incluyen:**

- Antecedentes médicos
- Examen físico completo
- Análisis de laboratorio (si son necesarios)
- Vacunas (inyecciones)
- Chequeos de la vista y el oído
- Chequeo dental
- Evaluación del desarrollo y de la conducta (según se requiera)
- Consejos sobre cómo mantener sano a su hijo

Si su hijo no ha ido a un examen físico en el último año llame hoy mismo a su PCP para hacer una cita. Pida un chequeo de TennCare Kids.

Padres y adolescentes:

# Hábitos saludables, futuros saludables

Ayudar a los adolescentes a adquirir hábitos saludables a una edad temprana puede ayudarles a tener éxito en el futuro. Cubrimos estos servicios esenciales que pueden ayudar a los adolescentes a conservar la salud a lo largo de su desarrollo para llegar a ser adultos:



## Servicios de atención bucodental para los miembros menores de 21 años de edad:

- Chequeos y limpiezas cada seis meses
- Otros tipos de atención dental, como frenos, si siempre que exista una necesidad médica

Para buscar un dentista que acepte su seguro:

- Llame a DentaQuest al 855-418-1622 (TRS 711).
- Visite [dentaquest.com/state-plans/regions/Tennessee](https://dentaquest.com/state-plans/regions/Tennessee).

## La buena salud dental comienza con buenos hábitos:<sup>1</sup>

- Cepílese los dientes por lo menos durante dos minutos, por lo menos dos veces al día. Utilice un cepillo de dientes suave. El mejor momento para cepillarse los dientes es 15 a 20 minutos después de comer.
- Use hilo dental por lo menos una vez al día.
- Consuma alimentos saludables y limite los dulces para ayudar a prevenir las caries. Eso incluye limitar las bebidas azucaradas.
- Vaya a un dentista por lo menos dos veces al año para un examen y una limpieza.



## Servicios de salud mental y conductual:

Su adolescente puede acudir a cualquiera de estos proveedores siempre que acepten su seguro:

- Su PCP
- Un centro comunitario de salud mental
- Un psiquiatra o psicólogo
- Un centro de rehabilitación

Si su adolescente piensa en hacerse daño o dañar a otros, ya sea:

- Llame al 911 o vaya al hospital más cercano inmediatamente.
- Vaya al centro de atención de crisis de salud mental más cercano. Para encontrar uno, llame al 855-274-7471.

## Conozca los signos de problemas de salud mental y conductual:<sup>2</sup>

- Sentirse muy nervioso o triste la mayor parte del tiempo
- Falta o ausencia de energía
- Dificultad para dormir
- Evitar a los amigos o las actividades divertidas
- Dolores de estómago frecuentes o dolores de cabeza inexplicables
- Cambios de humor frecuentes, rabieta o ser demasiado pesimista
- Dificultad para prestar atención
- Incapaz de quedarse quieto o callado
- Conductas riesgosas o peligrosas
- Cortadas o marcas de quemaduras en la piel
- Encontrar formas poco saludables de sentirse bien, como comer en exceso, beber alcohol, fumar o consumir drogas

1 Sitio web de The American Dental Association on the Mouth Healthy: *Brushing our Teeth* (consultado en julio de 2020): [mouthhealthy.org](https://www.mouthhealthy.org).

2 Sitio web de los Centers for Disease Control and Prevention: *Children's Mental Disorders* (consultado en julio de 2020): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).

# ¿Está batallando con depresión?

**No está solo.** No es fácil manejar la salud mental durante tiempos de crisis. La depresión estacional también es común durante la temporada decembrina y esa época del año está a la vuelta de la esquina.

**Con saber, ha ganado media batalla. Estos son los signos:\***

- Sentirse triste durante todo el día, la mayoría de los días
- Sentirse perezoso o lento
- Perder interés en las actividades que antes disfrutaba
- Dificultad para dormir o dormir demasiado
- Cambios en el peso o el apetito
- Sentirse desesperado, inútil o culpable por poca o ninguna razón

## Formas naturales de combatir la depresión



**Haga ejercicio.** Intente mantenerse activo por lo menos durante 30 minutos al día.

**Duerma de 7 a 9 horas cada noche.** También ayuda acostarse y levantarse a la misma hora todos los días.

**Coma sanamente.** Trate de incluir muchas frutas y verduras coloridas en sus comidas diarias. Si tiene otros problemas de salud, consulte a doctor sobre un plan de alimentación que sea adecuado para usted.

