



Salud y bienestar

Otoño de 2025

¡Hola!

El otoño está aquí, y es un buen momento para comenzar de nuevo con nuevas rutinas, energía de regreso a la escuela y un enfoque en su salud. En este boletín informativo de CareFirst CHPMD del tercer trimestre, tenemos toda la información útil que necesita para el otoño. En el interior, encontrará actualizaciones sobre medicamentos recetados, chequeos, apoyo durante el embarazo y consejos para recibir atención. Ya sea que esté tratando un problema de salud o simplemente desee mantenerse saludable, estamos aquí para ayudarle. ¡Esperamos que disfrute de esta edición!

With Care

¡Involúcrese con CareFirst!

¡El Centro de compromiso de CareFirst (CEC) reúne recursos comunitarios para ayudarle a vivir una vida más saludable! Ofrecemos clases de acondicionamiento físico GRATUITAS, entrenamiento con CPR/AED, talleres de autodefensa para mujeres, clases de bienestar y ¡mucho más!

Regístrese en el Centro de compromiso de CareFirst BlueCross BlueShield y planifique unirse a nosotros en una de nuestras dos ubicaciones:

CareFirst Engagement Center 1501 South Clinton Street Baltimore, MD 21224

CareFirst Engagement Center 3201 Tioga Parkway, Suite W Baltimore, MD 21215



Renovación de sus beneficios de Medicaid

Si alguien en su hogar está inscrito en Medicaid o en el Programa de Salud para Niños de Maryland (Maryland Children's Health Program, MCHP), no es necesario que haga nada durante el período de inscripción abierta, a menos que haya recibido un aviso que le indique que debe renovar la cobertura. Los afiliados de Medicaid/MCHP generalmente

renuevan la cobertura cada 12 meses. Asegúrese de que la información de contacto que tiene registrada en Maryland Health Connection (MHC) esté actualizada. Inicie sesión en su cuenta en marylandhealthconnection.gov o llame al 855-642-8572 para comenzar.

CareFirst CHPMD MyHealth Portal

¿Desea acceso instantáneo a la información de su plan? ¡Es fácil!

A través del portal MyHealth, los miembros pueden acceder fácilmente a la información las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Puede hacer lo siguiente:

- Ver los beneficios
- Verificar el estado de una reclamación
- Verificar aprobaciones
- Solicitar una tarjeta de identificación
- Actualizar datos demográficos
- Iniciar sesión como miembro



Para conocer más o registrarse, visite members.carefirstchpmd.com/Portal-Login.

Tenga en cuenta que, al usar MyHealth Portal, usted acepta los Términos de uso. El uso de este portal no confirma la inscripción en el plan.

Llame a nuestro Departamento de Servicios para Miembros al **410-779-9369** o al **800-730-8530** (TTY: 711) para confirmar el estado de la inscripción. El acceso al portal puede demorar entre 5 y 7 días hábiles.

Rincón familiar



Ayuda para un embarazo saludable

En su primera visita prenatal, su médico puede completar un formulario llamado Evaluación de riesgos prenatales de Maryland (Maryland Prenatal Risk Assessment, MPRA). Le pregunta sobre su salud y la ayuda a conectarse con servicios que apoyan su embarazo.

Después de completar el formulario, se envía al departamento de salud y al plan de salud de su condado. Un/a enfermero/a puede comunicarse con usted para compartir programas útiles como visitas a domicilio, administración de casos, apoyo para la adicción, el programa Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC), Supplemental Nutrition Assistance (SNAP) y ayuda de guardería.

Estos servicios están aquí para brindarle apoyo a usted y a su bebé.

Apoyo de doulas

Las doulas son ayudantes capacitadas que la apoyan antes, durante y después del nacimiento. Trabajan con su médico, partera o enfermera.

Las doulas pueden ayudarle a comprender los cambios en su cuerpo, mantenerse saludable, aprender sobre la lactancia y encontrar recursos. También enseñan técnicas de comodidad, como respirar y relajarse durante el trabajo de parto.

Los servicios de las doulas son gratis para miembros elegibles de Medicaid. Para encontrar una doula, comuníquese con Servicios para Miembros de CareFirst CHPMD.

Administración de casos

Si tiene una afección médica compleja, puede solicitar ayuda a través de Administración de casos. Llame a Servicios para Miembros al **410-779-9369** o al **800-730-8530** (TTY: 711), o envíe un correo electrónico a CHPMDMembers@carefirst.com para obtener más información.

