

HEALTHY moves



SUMMER / VERANO 2013 | COORDINATEDCAREHEALTH.COM

 facebook.com/CoordinatedCare

 @CoordinatedCare



» Sus registros de salud están seguros

Sus detalles médicos se llaman “PHI”. PHI son las siglas en inglés de “información de salud protegida”. Mantenemos segura su información personal.

Cumplimos con las leyes del estado para conservar la privacidad de su información. Además, seguimos la Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico de 1996 (HIPAA, por sus siglas en inglés).

Obtenga más información: Lea la notificación de privacidad completa en su Manual para miembros o en nuestro sitio web, CoordinatedCareHealth.com.

Your Health Records Are Safe

Your medical details are called “PHI.” That stands for “protected health information.” We keep this personal information safe for you.

We follow state laws to keep your info private. We also follow a law called

“Health Insurance Portability and Accountability Act of 1996 (HIPAA).”

LEARN MORE. Read the complete privacy notice in your Member Handbook or on our website, at CoordinatedCareHealth.com.



Feeling Sad?

There are lots of reasons people feel unhappy. Bills. Trouble at work. Worries at home.

Do you feel sad or angry? You are not alone. And you don't need to take it out on your family. Drugs and alcohol are not the answer.

Talk to your doctor or call Coordinated Care at **1-877-644-4613**. We offer special programs and doctors for behavioral health needs.

» TALK TO YOUR DOCTOR
or call 1-877-644-4613.



Quick Tip for Parents

Even healthy kids must see the doctor every year. The doctor will make sure your children stay up to date with vaccines. It's also a good time for you and your kids to ask

questions about their growth. Call to schedule your child's checkup, also called a "well-child visit." Then, talk to your doctor about the list of vaccines below:

BIRTH THROUGH 23 MONTHS	2 THROUGH 6 YEARS	7 THROUGH 12 YEARS	13 THROUGH 18 YEARS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Hepatitis B ▶ Rotavirus ▶ Diphtheria ▶ Tetanus ▶ Pertussis ▶ <i>Haemophilus influenzae</i> type B ▶ Pneumococcal ▶ Inactivated Poliovirus ▶ Influenza ▶ Measles ▶ Mumps ▶ Rubella ▶ Varicella ▶ Hepatitis A 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Diphtheria ▶ Tetanus ▶ Pertussis ▶ Inactivated Poliovirus ▶ Hepatitis A ▶ Meningococcal ▶ Influenza 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Meningococcal ▶ Influenza ▶ Diphtheria ▶ Tetanus ▶ Pertussis ▶ Human Papillomavirus 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Influenza ▶ Meningococcal

Member Advisory Committee

We will be hosting a Member Advisory meeting on August 29, from 2:30 to 3:30 p.m. If you are interested in being a part, please contact us. You can visit the website for more details. We'd love to hear from you on how we can serve you better.

Contact coordinatedcaremember@centene.com or call Member Services and tell them you'd like to participate at **1-877-644-4613**.



Consejo rápido para los padres:

Incluso los niños saludables deben ver al médico todos los años. El médico se asegurará de que sus hijos estén al día con las vacunas. También es un buen momento para que usted y sus hijos hagan

preguntas sobre su crecimiento. Llame para programar el chequeo de su hijo, que también se llama “control del niño sano”. Luego, hable con su médico sobre la lista de vacunas que aparecen abajo:

DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 23 MESES	DESDE LOS 2 AÑOS HASTA LOS 6 AÑOS	DESDE LOS 7 AÑOS HASTA LOS 12 AÑOS	DESDE LOS 13 HASTA LOS 18 AÑOS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Hepatitis B ▶ Rotavirus ▶ Difteria ▶ Tétano ▶ Pertussis ▶ Haemophilus influenza tipo B ▶ Neumocócica ▶ Poliovirus inactivo ▶ Gripe ▶ Sarampión ▶ Paperas ▶ Rubéola ▶ Varicela ▶ Hepatitis A 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Difteria ▶ Tétano ▶ Pertussis ▶ Poliovirus inactivo ▶ Hepatitis A ▶ Meningocócica ▶ Gripe 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Meningocócica ▶ Gripe ▶ Difteria ▶ Tétano ▶ Pertussis ▶ Virus del papiloma humano 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gripe ▶ Meningocócica

¿Se siente triste?