## Ayuda de un profesional



Si sus síntomas no mejoran en dos semanas, le recomendamos hacer una cita con:

- Su PCP.
- Un psiquiatra o psicólogo.
- Un centro comunitario de salud mental.

Siempre que acepten su seguro, no necesita un referido.

**El tratamiento puede incluir terapia de conversación,** ya sea:

- Consulta individual con el doctor.
- En un grupo de apoyo.

La **medicina recetada** puede ser una parte útil de un plan de tratamiento continuo. Los medicamentos para la depresión pueden tardar algo de tiempo en surtir efecto porque se tienen que acumular en su sistema. No suspenda su medicamento sin consultar primero a su doctor.

\*Sito web del National Institute of Mental Health: *Seasonal Affective Disorder* (consultado en julio de 2020): [nimh.nih.gov](http://nimh.nih.gov).

Miembros de Employment and Community First (ECF) CHOICES:

## Apoyo para las familias

Cuando los miembros de la familia de ECF CHOICES necesiten una mano, queremos ayudar con nuestros servicios de apoyo familiar.

### Cuidado de relevo

Se trata de un cuidador suplente cuando usted necesita un breve descanso (solo para cuidadores no remunerados).

### Atención de apoyo en el hogar

Esto es como un asistente personal que ayuda a los miembros con sus necesidades personales (en el hogar, el trabajo, etc.), para que la familia pueda hacer otras cosas.

### Estipendio para cuidador familiar

Es una alternativa a la atención domiciliaria de apoyo. Es un pago mensual a los cuidadores familiares por ayudar con las necesidades diarias y personales de un miembro.

**Para obtener más información,** consulte la última sección de su manual para miembros, *Tabla de Beneficios de Employment and Community First CHOICES*. Para saber si califica para estos beneficios, llame al 866-840-4991 (TRS 711).



Miembros de CHOICES:

# Si no puede acudir a su médico, utilice LiveHealth Online

Cuando esté atrapado en casa o el consultorio de su doctor esté cerrado, puede consultar a su doctor por video por medio de LiveHealth Online. Lo único que necesita es una conexión a la internet y un teléfono inteligente, tableta o computadora con cámara web. Para los miembros de Amerigroup, las consultas por video son gratuitas y pueden tener lugar a cualquier hora del día o de la noche.\*