Usted, su cuidador o su médico pueden solicitar estos servicios. Son gratis y opcionales. Es posible que se comuniquen con algunos miembros o que se inscriban en función de sus necesidades de salud, pero siempre es su elección unirse.

Si está embarazada, puede obtener ayuda a través de nuestro programa Baby Steps. Su administrador de casos de enfermería obstétrica la ayudará a obtener la atención que necesita, incluidas las pruebas o visitas especiales. También compartirán consejos de salud y la conectarán con recursos comunitarios.

Puede encontrar más detalles en su Manual para miembros en nuestro sitio web en "Para miembros".

Examen de próstata

El examen de detección del cáncer de próstata es una parte importante de mantenerse saludable para los hombres, especialmente entre los 55 y los 69 años. Es posible que algunas personas necesiten exámenes de detección antes, a partir de los 50 o 45 años si son de origen afroamericano o tienen antecedentes familiares de cáncer de próstata.

El examen ayuda a detectar el cáncer temprano, que es cuando el tratamiento funciona mejor. Hable con su médico de atención primaria para ver si los exámenes de detección son adecuados para usted. Puede incluir un análisis de sangre PSA o un examen rectal.

Si tiene preguntas o desea programar un examen de detección, comuníquese con Servicios para Miembros. Estamos aquí para ayudarle.

Manual para miembros

Los beneficios que tiene a través del programa Maryland HealthChoice se explican en el Manual para miembros de CareFirst CHPMD. El Manual para miembros se puede encontrar en la sección "For Members" en nuestro sitio web: carefirst.com/medicaid.

Si desea que se le envíe una copia por correo, comuníquese con Servicios para Miembros al 410-779-9369 o al 800-730-8530 (TTY: 711).

Búsqueda de un proveedor

¿Necesita encontrar un proveedor dentro de su red? Use nuestra herramienta de búsqueda en línea en providersearch.carefirstchpmd.com. Puede buscar por especialidad, ubicación o nombre.

Para encontrar médicos que brinden atención de afirmación de género, elija sus criterios, luego vaya a la sección Languages and Skills y seleccione *Gender Affirming Care*.

Verificamos la información del proveedor, como nombre, sexo, especialidad, afiliación a hospitales, grupo médico, certificación de la junta, ubicación del consultorio, idiomas hablados y si aceptan nuevos pacientes, cada tres años. Los proveedores pueden actualizar su información en cualquier momento.

Para obtener los detalles más actuales, comuníquese directamente con el proveedor o visite la herramienta de búsqueda en línea.

Puede programar una cita con su PCP llamando directamente a su consultorio.

El número de teléfono se encuentra en la tarjeta de identificación de miembro.

Recomendamos a todos los miembros que programen una visita a su PCP tan pronto como estén inscritos. Aunque no esté enfermo, es importante que vea a su PCP al menos una vez al año para realizarse un examen físico.

Su PCP también puede ayudarle a acceder a atención especializada. Identificarán el especialista adecuado para sus necesidades y le proporcionarán una derivación. Antes de su cita, visite providersearch.carefirstchpmd.com para confirmar que el especialista forme parte de la red.



Servicios fuera de la red

CareFirst CHPMD cubre los servicios de proveedores fuera de la red solo cuando esos servicios no pueden proporcionarse dentro de la red o cuando califican como beneficios de autoderivación.

Para los cuidados que no sean de emergencia, su proveedor debe solicitar aprobación previa, a menos que el servicio sea un beneficio de autoderivación. Algunos ejemplos de beneficios de autoderivación incluyen cuidados de emergencia, planificación familiar y servicios en centros de salud escolares.

Para solicitar la aprobación, su proveedor debe comunicarse con CareFirst CHPMD. Para obtener una lista completa de los beneficios cubiertos, los servicios de autoderivación y las exclusiones, consulte el Manual para miembros de CareFirst CHPMD.

Continuidad de la atención

Si actualmente recibe atención por una afección médica y es elegible por uno de los siguientes motivos, tiene derechos especiales de "continuidad de la atención" en Maryland:

- Es nuevo en HealthChoice (el Programa de Atención Médica Administrada de Maryland).
- Se cambió a la organización de atención administrada (Managed Care Organization, MCO) de HealthChoice desde otra MCO.
- Se cambió a HealthChoice desde el plan de beneficios de salud de otra compañía.