Hay muchos motivos por los cuales una persona se siente triste. Las facturas. Problemas en el trabajo. Preocupaciones del hogar.

¿Se siente triste o enojado?

No está solo. No tiene que desquitarse con su familia. Las drogas y el alcohol no son la respuesta.

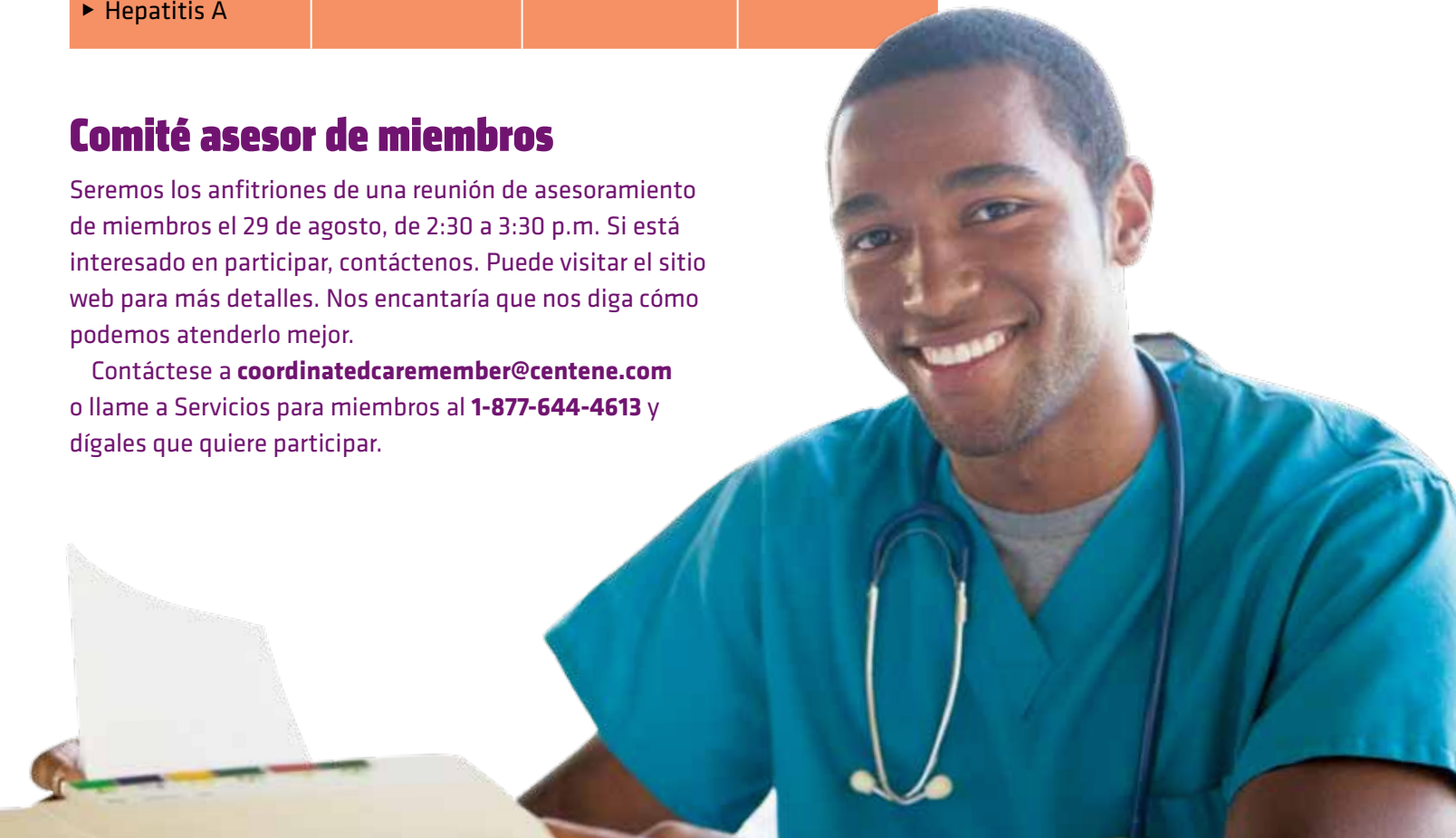
Converse con su médico o llame a Coordinated Care al **1-877-644-4613**. Ofrecemos programas especiales y médicos para las necesidades de salud del comportamiento.

