



MedStar Family  
Choice

DISTRICT OF COLUMBIA

VERANO 2021

# Boletín para inscritos

## ¡Verano de bienestar y de tarjetas de regalo!

Las vacunas y los chequeos anuales son importantes para mantenerlo a usted y a su familia saludables. Por eso, estamos entregando tarjetas de regalo de varios montos a los inscritos que se realicen sus chequeos (pruebas) y reciban sus vacunas cada año.

Sin chequeos médicos, podría haber problemas de salud sin detectar que empeorarían si no se realiza un tratamiento. Nuestro Departamento de Asistencia puede ayudarlo a usted y a su familia a programar cualquiera de las siguientes citas:

- Exámenes físicos anuales
- Pruebas de plomo
- Citologías vaginales
- Chequeos de niño sano
- Mamografías
- Pruebas de diabetes

Una vez que se haya realizado uno o más de los chequeos enumerados anteriormente, podría ser elegible para recibir una tarjeta de regalo. Ofrecemos las siguientes recompensas tan solo por asistir a las citas con el médico de bienestar:

- Hasta \$75 por completar las seis citas del niño sano de su bebé antes de sus 15 meses de vida.
- \$10 por realizarle a su hijo(a) la prueba de detección de plomo antes de los 12 meses de edad y \$10 por realizarle la segunda prueba antes de los 5 años.
- \$25 por su primera cita de atención prenatal durante los primeros tres meses de embarazo.
- \$25 por su primera cita posparto dentro de los 21 a 56 días siguientes al parto.
- Hasta \$50 por completar las citas del niño sano, incluido un examen dental (de 3 a 11 años).
- \$25 por realizar el examen físico para adolescentes (de 12 a 21 años).
- \$25 por realizarse una mamografía (50 años o más).
- Hasta \$75 por realizarse la prueba de diabetes y reducir el nivel de A1C a menos de 8 para el 30 de septiembre de 2021.

Para obtener más información, llame a nuestro Departamento de Asistencia al **855-798-4244** (elija la opción 1 y luego la 2).

## Alcance un verano saludable mediante el ejercicio.

Intente realizar al menos 75 minutos de actividad aeróbica cada semana. Extienda su ejercicio durante la semana. Cuanto más ejercicio haga, mayores serán los beneficios para su salud, por ejemplo:

- Tendrá energía y se mantendrá saludable.
- Se fortalecerán sus huesos y músculos.
- Su corazón estará más fuerte y saludable.
- Se evitará que aumente de peso.
- Lo ayudará a sentirse mejor consigo mismo.

Al principio, el ejercicio debe ser simple. Hay muchas formas de ejercitarse y divertirse con su familia, ¡como caminar, trotar, andar en bicicleta, jugar con sus mascotas, nadar y muchas más!



## Todas las mamás, nuevas o futuras, podrían ganar \$50 en tarjetas de regalo.

¿Sabía que MedStar Family Choice-DC tiene un programa posparto que puede ayudarla a cumplir con todas sus necesidades médicas? Además, puede calificar para recibir \$50 en tarjetas de regalo tan solo por seguir las orientaciones para citas del Distrito.

Es importante que se realice el examen posparto entre 21 y 56 días después de haber tenido a su bebé. Si tiene un parto por cesárea, es posible que su médico quiera verla en el consultorio dentro de dos semanas para revisar la sutura además de realizarle el examen posparto.

Le brindaremos transporte hacia y desde su cita, y recibirá una tarjeta de regalo por realizarse su examen. También puede ganar tarjetas de regalo adicionales por asistir a las citas del niño sano. Si tiene alguna pregunta o desea ayuda para programar su cita, llame al Departamento de Asistencia al **855-798-4244 (elija la opción 1 y luego la 2)**.



## Mantenga a sus hijos al día con las vacunas.

Las vacunas protegerán a sus hijos de enfermedades graves. Comuníquese con el médico de su hijo(a) y programe citas para las vacunas faltantes. Para consultar el calendario de vacunación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ingrese en [CDC.gov/Vaccines/Schedules/index.html](https://www.cdc.gov/Vaccines/Schedules/index.html).

El Departamento de Asistencia puede ayudarlo a:

- Programar una cita.
- Organizar el transporte hacia una cita.
- Responder las preguntas que tenga acerca de sus beneficios.

Comuníquese con el Departamento de Asistencia de lunes a viernes, de 8:00 am a 5:30 p.m., al **855-798-4244 (elija la opción 1 y luego la 2)**.