Si su cirugía u otros servicios anteriores fueron aprobados previamente por la MCO, es posible que no necesite obtener una nueva aprobación de CareFirst CHPMD para someterse a la cirugía o continuar recibiendo los servicios. Además, para ciertas afecciones, si consulta a un proveedor que es un proveedor participante de su antigua compañía o MCO, pero no de CareFirst CHPMD, puede continuar consultando a su proveedor durante un tiempo limitado como si el proveedor fuese un proveedor participante con nosotros.

- Para obtener más información sobre cómo podría ser elegible para la continuidad de la atención, consulte el Manual para miembros en carefirst.com/medicaid.



¿A quién llamo cuando necesito ayuda?

Llame a Servicios para Miembros de CareFirst CHPMD si necesita ayuda. Estamos aquí para hablar con usted de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., llamando al **410-779-9369** o al **800-730-8530**. Los usuarios de TTY deben llamar al 711. Si cree que necesita cuidado de emergencia, llame al 911.

Los servicios de interpretación están disponibles sin costo para las visitas al consultorio médico.

Asistencia fuera del horario de atención

Si cree que necesita atención después del horario de atención normal, el mejor número para comenzar es el número de teléfono del consultorio de su PCP. El consultorio de su PCP tendrá un servicio de respuesta o un centro de mensajes que puede ayudarle a acceder a la atención o al asesoramiento médico que necesita.

Servicios de emergencia

Para emergencias que no sean potencialmente mortales, trate lo siguiente:

- Llame a la Línea de asesoramiento de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana al **800-231-0211** (TTY: 711) en cualquier momento para obtener orientación sobre qué hacer en caso de una emergencia.
- Visite el consultorio de su PCP sin cita previa y proporcione una descripción general de sus síntomas.
- Visite un centro de urgencia antes de ir a la sala de emergencia o al hospital.

Recuerde: Si su emergencia pone en riesgo la vida, llame al 911 de inmediato.

Cómo comunicarse con nosotros



Si tiene alguna pregunta sobre la información de este boletín informativo, desea hablar con alguien del Departamento de Gestión de la Utilización (Utilization Management, UM), necesita ayuda para programar una cita con un médico de atención primaria (primary care provider, PCP) o desea hablar acerca de otros servicios de atención de la salud, comuníquese con nuestro Departamento de Servicios para Miembros. Nos complacerá ayudarle.

- El personal de CareFirst CHPMD se identifica por nombre, cargo y nombre de la organización al realizar o recibir una llamada. Estamos disponibles de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m. Si nos llama fuera del horario de atención normal, escuche nuestro mensaje fuera del horario de atención para obtener instrucciones. También puede dejar un mensaje de correo de voz o enviarnos un correo electrónico. Todos los mensajes de correo de voz y correos electrónicos se responderán el siguiente día hábil.
- Local: **410-779-9369**
- Número gratuito: **800-730-8530** (TTY: 711)
- Correo electrónico: **CHPMDMembers@carefirst.com**
- Sitio web: **carefirst.com/medicaid**

Rincón de la farmacia

Wegovy y Zepbound

CareFirst CHPMD actualiza regularmente su lista de medicamentos aprobados (denominada formulario) para asegurarse de que usted tenga acceso a medicamentos que apoyen su salud.

Wegovy está cubierto cuando se usa para reducir el riesgo de afecciones cardíacas en miembros con enfermedad cardíaca conocida. También puede estar cubierto si tiene 18 años o más, tiene un IMC de 27 o más y no tiene diabetes tipo 1 o tipo 2.

Zepbound se agregó al formulario el 15 de abril de 2025. Puede estar cubierto si tiene 18 años o más, tiene apnea obstructiva del sueño de moderada a grave, un IMC de 30 o más y no tiene diabetes tipo 1 o tipo 2.

Estos medicamentos no están cubiertos cuando se usan solo para bajar de peso. La pérdida de peso no es un beneficio cubierto. Para obtener más información, visite carefirst.com/medicaid o llame a Servicios para Miembros al 410-779-9369 o al 800-730-8530 (TTY: 711).

Autorización previa

Algunos medicamentos y productos requieren aprobación antes de poder recetarse. Este proceso, llamado autorización previa, ayuda a garantizar que el tratamiento sea seguro, eficaz y adecuado para su atención.