➤ **CONVERSE CON SU MÉDICO O LLÁMENOS AL 1-877-644-4613.**

Comité asesor de miembros

Seremos los anfitriones de una reunión de asesoramiento de miembros el 29 de agosto, de 2:30 a 3:30 p.m. Si está interesado en participar, contáctenos. Puede visitar el sitio web para más detalles. Nos encantaría que nos diga cómo podemos atenderlo mejor.

Contáctese a coordinatedcaremember@centene.com o llame a Servicios para miembros al **1-877-644-4613** y díganos que quiere participar.



Have You Seen Your Dentist This Year?

Every adult should visit the dentist for a cleaning and exam once a year. This is true especially if you have a condition like diabetes or if you smoke, which puts you at more risk for gum disease. It's even true if you have dentures. Your dentist will check that your dentures fit well and are not damaged.

Brush your teeth twice a day and new recommendations suggest you should also floss twice a day. If you wear dentures, brush your gums, tongue, and the top of your mouth. Store your dentures in water.

Your diet can also help keep your mouth healthy. Limit how much

soda you drink and avoid sticky candies. Drink lots of water. Eat plenty of fruits and veggies.

► The Healthcare Authority can help you find a dentist. Just call **1-800-562-3022**.



How Do I File a Complaint?

You have a right to file a complaint if you are unhappy with the quality of care you have received. You may also file a complaint if you feel your doctor or a member of their staff was rude to you or that your rights as a health plan member have been affected.

You may do this by:

1. Filling out a form found on our website called a "grievance form" and mail or fax it to us, **or**
2. Writing a letter and mailing or faxing it to us. Be sure to let us know about the problem, when it happened and who was involved. Include your name, Medicaid number, address and any other information you think is important. Address: Grievance Department, 1145 Broadway, Suite 300, Tacoma, WA 98402 Fax: **1-877-212-6668**, **or**
3. Calling Member Services to submit your complaint or "grievance"

verbally on the phone.
Phone: **1-877-644-4613**
(TTY/TDD **1-866-862-9380**)

Once we receive your complaint, we will let you know within 2 business days that we have received your complaint and are starting to review the issue. When we complete the review, we will send you a closure (resolution) letter that tells you our decision. Most complaints (grievances) are resolved in a timely manner, usually within 10 business days, but no more than 45 calendar days from the day we receive your complaint.

WHAT IS AN APPEAL?

An appeal is a request for Coordinated Care to reconsider or change a decision. An appeal may be filed to reconsider, for example, a denied claim or service. You or your authorized representative

Five Reasons Your Kids Need Lead Testing

- 1 Every year, there are more than 300,000 kids between ages 1 and 5 found to have high levels of lead in their blood.
- 2 Lead can act as a poison in the body. It is most harmful to babies and little children.
- 3 Lead poisoning makes it hard for your kids to learn and grow as they should.
- 4 Lead can cause anemia.
- 5 Lead testing is safe and simple. The doctor will take a small amount of blood to test. If your child is scared of needles, let him or her ask the doctor questions. Being tense can make the needle hurt more. So, tell your child to sit still, relax and look away.

➤ Talk with your child's doctor about lead testing. Coordinated Care can also help you learn more. Just call **1-877-644-4613**.

(with written consent from you) may appeal any adverse decision.

An appeal may be filed verbally or in writing, and received by mail, telephone, fax, email or in person. The health plan will acknowledge in writing receipt of the appeal within 72 hours of receiving the appeal. An appeal request must be filed within 90 calendar days of the date on the plan's notice of adverse action to you.

The plan will review, resolve and provide you with written or electronic notification of the appeal decision as quickly as your health condition requires, but not later than 14 calendar days for pre-service appeals and 30 calendar days for post-service appeals.

¿Cómo presento un reclamo?

Usted tiene derecho a presentar un reclamo si no está satisfecho con la calidad de la atención que ha recibido. También puede presentar un reclamo si siente que su médico o algún miembro de su personal fue descortés o que sus derechos como miembro del plan de salud se vieron afectados.

