

My Health



Qué es RSV?

El virus sincicial respiratorio (RSV) es como un resfriado. Es un virus que puede causar síntomas como tos, congestión nasal, dolor de garganta leve y fiebre.¹² También se propaga fácilmente de una persona a otra.

La mayoría de las personas que contraen el RSV mejoran en una o dos semanas, pero el RSV puede ser grave. Los bebés, los niños pequeños y los adultos mayores tienen más probabilidades de tener RSV grave. Para ayudar a prevenir la propagación del RSV, usted puede:

- Lavarse las manos con frecuencia.
- Cubrirse con la manga de la camisa o con un pañuelo cuando tose o estornuda.
- Quedarse en casa si se siente enfermo.

También hay vacunas contra el RSV que pueden ayudar a proteger a los adultos mayores del RSV grave. Si tiene 60 años o más, hable con su médico sobre la vacuna contra el RSV.

- 1 Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Respiratory Syncytial Virus Infection (30 de agosto de 2024): [cdc.gov](https://www.cdc.gov).
- 2 Healthwise: Respiratory Syncytial Virus (RSV) Infection (24 de octubre de 2024): [healthwise.net](https://www.healthwise.net).

Servicios para Miembros, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m. hora local y Línea de Enfermería 24/7 (24/7 NurseLine): **855-690-7800 (TTY 711)**



Si cree que usted o su hijo pueden tener RSV, puede obtener ayuda de un proveedor de cuidados médicos en un centro de atención de urgencia o a través del servicio de telesalud. Para encontrar un proveedor cerca de usted, utilice nuestra herramienta Find Care (Encontrar cuidado médico) o llame a Servicios para Miembros al número que figura en su tarjeta de identificación del miembro.