Su proveedor es responsable de enviar la solicitud y cualquier información clínica necesaria. Estas solicitudes son revisadas por el administrador de beneficios de farmacia de CareFirst CHPMD, CVS Health, utilizando pautas clínicas. CVS tomará una decisión dentro de las 24 horas de recibir la solicitud. Si se necesita más información, su proveedor tiene hasta 14 días calendario para enviarla.

Para iniciar una solicitud de autorización previa, su proveedor puede llamar a CVS Health al 877-418-4133. Durante la llamada, CVS puede compartir los criterios utilizados para evaluar la solicitud.

Excepciones de medicamentos

Si un medicamento que necesita no está cubierto, su proveedor puede solicitar una excepción. Esto puede considerarse cuando el formulario no satisface sus necesidades clínicas. Esté listo para compartir documentación que demuestre que ha intentado y no ha respondido a las opciones del formulario.

Para solicitar una excepción, comuníquese con CVS Health al 877-418-4133. El formulario se actualiza trimestralmente, pero pueden ocurrir cambios en cualquier momento. Puede encontrar la lista más reciente de los medicamentos cubiertos y las actualizaciones en carefirst.com/medicaid.

Riesgos y alternativas de los opioides

Los opioides pueden ayudar a controlar el dolor de moderado a intenso, pero implican riesgos graves como adicción, sobredosis y muerte. El uso a largo plazo puede provocar tolerancia y dependencia, incluso cuando se toma según las indicaciones. Los efectos secundarios pueden incluir estreñimiento, náuseas, somnolencia, mareos, confusión y dificultad para respirar.

¿Cuáles son algunas alternativas a los opioides?

Muchos tratamientos funcionan bien para el dolor crónico y tienen menos riesgos. Estos incluyen:

- Medicamentos de venta libre como el Tylenol (acetaminofeno), Advil (ibuprofeno) y Aleve (naproxeno)
- Medicamentos recetados que no son opioides, como lidocaína y los AINE
- Fisioterapia y ejercicio
- Algunos medicamentos que se usan para la depresión o las convulsiones

¿Necesita ayuda o más información?

Visite carefirst.com/medicaid o llame a Servicios al Miembro al 410-779-9369 o al 800-730-8530 (TTY: 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.



Programa MyHealth Rewards

Cómo funciona MyHealth Rewards

Su salud es muy importante para nosotros. Es por eso que CareFirst CHPMD ofrece un programa gratuito llamado MyHealth Rewards. Si es elegible, puede ganar tarjetas de regalo haciendo actividades saludables.

No solo recibirá una tarjeta de regalo, sino que también mejorará su salud. Este programa es gratis, así que asegúrese de unirse.

- Complete las actividades: Realice las actividades saludables entre el 1 de enero y el 31 de diciembre del año de beneficios en curso.
- Una tarjeta de regalo por año: Puede obtener una tarjeta de regalo por año por cada actividad para adultos y pediátrica.
- Actividades de maternidad: Puede obtener una tarjeta de regalo por cada embarazo.
- Reclame su tarjeta de regalo: asegúrese de reclamar su tarjeta de regalo para del 31 de enero del próximo año.

- Vea a un médico: Para obtener la(s) tarjeta(s) de regalo de bienestar para adultos y niños, usted o su hijo deben consultar a un médico. Encuentre un médico con nuestra herramienta de búsqueda o llame al Equipo de Calidad al **410-921-2130** (TTY:711) de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m. para obtener ayuda.
- Contáctenos: Después de completar la actividad, llame al Equipo de Calidad al **410-921-2130** (TTY:711) de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., y proporciónenos lo siguiente:
 - ☐ Su número de identificación de miembro
 - ☐ Fecha de su visita o clase
 - ☐ Nombre del proveedor

La obtención de su tarjeta de regalo puede demorar de 6 a 8 semanas después de que recibamos su información.