Para ello, usted puede:

1. Completar el formulario que se encuentra en nuestro sitio web, llamado “formulario de queja” y enviarnoslo por correo electrónico o fax.
2. Escribir una carta y enviarnosla por correo o fax. Asegúrese de informarnos el problema, cuándo sucedió y quién estuvo involucrado. Incluya su nombre, el número de Medicaid, el domicilio y cualquier otra información que considere importante. Dirección: Grievance Department, 1145 Broadway, Suite 300, Tacoma, WA 98402 Fax: **1-877-212-6668**, o
3. Llamar a Servicios para Miembros para presentar su reclamo o “queja” verbalmente por teléfono. Teléfono: **1-877-644-4613** (TTY/ TDD **1-866-862-9380**)

Una vez que recibamos su reclamo, le informaremos dentro de los 2 días hábiles que lo hemos recibido y que estamos comenzando a analizar el tema. Cuando finalicemos el análisis, le enviaremos una carta de cierre (resolución) con nuestra decisión. Muchos reclamos (quejas) se resuelven puntualmente, a menudo dentro de los diez 10 hábiles, pero nunca después de los 45 días calendario desde la fecha de recepción del reclamo.

¿QUÉ ES UNA APELACIÓN?

Una apelación es una solicitud a Coordinated Care para que vuelva a analizar o cambie una decisión. Una apelación puede presentarse para que se vuelva a analizar, por ejemplo, el rechazo de un reclamo o de un servicio. Usted o su representante autorizado (con su consentimiento escrito) pueden apelar cualquier decisión adversa.

Una apelación puede presentarse verbalmente o por escrito y enviarse por correo, teléfono, fax, correo electrónico o en persona. El plan de salud acusará recibo de la apelación por escrito dentro de las 72 horas de la

recepción de la apelación. La solicitud de apelación debe presentarse dentro de los 90 días calendario posteriores a la fecha del aviso de la medida adversa enviado por el plan.

El plan revisará, tomará una decisión y le enviará un aviso escrito o electrónico de la decisión de la apelación tan rápido como lo requiera su estado de salud, pero nunca después de los 14 días calendario para apelaciones previas al servicio y 30 días calendario para apelaciones posteriores a él.

Cinco motivos por los que los niños necesitan realizarse la prueba de nivel de plomo en la sangre

- 1 Cada año, hay más de 300,000 niños entre 1 y 5 años con niveles altos de plomo en la sangre.
- 2 El plomo puede actuar como un veneno en el cuerpo. Es más dañino para los bebés y los niños pequeños.
- 3 El envenenamiento por plomo dificulta que los niños aprendan y crezcan como deberían.
- 4 El plomo puede provocar anemia.
- 5 La prueba de nivel de plomo en la sangre es segura y sencilla. El médico extraerá una pequeña cantidad de sangre para analizarla. Si su hijo tiene miedo a las agujas, permítale que le haga preguntas al médico. Estar tenso puede hacer que la aguja duela más. Dígale a su hijo que se quede quieto, que se relaje y que mire hacia otro lado.

¿Ha visitado a su dentista este año?

Todos los adultos deben visitar al dentista para realizarse una limpieza y un examen una vez al año. Esto es especialmente cierto si usted tiene una enfermedad como la diabetes o si fuma, lo cual lo pone en mayor riesgo de enfermedades en las encías. Esto es aún aplicable incluso si tiene dentadura postiza. Su dentista comprobará que sus dentaduras le queden bien y no estén dañadas.

Cepille sus dientes dos veces al día y, según nuevas recomendaciones, utilice también hilo dental dos veces

al día. Si usa dentadura postiza, cepille sus encías, la lengua y la parte superior de la boca. Conserve sus dentaduras en agua.

Su dieta también le ayudará a mantener la boca saludable. Limite la cantidad de refrescos que bebe y evite comer dulces pegajosos. Beba mucha agua. Coma muchas frutas y verduras.

- ▶ La autoridad en materia de atención médica puede ayudarle a encontrar un dentista. Solo llame al **1-800-562-3022**.