## ¿Usted o su hijo(a) acaba de cumplir 18 años?

Si es así, puede que sea el momento de buscar un nuevo médico. Al ser una persona adulta, las necesidades de atención médica cambian. Si usted o su hijo(a) mayor actualmente se atienden con un pediatra, es probable que desee cambiar a un proveedor de atención primaria (médico). Entre los proveedores de atención primaria para adultos se incluyen: medicina familiar, medicina general y medicina interna.

Si tiene preguntas sobre el tipo de proveedor que debe consultar, pregúntele a su médico. MedStar Family Choice-DC también puede ayudarlo a encontrar un nuevo médico en su área. Si desea obtener asistencia, llame a la línea de servicios para inscritos al **888-404-3549**.

## Obtenga más información sobre las vacunas contra la COVID-19.

Nos preocupamos por su salud y queremos que tenga la mayor cantidad de información posible sobre la vacuna. El Distrito ha publicado en línea información sobre la COVID-19. La página del Distrito sobre la COVID-19 es [Coronavirus.DC.gov](https://www.coronavirus.dc.gov). En [Coronavirus.DC.gov/VaccinateDC](https://www.coronavirus.dc.gov/VaccinateDC) podrá encontrar un centro de vacunación cercano. El sitio cuenta con información sobre los centros de vacunación sin cita previa. Estos lugares son para recibir la primera dosis. Cuando reciba su primera dosis, deberá programar una cita para recibir la segunda. Si no tiene acceso a Internet o no puede salir de su casa, llame al **855-363-0333** para obtener ayuda.

# Invitación a nuestros eventos virtuales.

Medstar Family Choice-DC ofrece una variedad de eventos virtuales todos los meses para usted y su familia.

## Orientación para nuevos inscritos:

Obtenga más información sobre los servicios, beneficios y derechos de su plan médico.

## Comité Asesor para Inscritos:

Brinde sus comentarios sobre nuestros servicios de atención médica. Con su opinión, podremos mejorar MedStar Family Choice-DC para usted y los demás inscritos.

## Clases de educación sobre la salud:

- Lunes de maternidad: para todas las mujeres embarazadas y las nuevas mamás.
- Obtenga más información sobre las mejores prácticas de sueño seguro para su bebé.
- Asista y obtenga una cuna Cribette gratis.
- Foros de salud
- Obtenga más información sobre la salud de la mujer, del hombre y mucho más de un panel de médicos.

## Ejercicio y clases de cocina:

- Clases de cocina y control de la diabetes
  - Reciba educación sobre diabetes de parte de instructores autorizados.
  - Controle los niveles de A1c con consejos y recursos saludables.
  - Reciba productos frescos para la clase de cocina virtual.
  - Aprenda a cocinar comidas saludables y deliciosas de la mano de un chef profesional.
- Viernes Gastronómicos con Giant Nutritionist
  - Controle su peso y coma saludablemente dentro de su presupuesto.
- Miércoles de bienestar
  - Acompañe a nuestros instructores de entrenamiento físico y aprenda cómo reducir el estrés a través del yoga, la conciencia plena, el ciclismo y más.

Para obtener más información sobre estas clases, llame al Departamento de Asistencia al **855-798-4244** (elija la opción 1 y luego 2).

# Cómo tener mejores conversaciones con su médico.

Usted tiene un papel muy importante en su atención médica.

La buena comunicación con su médico es clave. A continuación, se incluyen algunas cosas que pueden ayudarlo a aprovechar al máximo sus visitas al médico:

- Escriba sus preguntas antes de la cita.
- Escuche atentamente los consejos que le dé su médico.
- Asegúrese de seguir las instrucciones de su médico. Hágase los análisis de laboratorio u otras pruebas que su médico le pida que se haga.
- Asegúrese de que le tomen la presión arterial en cada cita médica. Esto incluye citas con su médico de atención primaria y con especialistas.
- Si estuvo hospitalizado o tuvo que ir a la sala de urgencias, avísele a su médico. Todos los médicos que participan en su atención deben saberlo.
- Su médico de atención primaria debe recibir la información sobre su estadía en el hospital, conocida como informe de alta médica. El informe de alta médica cuenta con la información detallada sobre la atención que recibió en el hospital. Es muy importante que programe una cita de seguimiento con su médico con respecto a cualquier estadía hospitalaria. Pregúntele a su médico de atención primaria si ha recibido una copia del informe de alta médica. Si no lo tiene, sugiérole que solicite una copia al hospital; esto es muy importante para poder gestionar su atención médica.