Actividades de bienestar

Adulto			
Actividad	Descripción	Monto de la tarjeta de regalo	Miembros elegibles
SSI ¹ Consulta médica anual	Visita con el médico para controlar su salud general	\$75 de enero a julio; \$50 de agosto a diciembre	Miembros de CareFirst CHPMD de 21 a 64 años
Prueba de A1C	Prueba de diabetes para controlar su nivel de hemoglobina A1C	\$50	Miembros de CareFirst CHPMD de 18 a 64 años
Control de la A1C	Prueba de diabetes para controlar su nivel de hemoglobina A1C	\$80	Miembros de CareFirst CHPMD de 18 a 64 años
Examen de la vista para diabéticos	Examen para controlar su visión y la salud de su vista	\$50	Miembros de CareFirst CHPMD de 18 a 64 años
Examen de detección de cáncer de mama	Examen para detectar cáncer de mama	\$50	Miembros de CareFirst CHPMD de 50 a 64 años que se han realizado al menos una mamografía de detección en las mamas en los últimos dos años
Examen de detección de cáncer de cuello de útero	Examen para detectar cáncer cervical	\$50	Miembros de CareFirst CHPMD de 24 a 64 años que se han realizado al menos un examen de detección de cáncer cervical en los últimos tres años
Exámenes de detección de cáncer colorrectal ²	Examen para detectar cáncer de colon	\$25	Miembros de CareFirst CHPMD de 50 a 75 años
Pediatria			
Actividad	Descripción	Monto de la tarjeta de regalo	Miembros elegibles
SSI ¹ Consulta médica anual	Visita con el médico del niño para controlar su salud general	\$75 de enero a julio; \$50 de agosto a diciembre	Miembros de CareFirst CHPMD de 0 a 20 años
Visita de bienestar del niño (a los 30 meses)	Visita con el médico del niño para controlar su salud general	\$15 por visita; no más de ocho visitas antes de los 3 años	Miembros de CareFirst CHPMD de 0 a 3 años
Prueba de detección de plomo de 1 año	Extracción de sangre para detectar plomo en la sangre de su hijo	\$75	Miembros de CareFirst CHPMD que cumplen 1 año ese año
Prueba de detección de plomo de 2 años	Extracción de sangre para detectar plomo en la sangre de su hijo	\$50	Miembros de CareFirst CHPMD que cumplen 2 años ese año
Visita de bienestar del niño (niños en edad escolar de 10 a 13 años)	Visita con el médico del niño para controlar su salud general	\$30	Miembros de CareFirst CHPMD de 10 a 13 años
Visita de bienestar del niño (niños mayores de 18 a 21 años)	Visita con el médico del niño para controlar su salud general	\$75	Miembros de CareFirst CHPMD de 18 a 21 años
Vacunas (0 a 2 años)	Visita con el médico del niño para obtener las vacunas necesarias	\$30	Miembros de CareFirst CHPMD de hasta 2 años que han recibido todas las vacunas, incluida la vacuna contra la gripe
Revisión de vacunas al 13.º cumpleaños	Visite al médico del niño para asegurarse de que recibió todas las vacunas importantes	\$30	Miembros de CareFirst CHPMD que tienen 13 años ³

¹ Seguridad de Ingreso Suplementario

² Para obtener la tarjeta de regalo para el examen colorrectal, también debe haber completado una de estas pruebas: prueba de sangre oculta en heces (en el último año), sigmoidoscopia flexible (dentro de los cinco años), colonoscopia (dentro de los diez años), colonografía por TC (dentro de los cinco años) o prueba de ADN en heces (dentro de los tres años).

³ Para obtener esta tarjeta de regalo, los niños de 13 años deben recibir: una dosis de la vacuna antimeningocócica, una vacuna Tdap y la serie de vacunas contra el VPH completa.

Comprometidos con la salud comunitaria y el impacto social

Estamos a sus órdenes

La salud está impulsada no solo por la atención médica, sino también por factores sociales, económicos y ambientales que pueden crear obstáculos para una buena salud. Para derribar las barreras y abordar las necesidades básicas de nuestra comunidad, CareFirst CHPMD se ha asociado con findhelp, una herramienta que conecta a las personas, las familias y los amigos con recursos gratis o de bajo costo. Ya sea para usted o para otra persona, busque de manera anónima asistencia financiera, transporte, servicios legales y más.

Creemos que su código postal no debería determinar cuánto tiempo o qué tan bien vive. Mantenerse saludable es más que consultar a un médico cuando está enfermo. Es acceso a transporte confiable, educación y alimentos saludables. Es vivir en un vecindario seguro. Y como mantenerse saludable se trata de más, CareFirst CHPMD hace más. Busque y conéctese con recursos confiables en su comunidad a través de findhelp. Una mejor salud depende de ello.