## Para usar LiveHealth Online:

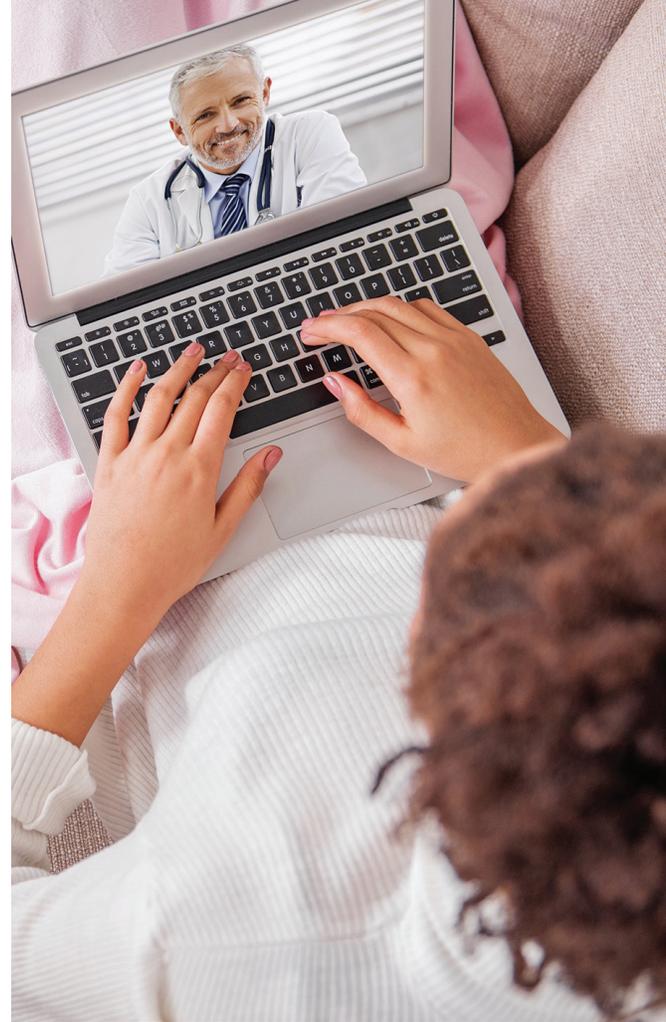
1. **Descargue gratis la aplicación LiveHealth Online** en la tienda de aplicaciones Google Play™ o App Store® o visite [livehealthonline.com](http://livehealthonline.com).
2. **Cree una cuenta.** Escriba la información de su seguro exactamente como aparece en su tarjeta de identificación de miembro de Amerigroup.
3. **Elija el tipo de atención que necesite**, ya sea:
  - LiveHealth Online Medical.
  - LiveHealth Online Psychology:\*  
Proporciona consultas de asesoramiento para ayudar con el estrés, las transiciones de la vida, la depresión, el duelo, los problemas de relación y la ansiedad.
  - LiveHealth Online Psychiatry:\*  
Proporciona ayuda para administrar medicamentos para muchas afecciones, como el trastorno bipolar, la depresión, los ataques de pánico y el trastorno de estrés postraumático (PTSD).
4. **Elija a un proveedor de atención médica** de la lista.
5. **Conteste algunas preguntas** sobre el motivo de su consulta y sus antecedentes médicos. Esta información es privada y solo se proporcionará al proveedor que lo atienda a través de LiveHealth Online.
6. **Elija una farmacia que acepte su seguro.** Si no sabe con seguridad, puede utilizar la herramienta de búsqueda Find a pharmacy en [myamerigroup.com/TN](http://myamerigroup.com/TN) para buscar una farmacia en la red de su plan.
7. **Escoja Continue (Continuar)** para entrar en la sala de espera virtual.

\*Las consultas de psicología y psiquiatría en línea de LiveHealth están sujetas a la disponibilidad.

El asesoramiento en línea no es apropiado para todos los tipos de problemas. Si está en crisis o tiene pensamientos suicidas, es importante que pida ayuda de inmediato. Llame al 800-273-8255 (National Suicide Prevention Lifeline) o al 911 para recibir ayuda. Si su problema es una emergencia, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana. LiveHealth Online no ofrece servicios de emergencia.

Los medicamentos con receta que se consideran una "sustancia controlada" (según la definición de la Controlled Substances Act, una ley federal) no se pueden recetar a través de LiveHealth Online. Los psiquiatras de LiveHealth Online no ofrecerán asesoramiento ni terapia de conversación.

LiveHealth Online es el nombre comercial de Health Management Corporation, una compañía separada que presta servicios de telesalud en nombre de Amerigroup Community Care.



**Puede registrarse hoy, antes de que necesite una consulta por video.**

Para obtener ayuda con el uso de LiveHealth Online, llame al 888-548-3432 (TRS 711) las 24/7.