## Transporte para los inscritos de DC Healthcare Alliance.

Ahora ofrecemos servicios de transporte, a través de Access2Care, tanto para DC Healthy Families como para DC Healthcare Alliance. Si necesita transporte para asistir a una cita médica, incluso para recibir la vacuna contra la COVID-19, puede programarlo las 24 horas del día, los 7 días de la semana, llamando al **866-201-9974**. El transporte debe programarse al menos tres días hábiles antes de una cita regular. Para las consultas de urgencia o de Detección, Diagnóstico y Tratamiento Temprano y Periódico (EPSDT, en inglés), el servicio debe programarse al menos un día hábil antes.

# Las instalaciones de nuestros proveedores son seguras y están listas para atenderlo.

Muchos de nosotros hemos experimentado miedo y ansiedad por la pandemia de COVID-19 cuando buscamos atención médica. MedStar Family Choice-DC quiere asegurarse de que no postergue sus necesidades médicas. La detección temprana y el tratamiento son importantes para gozar de buena salud. Su salud y seguridad son siempre las principales prioridades. Nuestro objetivo es protegerlo, mientras le brindamos la atención que necesita en el entorno más apropiado y seguro. Las citas por video y teléfono pueden ser opciones para muchas necesidades médicas. Pero, en algunos casos, lo mejor es tener una cita en persona. Queremos asegurarle que, si necesita una cita en persona, estará protegido.

Cuando vaya a cualquiera de las instalaciones de MedStar Family Choice-DC, podrá encontrar:

- **Proveedores seguros:** nuestros médicos, enfermeros y demás personal de atención médica utilizan el equipo de seguridad adecuado para protegerse a sí mismos y a usted, y así mantener a todos sanos.
- **Uso de mascarillas:** todos los pacientes y visitantes deben usar una mascarilla durante su cita, independientemente de los síntomas. Le brindaremos una si es necesario.

- **Limpieza y desinfección:** sanitizamos y desinfectamos minuciosamente todas las salas de exámenes, espera y procedimientos varias veces al día.
- **Higiene de manos:** las estaciones dispensadoras de desinfectante de manos están disponibles en todas las instalaciones.
- **Citas escalonadas:** gestionamos cuidadosamente nuestros horarios para minimizar la cantidad de personas que ingresan al mismo tiempo.
- **Chequeos preventivos a pacientes y visitantes:** examinamos a todos los pacientes y visitantes aprobados para detectar síntomas en cada hospital, consultorio médico e instalación de fisioterapia.
- **Distanciamiento físico:** mientras se encuentre dentro de nuestras instalaciones, lo ayudaremos a respetar el distanciamiento físico mediante el uso de marcadores de piso, señalizaciones y áreas de espera reconfiguradas. Pero nunca se sentirá socialmente distante.

Nos preocupamos por usted y su familia. Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda para programar una cita, llame a la línea de servicios para inscritos al **888-404-3549**.

## La seguridad del paciente es primordial para su atención médica.

La seguridad del paciente es uno de los mayores desafíos en la atención médica del país. Hay varias cosas que puede hacer para contribuir a obtener una atención médica más segura. Algunas son tan simples como asegurarse de que cuando esté en el hospital, su pulsera tenga el nombre correcto. Probablemente haya visto su historia clínica en el consultorio de su médico. De hecho, es posible que tenga historias clínicas en consultorios de varios médicos. Si ha estado en el hospital, también tendrá una historia clínica allí. Para realizar un seguimiento de toda esta información, es una buena idea mantener sus propios registros. ¿Qué tipo de información debe incluir en un registro de salud personal?

### Podría comenzar con lo siguiente:

- Su nombre, fecha de nacimiento, tipo de sangre y contacto en caso de urgencias.
- La fecha de su último examen físico.
- Las fechas y los resultados de las pruebas y exámenes.
- Principales enfermedades y cirugías, y las fechas en las que ocurrieron.
- Una lista de sus medicamentos, dosis y cuánto tiempo los ha tomado.
- Una lista de las alergias que pueda tener.
- Una lista de enfermedades crónicas que pueda tener.
- El historial de enfermedades en su familia.