Member Rights & Responsibilities

AS A MEMBER YOU HAVE THE RIGHT:

- ▶ To be treated with respect and dignity, and the right to privacy and non-discrimination as required by law.
- ▶ To join your providers in making decisions about your healthcare.
- ▶ To refuse any medical service, diagnoses or treatment or to accept any health service provided by Coordinated Care if you or your parent/guardian objects based on religious grounds.
- ▶ To discuss treatment options, regardless of cost or benefit coverage.
- ▶ To seek second opinions.
- ▶ To get information about available experimental treatments and clinical trials and how such research can be accessed.
- ▶ To obtain assistance with care coordination from your Primary Care Physician's (PCP) office.
- ▶ To be free from any form of restraint or seclusion used as a means of coercion, discipline, convenience or retaliation.
- ▶ To express a concern or appeal about Coordinated Care or the care it provides. To get a response in a reasonable period of time.
- ▶ To look at and get a copy of your medical records as permitted by law (one copy free of charge) and request that they be amended or corrected.
- ▶ To make advance directives. You can also contact Member Services for more information.
- ▶ To file any complaint about not following your advance directive with the Department of Health and Human Services (DHH).
- ▶ To choose the provider that gives you care whenever possible and appropriate.
- ▶ To receive health care services that are accessible, are comparable in amount, duration and scope to those provided under Medicaid Fee for Service (FFS) and are sufficient in amount, duration and scope to reasonably be expected to achieve the purpose for which the services are furnished.
- ▶ To receive services that are appropriate and are not denied or reduced solely because of diagnosis, type of illness, or medical condition.
- ▶ Freedom to exercise the rights described herein, without any adverse effect on the member's treatment by DHH, Coordinated Care, its providers or contractors.
- ▶ To be able to get all written member information from Coordinated Care:
 - At no cost to you.
 - In the prevalent non-English languages of members in the service area.
 - In other ways, to help with the special needs of members who may have trouble reading the information for any reason.
- ▶ To receive assistance from both DHH and the Enrollment Broker in understanding the requirements and benefits of Coordinated Care.
- ▶ To receive oral interpretation services free of charge for all non-English languages, not just those identified as prevalent.
- ▶ To be notified that oral interpretation is available and how to access those services.
- ▶ To inform Coordinated Care of the loss or theft of an ID card.
- ▶ To present the Coordinated Care ID card when using healthcare services.
- ▶ To be familiar with Coordinated Care procedures to the best of the member's abilities.
- ▶ To call or contact Coordinated Care to obtain information and have questions clarified.
- ▶ To provide participating network providers with accurate and complete medical information.
- ▶ To follow the prescribed treatment of care recommended by the provider or letting the provider know the reasons the treatment cannot be followed, as soon as possible.
- ▶ To make every effort to keep any agreed upon and/or follow-up appointments, and to access preventive care services.
- ▶ To live healthy lifestyles and avoid behaviors known to be detrimental.
- ▶ To provide accurate and complete

information to all healthcare providers.

- ▶ To become knowledgeable about Coordinated Care's coverage provisions, rules and restrictions.
- ▶ To ask questions of providers to determine the potential risks, benefits and costs of treatment alternatives, and then making care decisions after carefully weighing all pertinent factors.
- ▶ To follow the grievance process established by Coordinated Care (and outlined in the Member Handbook) if there is a disagreement with a provider.

AS A MEMBER, WE CAN EXPECT OF YOU:

- ▶ To inform Coordinated Care of the loss or theft of an ID card.
- ▶ To present the Coordinated Care ID card when using healthcare services.
- ▶ To be familiar with Coordinated Care procedures to the best of the member's abilities.
- ▶ To call or contact Coordinated Care to obtain information and have questions clarified.
- ▶ To provide participating network providers with accurate and complete medical information.
- ▶ To follow the prescribed treatment of care recommended by the provider or letting the provider know the reasons the treatment cannot be followed, as soon as possible.
- ▶ To make every effort to keep any agreed upon and/or follow-up appointments, and to access preventive care services.
- ▶ To live healthy lifestyles and avoid behaviors known to be detrimental.
- ▶ To provide accurate and complete information to all healthcare providers.
- ▶ To become knowledgeable about Coordinated Care's coverage provisions, rules and restrictions.
- ▶ To ask questions of providers to determine the potential risks, benefits, and costs of treatment alternatives, and then making care decisions after carefully weighing all pertinent factors.
- ▶ To follow the grievance process established by Coordinated Care (and outlined in the Member Handbook) if there is a disagreement with a provider.