# Conéctese con TennCare en línea

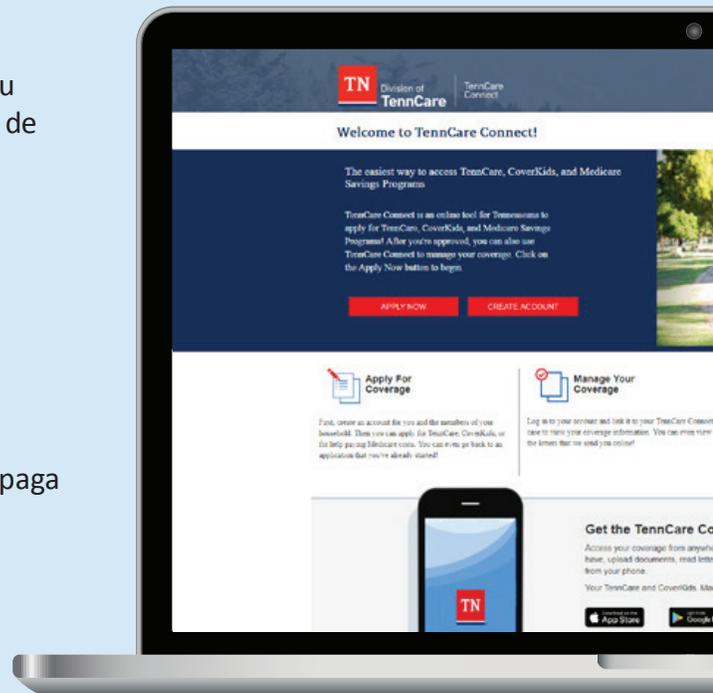
## TennCare Connect

¿Sabía que puede consultar sus beneficios de TennCare en línea con TennCare Connect? Visite [tenncareconnect.tn.gov](http://tenncareconnect.tn.gov) para crear su cuenta en línea. Lo único que necesita es su nombre y su dirección de correo electrónico.

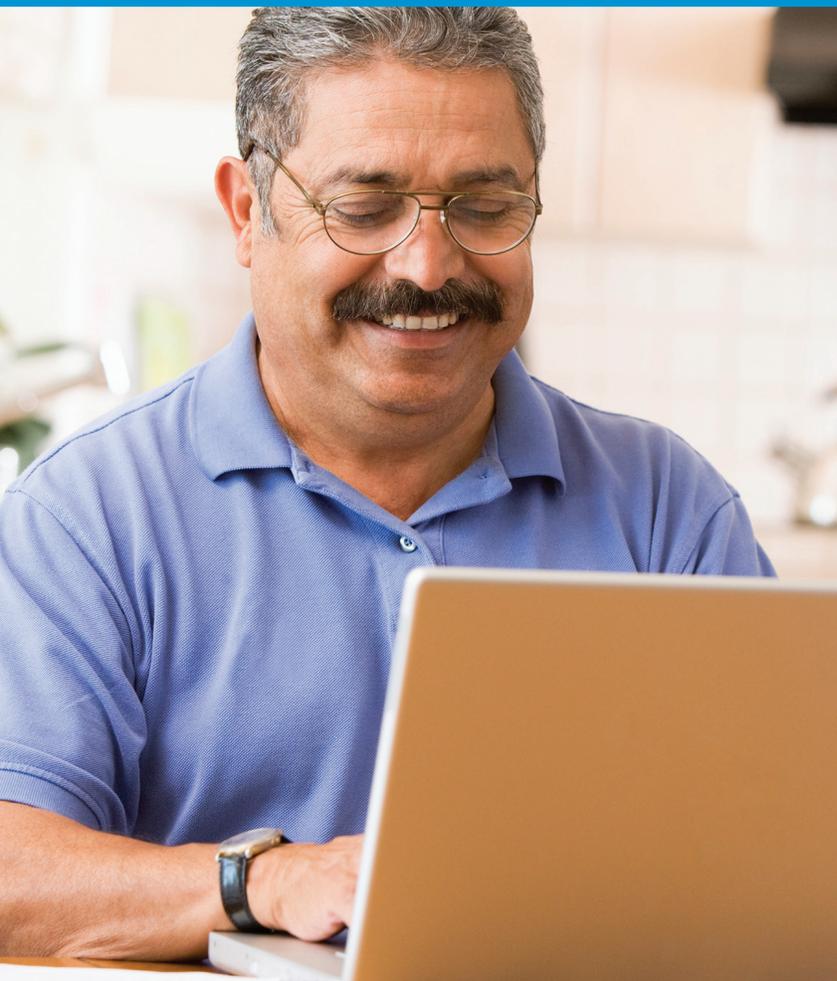
Con su cuenta de TennCare Connect, podrá:

- Ver la información de su caso y las fechas de elegibilidad de cobertura.
- Enviar solicitudes de TennCare.
- Actualizar su dirección.
- Cambiar el nivel de sus ingresos.
- Renovar sus beneficios una vez al año cuando le toque.
- Cargar los documentos solicitados, tales como talonarios de paga o impuestos.
- Recibir avisos electrónicos.