### También asegúrese de lo siguiente:

- Elija un médico con quien se sienta cómodo al hablar. Haga preguntas en caso de tener dudas o inquietudes y asegúrese de comprender las respuestas. Lleve a un familiar o amigo para que le ayude a hacer preguntas y comprender las respuestas.
- Entregue a su médico y farmacéutico una lista de todos los medicamentos que toma, incluidos los de venta libre. Infórmeles sobre cualquier alergia que tenga a ciertos medicamentos. Pregunte sobre los efectos secundarios y qué evitar mientras toma el medicamento. Lea la etiqueta cuando reciba su medicamento, incluidas todas las advertencias.



# Comprender las picaduras de garrapatas y la enfermedad de Lyme.

La enfermedad de Lyme es una infección que se transmite por la picadura de garrapatas. Esta enfermedad es la infección transmitida por garrapatas más comúnmente informada en los Estados Unidos. La enfermedad de Lyme sin tratar puede producir una amplia gama de síntomas. Estos síntomas incluyen fiebre, fuertes dolores de cabeza, fatiga, sarpullido, parálisis facial, dolor muscular y artritis. Si bien se deben tomar medidas preventivas contra las garrapatas durante todo el año, las garrapatas están más activas durante los meses más cálidos. Se debe tener especial cuidado de abril a septiembre.

Estos son algunos consejos para evitar las picaduras de garrapatas:

- Evite las áreas boscosas y los matorrales con hierba alta y hojarasca.
- Camine por senderos.
- Use repelente de insectos con un 20 por ciento o más de DEET, picaridina o IR3535 en la piel expuesta (los padres y las madres deben aplicar este producto a sus hijos, evitando las manos, los ojos y la boca).

La Agencia de Protección Ambiental brinda en su sitio web información para que encuentre el repelente de insectos adecuado para su familia; ingrese en [EPA.gov/Insect-Repellents](https://www.epa.gov/insect-repellents).

Para eliminar las garrapatas que puedan tener usted, sus hijos o sus mascotas, siga los siguientes pasos:

- Use pinzas de punta fina para agarrar la garrapata lo más cerca posible de la superficie de la piel.
- Tire hacia arriba con una presión constante y uniforme para quitar la garrapata. Evite moverse o sacudirse.
- Limpie el área de la picadura y sus manos con alcohol etílico medicinal o con agua y jabón.
- No use esmalte de uñas, vaselina ni fósforos calientes para hacer que la garrapata se desprenda.
- Si las piezas bucales de las garrapatas quedan en la piel, déjelas allí. En la mayoría de los casos, se caen luego de unos pocos días.

Para obtener más información sobre cómo prevenir las picaduras de garrapatas, eliminarlas y detectar signos y síntomas de las enfermedades transmitidas por estas, ingrese en [CDC.gov/Ticks](https://www.cdc.gov/ticks).



## ¿Qué es la Gestión de Utilización (UM)?

Para garantizar que los inscritos obtengan la atención médica necesaria, MedStar Family Choice-DC (MFC-DC) sigue un proceso de revisión básico llamado Revisión de Utilización. El proceso comienza cuando el médico del inscrito(a) envía una solicitud de servicios médicos al Departamento de Gestión de Utilización de MFC-DC, generalmente por fax. Nuestro personal clínico experimentado revisa todas las solicitudes y toma decisiones basadas en criterios nacionales (estándares), como las pautas de InterQual y Medicaid. Nuestros médicos revisan las necesidades de los inscritos que no cumplen con los criterios habituales para determinar si son médicamente necesarias. Las decisiones de la UM solo se basan en si el servicio es médicamente necesario y si está cubierto.

Nuestro personal de la UM, los proveedores o cualquier persona contratada por nosotros no reciben ninguna recompensa financiera por emitir denegaciones de cobertura y atención. Además, no reciben ninguna recompensa financiera por alentar decisiones que resultan en un menor uso de los servicios. Las solicitudes se consideran completas cuando MFC-DC recibe toda la información médica necesaria. La decisión final no puede demorar más de 14 días, se haya recibido o no toda la información clínica.

Tomaremos una decisión o solicitaremos información clínica adicional para solicitudes de medicamentos dentro de las 24 horas posteriores a la recepción de la solicitud. La decisión final no tomará más de 72 horas para solicitudes urgentes o 14 días para solicitudes estándar (de rutina). Si MFC-DC rechaza la solicitud, el proveedor y la persona inscrita recibirán una copia de la carta de denegación. La carta incluirá instrucciones sobre cómo apelar la decisión, si es necesario.