Derechos y responsabilidades de los miembros

COMO MIEMBRO, USTED TIENE DERECHO A:

- ▶ Que lo traten con respeto y dignidad, que se respete su privacidad y que no se lo discrimine, según lo establece la ley.
- ▶ Participar junto con sus proveedores en la toma de decisiones sobre el cuidado de su salud.
- ▶ Rechazar todo servicio médico, diagnóstico o tratamiento, o aceptar todo servicio de salud provisto por Coordinated Care si usted o sus padres/tutores se oponen por motivos religiosos.
- ▶ Analizar opciones de tratamiento, pese al costo o la cobertura del beneficio.
- ▶ Buscar segundas opiniones.
- ▶ Obtener información sobre tratamientos experimentales y estudios clínicos disponibles y sobre cómo se puede acceder a ellos.
- ▶ Obtener asistencia con coordinación de cuidados del consultorio de su médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés).
- ▶ No ser víctima de restricción o reclusión alguna como medio de coerción, disciplina, conveniencia o represalia.
- ▶ Expresar toda inquietud o apelación sobre Coordinated Care o la atención que presta. Obtener respuestas dentro de un lapso razonable.
- ▶ Ver y obtener una copia de sus registros médicos conforme lo permite la ley (una copia gratuita) y solicitar que se modifiquen o se corrijan.
- ▶ Dar directivas anticipadas. También puede contactarse con Servicios para miembros para obtener más información.
- ▶ Presentar quejas si no se respetaron sus directivas anticipadas ante el Department of Health and Human Services (DHH) (Departamento de Salud y Servicios Humanos).
- ▶ Elegir el proveedor de la atención cada vez que sea posible y corresponda.
- ▶ Recibir servicios de atención médica que sean accesibles, similares en cantidad, duración y alcance a los provistos según Medicaid Fee for Service (FSS) y suficientes en cantidad, duración y alcance a lo que se espera razonablemente para lograr el propósito para el cual se prestan los servicios.
- ▶ Recibir servicios suficientes y que no sean denegados ni reducidos únicamente

debido al diagnóstico, al tipo de enfermedad o a la afección.

- ▶ Ser libre de ejercer los derechos descritos en el presente, sin ningún efecto adverso en el tratamiento del miembro por parte de DHH, Coordinated Care, sus proveedores o contratistas.
- ▶ Poder obtener toda información escrita para miembros de Coordinated Care:
 - En forma gratuita.
 - En los idiomas que no sean inglés, que predominen entre los miembros del área de servicios.
 - De otras maneras, a fin de satisfacer las necesidades especiales de los miembros que tengan dificultad para leer la información por cualquier motivo.
- ▶ Recibir asistencia tanto de DHH como del Agente de inscripción para comprender los requisitos y los beneficios de Coordinated Care.
- ▶ Recibir servicios de interpretación oral sin cargo de todos los idiomas que no sean inglés, no solo de los identificados como predominantes.
- ▶ Que lo notifiquen de que la interpretación oral está disponible y cómo acceder a esos servicios.
- ▶ Informar a Coordinated Care sobre la pérdida o el robo de la identificación de miembro.
- ▶ Presentar la identificación de miembro de Coordinated Care cuando se utilicen servicios de atención médica.
- ▶ Familiarizarse con los procedimientos de Coordinated Care hasta donde pueda.
- ▶ Llamar o contactar a Coordinated Care para obtener información o aclaraciones.
- ▶ Brindar información médica precisa y completa a los proveedores de la red involucrados.
- ▶ Seguir el tratamiento recomendado por el proveedor e informarle lo antes posible el motivo por el cual el tratamiento no puede cumplirse.
- ▶ Tratar de acudir a las citas acordadas o de seguimiento y acceder a los servicios de atención preventiva.
- ▶ Tener un estilo de vida saludable y evitar comportamientos considerados perjudiciales.
- ▶ Brindar a todos los proveedores de atención médica información precisa y completa.