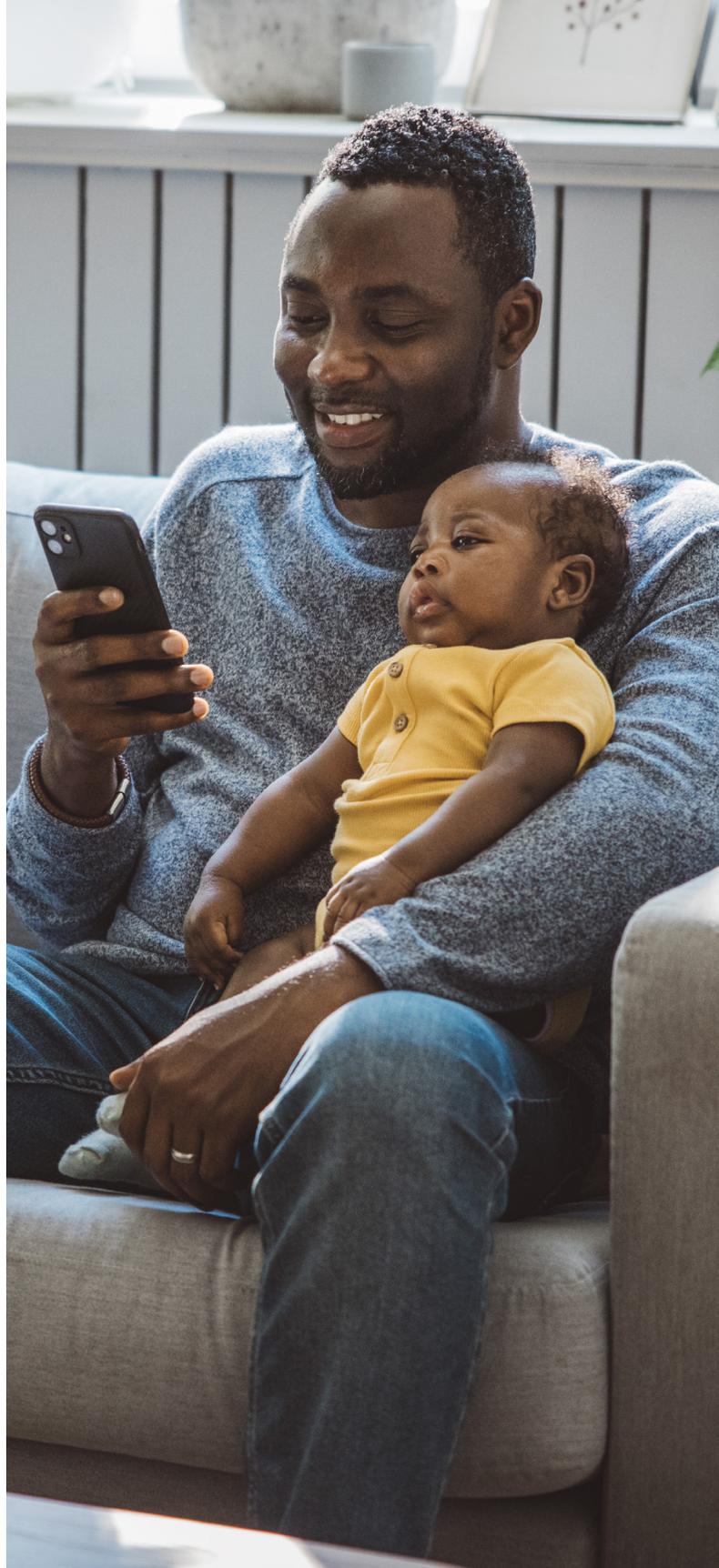
Cómo renovar sus beneficios

Cada año, deberá renovar sus beneficios BadgerCare Plus de Anthem Blue Cross and Blue Shield. Recibirá un paquete de ForwardHealth cuando sea el momento de renovar. Cuando lo haga:

1. -Prepare sus documentos. Estos pueden incluir un recibo de sueldo, una tarjeta de seguro social, una factura de servicio público y el formulario W-2 más reciente.
2. -Complete su formulario. Tómese tiempo suficiente y asegúrese de que todas las secciones estén completas.
3. -Envíe su formulario de renovación. El envío se puede realizar:
 - En línea en access.wi.gov.
 - Por teléfono o presencialmente en su agencia local de Mantenimiento de Ingresos y Tribal.
 - Por correo a una de las direcciones que aparecen a continuación: -
 - Para quienes viven en el condado de Milwaukee — P.O. Box 05676 Milwaukee, WI 53205
 - Para quienes no viven en el condado de Milwaukee— P.O. Box 5234 Janesville, WI 53547

Creamos un video para guiarlo a través del proceso de renovación. Visite readysetrenew.com/wi para verlo.

Para facilitar la renovación de sus beneficios, puede descargar la aplicación MyACCESS desde App Store® o Google Play™. La aplicación le permite enviar documentos de prueba y verificar el estado de su solicitud de renovación.



Mantenga su información actualizada. Si su dirección, número de teléfono o dirección de correo electrónico cambian, el Departamento de Servicios de Salud de Wisconsin necesita saberlo para que nunca se pierda noticias importantes, actualizaciones o plazos de renovación.

Puede actualizar su información iniciando sesión en access.wi.gov o comunicándose con su [agencia local](#).

Alimentación saludable con MyPlate (Mi plato) -

Marzo es el Mes nacional de la nutrición. La mayoría de las personas ha escuchado que la alimentación saludable es importante, pero puede ser difícil saber qué significa una alimentación saludable o cómo tomar las decisiones correctas para su salud.

Con MyPlate, puede obtener más información sobre la alimentación saludable y encontrar recursos que le ayuden a obtener la nutrición que necesita.

Por ejemplo:

- Aprender cuánto necesita de cada grupo de alimentos.
- Obtener un plan de MyPlate personalizado.
- Establecer objetivos alimentarios.
- Encontrar ofertas en comida cerca de usted. -

Visite [MyPlate.gov](https://www.MyPlate.gov) para obtener más información. También puede descargar la aplicación *Start Simple with MyPlate* para:

- Elegir objetivos alimentarios diarios.
- Controlar su progreso.
- Hacer cambios positivos en su dieta.

Descargue la aplicación desde GooglePlay o Apple Store.



Toda su información está a solo un toque de distancia

Estas aplicaciones móviles sin costo le permiten tomar el control de su cuidado médico y sus beneficios.