# Conozca los peligros de los opioides y otros medicamentos contra el dolor.

Es posible que los medicamentos contra el dolor no lo eliminen del todo. El objetivo es controlar su dolor mientras se recupera. Es normal que aún sienta dolor al moverse mientras mejora.

## ¿Qué son los opioides?

Los opioides son una clase de medicamentos que se utilizan para reducir el dolor. Los opioides recetados a menudo se prescriben a largo plazo para tratar el dolor intenso de ciertas afecciones médicas, como el cáncer y otras enfermedades graves. Este artículo no trata sobre la ingesta crónica de opioides para estas afecciones graves. Se trata de tomar estos medicamentos para un problema de dolor agudo debido a una cirugía o lesión grave.

## ¿Cuáles son los efectos secundarios del uso excesivo o la adicción?

- Tolerancia (es posible que deba tomar más medicamento para lograr el mismo alivio del dolor)
- Dependencia física (puede tener síntomas de abstinencia cuando se suspende el medicamento)
- Estreñimiento
- Náuseas, vómitos y sequedad de boca
- Somnolencia
- Mareos
- Picazón y sudoración

## ¿Cuánto medicamento debo tomar?

Siga las instrucciones del frasco del medicamento. No es seguro tomar más de lo que su médico le recetó. Si las instrucciones dicen que debe tomar cada cuatro horas según sea necesario, esto significa que esa es la dosis máxima que debe tomar cada cuatro horas. No debería tomar el medicamento cada cuatro horas si no lo necesita. Está bien tomar menos si una dosis más baja todavía controla el dolor. Al sanar y a medida que pasa el tiempo, debería tomar menos medicación. Estos medicamentos pueden tener efectos secundarios graves y generar adicción. Tomar cualquier medicamento en una cantidad (dosis) mayor o con más frecuencia podría causarle una sobredosis o la muerte. Puede tomar sus medicamentos opioides para los dolores moderados a intensos. Puede probar otras cosas, como usar calor o hielo, que también sirven para aliviar el dolor. Hable con su médico sobre lo que funcionará mejor para usted. Si siente que su dolor ya no es tan soportable o está empeorando, llame a su médico.

## ¿Dónde debo guardar mis medicamentos?

Guarde estos medicamentos en un lugar seguro y protegido, lejos de otras personas de su familia, niños, visitantes y mascotas. No permita que otras personas tomen o usen sus medicamentos. Es algo muy inseguro y va contra la ley.

¿Cómo mantengo mi seguridad mientras tomo estos medicamentos?

- No conduzca, opere maquinaria ni beba alcohol mientras esté tomando medicamentos opioides contra el dolor.
- Consulte con su médico antes de tomar cualquier otro medicamento del que no habló al momento de la alta médica.
- Infórmele a un amigo o familiar que está tomando estos medicamentos y dígame que llame al 911 si lo ve con más sueño de lo normal y le resulta difícil despertarlo.
- Es posible que su médico le recete naloxona (Narcan®), que es un medicamento que puede revertir rápidamente una sobredosis por medicamentos opioides contra el dolor. Infórmeselo a un amigo o familiar y que esté listo para dárselo después de llamar al 911.

## ¿Qué debo hacer después con mis medicamentos opioides si ya no los necesito?

Si ya no usa sus medicamentos opioides, deshágase de ellos. Algunas maneras seguras para hacerlo son las siguientes:

- Encuentre su programa local de devolución de medicamentos o el programa de devolución por correo de su farmacia.
- Ingrese en [FDA.gov/Drugs/Safe-Disposal-Medicines/Disposal-Unused-Medicines-What-You-Should-Know](https://www.fda.gov/Drugs/Safe-Disposal-Medicines/Disposal-Unused-Medicines-What-You-Should-Know) y siga las instrucciones de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, en inglés).

Para obtener más información sobre los opioides, ingrese en [CDC.gov/DrugOverdose/Opioids](https://www.cdc.gov/DrugOverdose/Opioids).



# Está bien hacer preguntas en la farmacia.

¿Alguna vez intentó surtir una receta y le dijeron que su seguro no cubría el medicamento? Si es así, ¿desde la farmacia se ofrecieron a comunicarse con el consultorio de su médico o con el seguro para resolver el problema? Muchas personas saldrán de la farmacia sin la receta que necesitan debido a estos desafíos. Sepa que está bien hacer las siguientes preguntas en la farmacia.