- ▶ Informarse sobre las disposiciones, las normas y las restricciones de cobertura de Coordinated Care.
- ▶ Hacer preguntas a los proveedores para determinar los riesgos potenciales, los beneficios y los costos de las opciones de tratamiento, y luego tomar decisiones después de haber considerado cuidadosamente los factores pertinentes.
- ▶ Seguir el proceso de presentación de quejas establecido por Coordinated Care (detallado en el Manual para miembros) si hubiera un desacuerdo con un proveedor.

COMO MIEMBRO, USTED DEBE:

- ▶ Informar a Coordinated Care sobre la pérdida o el robo de la identificación de miembro.
- ▶ Presentar la identificación de miembro de Coordinated Care cuando se utilicen servicios de atención médica.
- ▶ Familiarizarse con los procedimientos de Coordinated Care hasta donde pueda.
- ▶ Llamar o contactar a Coordinated Care para obtener información o aclaraciones.
- ▶ Brindar información médica precisa y completa a los proveedores de la red involucrados.
- ▶ Seguir el tratamiento recomendado por el proveedor e informarle lo antes posible el motivo por el cual el tratamiento no puede cumplirse.
- ▶ Tratar de acudir a las citas acordadas o de seguimiento y acceder a los servicios de atención preventiva.
- ▶ Tener un estilo de vida saludable y evitar comportamientos considerados perjudiciales.
- ▶ Brindar a todos los proveedores de atención médica información precisa y completa.
- ▶ Informarse sobre las disposiciones, las normas y las restricciones de cobertura de Coordinated Care.
- ▶ Hacer preguntas a los proveedores para determinar los riesgos potenciales, los beneficios y los costos de las opciones de tratamiento, y luego tomar decisiones después de haber considerado cuidadosamente los factores pertinentes.
- ▶ Seguir el proceso de presentación de quejas establecido por Coordinated Care (detallado en el Manual para miembros) si hubiera un desacuerdo con un proveedor.

INSIDE: Have You Seen Your Dentist This Year?

EN EL INTERIOR: ¿Ha visitado a su dentista este año?



Estamos aquí para **ayudar**

Servicios para miembros puede ayudarle con muchas cosas. Solo llame a Servicios para miembros al **1-877-644-4613** (TTY/TDD **1-866-682-9830** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier tema de nuestro sitio web, **CoordinatedCareHealth.com**.
- ▶ Ayuda para encontrar un proveedor de la red.
- ▶ Hacer alguna consulta sobre nuestro plan.
- ▶ Algún material disponible en otro formato o idioma.

Encuéntrenos en Facebook en **facebook.com/CoordinatedCare** o en Twitter, **@CoordinatedCare** para obtener consejos de salud y otra información útil.

We Are Here to **Help**

Member Services can help you with many things. Just call Member Services at **1-877-644-4613** (TTY/TDD **1-866-682-9830**) if you need:

- ▶ A paper copy of anything on our website, **CoordinatedCareHealth.com**
- ▶ Assistance in finding a network provider
- ▶ Have questions about our plan
- ▶ Need something available in another format or language

Find us on Facebook at **facebook.com/CoordinatedCare** or on Twitter, **@CoordinatedCare**, to get health tips and other helpful information.



Published by McMurtry/TMG, LLC. © 2013. All rights reserved. No material may be reproduced in whole or in part from this publication without the express written permission of the publisher. The information in this publication is intended to complement—not take the place of—the recommendations of your healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. McMurtry/TMG makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles. Published by McMurtry/TMG, LLC. © 2013. Todos los derechos reservados. Ningún material de esta publicación puede ser reproducido en su totalidad o en parte, sin el permiso expreso y por escrito de la editorial. La información en esta publicación es para complementar las recomendaciones de su proveedor de atención médica, no para sustituir. Consulte a su médico antes de realizar cambios drásticos en su estilo de vida o régimen de atención médica. McMurtry/TMG no avala ni da garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.

WCLH

CoordinatedCareHealth.com

1-877-644-4613

Tacoma, WA 98402

Suite 300

1145 Broadway

CoordinatedCare



HEALTHY moves

PSRST STD
U.S. POSTAGE
PAID
Stevens Point, WI
Permit #422