También cuentan con una aplicación móvil gratuita. Busque TennCare en la tienda de aplicaciones Apple App Store® o Google Play™. Cree una cuenta y descargue la aplicación hoy mismo.



¿Se mudó? Asegúrese de que TennCare tenga su nueva dirección para garantizar que sus beneficios permanezcan activos.



## Haga más en línea.

### Amerigroup app

Encuéntrela en App Store® o en Google Play™.

- Vea su tarjeta de identificación de miembro en su teléfono inteligente en cualquier momento.
- Busque un doctor cerca de usted.
- Llame a un enfermero para obtener respuestas a sus preguntas de salud las 24/7.
- Administre sus medicamentos con receta.



### Amerigroup blog

Visite [blog.myamerigroup.com](http://blog.myamerigroup.com).

- Leer lo último en novedades médicas y consejos de salud.
- Obtenga más información sobre cómo funciona Medicaid y sobre su plan de seguro médico.
- Encuentre recursos en la comunidad.





## TennCare CHOICES y Employment and Community First (ECF)

**CHOICES** son los programas de servicios de atención a largo plazo de TennCare.

### Eso incluye:

- Atención en una casa de convalecencia.
- Apoyo en su propia casa o en la comunidad (en lugar de tener que ir a una casa de convalecencia).

**Si piensa que requiere servicios de atención a largo plazo, llame al 866-840-4991 (TRS 711).**

## Si necesita transporte, podemos ayudarle.

Ofrecemos transporte gratuito desde y hacia las citas de atención médica (no de emergencia) y la farmacia. Llame al 866-680-0633.

**Recuerde, cuando necesite transporte en una emergencia médica, llame al 911.**



## Consulte su manual en línea.

Es su guía para todos los beneficios de su plan de seguro médico.

Visite [myamerigroup.com/TN](http://myamerigroup.com/TN), elija el plan en el que está inscrito, luego desplácese hacia abajo para buscar el enlace a su manual para miembros. Si prefiere una copia impresa, llámenos al 800-600-4441 (TRS 711). Le enviaremos una gratis.





## ¡Ayúdenos a combatir el fraude!

Para denunciar el fraude o el abuso a Office of Inspector General, OIG (la Oficina del Inspector General) puede llamar gratis al **800-433-3982**. También puede ir a [tn.gov/tenncare](http://tn.gov/tenncare) y seleccionar **Report TennCare Fraud**. Para reportar el fraude o el maltrato de un paciente por parte de un proveedor a Medicaid Fraud Control Unit, MFCU (la Unidad de Control de Fraude de Medicaid), llame gratis al 800-433-5454.

A quién llamar	Para preguntas sobre ... 
<b>Servicios al Miembro</b> Miembros de TennCare: 800-600-4441 (TRS 711) Miembros de CHOICES/ECF CHOICES: 866-840-4991 (TRS 711)	Sus beneficios, programas especiales de salud, buscar un doctor y otras preguntas sobre el plan de seguro médico.
<b>24-hour Nurse HelpLine (Línea de ayuda de enfermería de 24 horas):</b> 866-864-2545 (TRS 711)	Una enfermedad, lesión u otro problema médico.
<b>Línea directa para TennCare Connect:</b> 855-259-0701	Solicitud o renovación de TennCare.

### Spanish: Español

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

### Kurdish: كوردی

ئاگاداری: ئەگەر بە زمانی کوردی قەسە دەکەیت، خزمەتگوزاریەکانی یارمەتی زمان، بەخۆڕایی، بۆ تۆ بەر دەستە. 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. ¿Siente que no le dimos ayuda o que lo tratamos mal? Llame al 800-600-4441 (TRS 711) o al TennCare 855-857-1673 (TRS 711) gratuitamente.