- ¿Por qué el medicamento no está cubierto?
- ¿Cuáles serían los próximos pasos por discutir con mi proveedor?
- ¿Existe algún otro medicamento que pueda usarse para tratar mi afección?

Cuando una receta no está cubierta, la farmacia obtiene un código que explica el motivo de esa falta de cobertura. El código incluye el número de teléfono del plan de seguro para solicitar más ayuda. A continuación, se incluyen algunas razones comunes por las que es posible que una receta no esté cubierta:

- El medicamento no está en el formulario (una lista con los medicamentos cubiertos).
- El medicamento necesita ser aprobado antes (la llamada autorización previa).
- Es posible que sea demasiado pronto para volver a surtir el medicamento si ya se hizo previamente.

Independientemente del motivo, está bien preguntar en la farmacia por qué no se cubrió la receta y qué se podría hacer para solucionar el problema. MedStar Family Choice-DC desea que reciba la atención médica y los medicamentos que necesita para mantenerse saludable. Si, después de preguntar en la farmacia, no tiene claro qué hacer a continuación, llámenos al **855-798-4244 (elija la opción 1 y luego la 3)**, de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 5:30 p.m.



# Comuníquese con la línea de orientación de enfermería las 24 horas, los 7 días de la semana.

¿No se siente bien o necesita asesoría médica? Un enfermero registrado está a solo una llamada de distancia. Puede comunicarse con la línea de orientación de enfermería al 855-798-3540, que está disponible para usted las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Puede llamar y hablar con un enfermero registrado para que le ayude a decidir qué hacer o adónde ir en función de sus síntomas. El enfermero podrá informarle cuáles son los lugares de atención de urgencia cercanos, si lo necesita. La atención de urgencia es aquella que se necesita de manera inmediata, debido a una enfermedad o lesión grave e inesperada. La atención que no sea de emergencia puede demorar más en una sala de urgencias.



If you do not speak and/or read English, please call **888-404-3549** between 8:00 a.m. and 5:30 p.m. A representative will assist you.

Si no habla o lee inglés, llame al **888-404-3549** entre las 8:00 a.m. y las 5:30 p.m. Un representante se complacerá en asistirle.

Nếu bạn không nói và/hoặc đọc tiếng Anh, xin gọi **888-404-3549** từ 8 giờ 00 sáng đến 5 giờ 30 chiều. Sẽ có người đại diện giúp bạn.

‘영어로 대화를 못하시거나 영어를 읽지 못하는 경우, 오전 8시 00분에서 오후 5시 30분 사이에 **888-404-3549** 번으로 전화해 주시기 바랍니다. 담당 직원이 도와드립니다.

Si vous ne parlez pas ou lisez l'anglais, s'il vous plaît appeler **888-404-3549** entre 8:00 du matin et 5:30 du soir. Un représentant vous aidera.

የእንግሊዝንኛ ቋንቋ መናገርና ማንበብ የማይችሉ ከሆነ ከጊቱ 8:00 ሰዓት እስከ ቀኑ 5:30 ባለው ጊዜ በስልክ ቁጥር **888-404-3549** በመጻወል እርዳታ ማግኘት ይቻላል።

如果您不能講和/或不能閱讀英語，請在上午 8:00 到下午 5:30 之間給 888-404-3549 打電話，我們會有代表幫助您

## Boletín para inscritos - Verano de 2021

El Boletín para inscritos es una publicación de MedStar Family Choice-DC. Envíe nuevos temas para la próxima edición a [lisa.r.mcdonough@medstar.net](mailto:lisa.r.mcdonough@medstar.net). Para obtener más información sobre su plan o cualquiera de los contenidos de este boletín, ingrese en [MedStarFamilyChoiceDC.com](http://MedStarFamilyChoiceDC.com).

**Leslie Lyles Smith**, directora ejecutiva de MedStar Family Choice-DC

**Dr. Raymond Tu**, director médico de MedStar Family Choice-DC

**Lisa McDonough**, gerente de comunicaciones de planes médicos de MedStar Family Choice-DC

MedStar Family Choice-DC cumple con las leyes federales vigentes en materia de derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color de piel, nacionalidad, discapacidad u orientación sexual.



This program is funded in part by the Government of the District of Columbia Department of Health Care Finance.

WE ARE WASHINGTON  
GOVERNMENT OF THE  
DISTRICT OF COLUMBIA  
DC MURIEL BOWSER, MAYOR

It's how we **treat people.**

[MedStarFamilyChoiceDC.com](http://MedStarFamilyChoiceDC.com)