Comidas a domicilio a través de Moveable Feast

CareFirst CHPMD proporcionará hasta 18 comidas nutritivas a los miembros elegibles, que se están recuperando de una estadía como paciente hospitalizado en un hospital y no tienen apoyo en el hogar al momento del alta. Los miembros necesitan que sus médicos o planificadores del alta del centro obtengan una autorización previa para las comidas del equipo de Gestión de la Utilización de CareFirst CHPMD. Esto generalmente es manejado/iniciado por UM.



Asistencia para miembros

La asistencia financiera, los bancos de alimentos, la atención médica y otra ayuda gratis o a un costo reducido comienzan aquí: carefirst.findhelp.com



Aviso de prácticas de seguridad, uso y divulgación de información de salud protegida

Este aviso está disponible en la parte inferior de nuestro sitio web en Notice of Privacy Practices & HIPAA (Aviso de prácticas de privacidad e HIPAA). Si desea que se le envíe el aviso por correo, comuníquese con Servicios a Miembros. El aviso le informa:

- Cómo CareFirst CHPMD protege su información médica protegida
- Cuándo CareFirst CHPMD puede divulgar información médica protegida
- Su derecho a acceder a su información de salud protegida
- Responsabilidades que CareFirst CHPMD tiene para proteger su información médica protegida

Derechos y responsabilidades

CareFirst CHPMD proporciona cobertura médica a nuestros miembros de manera no discriminatoria, de acuerdo con la ley estatal y federal, independientemente del género, la raza, la edad, la religión, la nacionalidad, la discapacidad física o mental, o cualquier tipo de enfermedad o afección. Para revisar una lista completa de los derechos y las responsabilidades de los miembros de CareFirst CHPMD, visite la sección For Members (Para miembros) de nuestro sitio web o llame a Servicios para miembros y pida una copia del Manual para miembros.

Cómo presentar una queja

Si desea presentar una queja o una apelación, visite la sección "Members" de nuestro sitio web para obtener una copia del Formulario



Community Health Plan
Maryland

P.O. Box 915
Owings Mills, MD 21117

410-779-9369
carefirst.com/medicaid

HealthChoice is a Program of the Maryland Department of Health.

CareFirst BlueCross BlueShield Community Health Plan Maryland complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Español: ATENCIÓN: Si usted habla español, tenemos servicios de asistencia lingüística disponibles para usted sin costo alguno. Llame al 800-730-8530, (TTY 711).

Chino: 小贴士：如果您说普通话，欢迎使用免费语言协助服务。请拨 800-730-8530 (TTY: 711)。

CareFirst BlueCross BlueShield Community Health Plan Maryland is the business name of CareFirst Community Partners, Inc., an independent licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association. BLUE CROSS®, BLUE SHIELD® and the Cross and Shield Symbols are registered service marks of the Blue Cross and Blue Shield Association, an association of independent Blue Cross and Blue Shield Plans.

de apelaciones y quejas formales. Después de completar el formulario, envíelo por fax al **410-779-9367** o envíelo por correo a la dirección que figura a continuación. También puede presentar una queja o una apelación por teléfono comunicándose con Servicios para Miembros; sin embargo, las apelaciones telefónicas deben seguirse con una apelación por escrito. CareFirst BlueCross BlueShield Community Health Plan Maryland Attn: Appeals & Grievances Department P.O. Box 915, Owings Mills, MD 21117.

Servicios para Miembros:

Si necesita estos servicios, comuníquese con Servicios para Miembros al **410-779-9369** o al número gratuito **800-730-8530**, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., hora del este, de lunes a viernes. Los usuarios de TTY deben llamar al 711.



Aviso de no discriminación y accesibilidad del idioma

CareFirst CHPMD cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. CareFirst CHPMD no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

CareFirst CHPMD:

- Proporciona ayuda y servicios gratuitos a personas con discapacidades para comunicarse con nosotros de manera eficiente, por ejemplo:
 - ☐ Intérpretes capacitados en lenguaje de señas.
 - ☐ Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos).
- Proporciona servicios gratis de asistencia lingüística a personas cuyo idioma principal no sea el inglés, por ejemplo:
 - ☐ Intérpretes capacitados.
 - ☐ Información escrita en otros idiomas.