La aplicación MyACCESS le permite:

- Recibir recordatorios de renovación.
- Conectarse a sus beneficios de BadgerCare Plus.
- Comprobar el estado de su solicitud.
- Enviar documentos.

ebtEDGE app

Si tiene beneficios de SNAP, puede utilizar esta aplicación para consultar el saldo de su tarjeta de FoodShare (EBT) QUEST y encontrar tiendas y mercados agrícolas elegibles que le queden cerca.

La aplicación SydneySM Health le permite:

- Iniciar sesión de forma fácil y segura con Touch ID/Android Fingerprint/Face ID.
- Encontrar un médico, un hospital, una farmacia o un especialista que atienda en su plan.
- Llevar siempre con usted su tarjeta de identificación del miembro.



Healthy Rewards

Healthy Rewards es un programa opcional sin costo para los miembros de Anthem. Con Healthy Rewards, puede ganar recompensas al completar determinadas actividades saludables, tales como:

- Hasta \$80 por visitas de control infantil.
- \$25 por una prueba de detección de cáncer de mama.
- \$25 por una prueba de detección de A1C para diabéticos.
- \$25 para personas embarazadas que acuden a una visita prenatal en su primer trimestre, o dentro de los 42 días de inscribirse.
- \$20 por la administración de medicamentos para el TDAH.



Para inscribirse en Healthy Rewards o verificar para qué beneficios es elegible, inicie sesión en su cuenta segura y visite el Benefit Reward Hub. Para obtener más información sobre Healthy Rewards, visite la página de beneficios de Medicaid de nuestro sitio web en [anthem.com/wisconsin](https://www.anthem.com/wisconsin).

My Health es publicada por Anthem Blue Cross and Blue Shield para brindar información, no para dar consejos médicos personales. Para obtener consejos médicos personales, consulte siempre con su médico. ©2025.

Anthem Blue Cross and Blue Shield es el nombre comercial de CompCare Health Services Insurance Corporation, un licenciario independiente de Blue Cross and Blue Shield Association. Anthem es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc.

La comunicación con usted es importante

Para personas con discapacidades o que hablan un idioma distinto al inglés, les ofrecemos estos servicios sin costo alguno:

- Intérpretes calificados del lenguaje de señas
- Materiales escritos en letra grande, audio, electrónicos y otros formatos
- Ayuda de intérpretes calificados en su idioma
- Materiales escritos en su idioma

Para acceder a estos servicios, llame a Servicios para Miembros al 855-690-7800 (TTY 711). O llame a nuestro Defensor de miembros al 262-523-2424.

ATTENTION: If you speak English, language assistance services are available to you free of charge. Call 855-690-7800 (TTY: 711).

ATENCIÓN: Si habla español, los servicios de asistencia de idiomas están disponibles sin cargo. Llame al 855-690-7800 (TTY: 711).

ໝາຍເຫດ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ທ່ານສາມາດໃຊ້ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໄດ້ໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ. ໂທ 855-690-7800 (TTY: 711).

CEEB TOOM: Yog koj hais lus Hmoob, kev pab rau lwm yam lus muaj rau koj dawb xwb. Hu 855-690-7800 (TTY: 711).

DIGTOONI: Haddii aad ku hadasho afka Soomaaliha, adeegyada caawimada luqadda waxaa lagu heli karaa iyadoo bilaash ah. Wac 855-690-7800 (TTY: 711).

ВНИМАНИЕ: Если Вы говорите по-русски, Вам будут бесплатно предоставлены услуги переводчика. Позвоните по номеру: 855-690-7800 (TTY: 711).

注意: 如果您说中文, 您可获得免费的语言协助服务。请致电 855-690-7800 (TTY 文字电话: 711)。

ကော် : နေ့ပို၍ နားဆင့်ပါ- သင့်သည့် မနုဿာဘာစကားပြောသူဖုစလ် င သင့်အတကြ အခမဲ့ဘာစကား အကူအညီ ဝန်ဆောင်မမ်း ရရှိဖို့ပါသည့်။ 1-855-690-7800 (TTY:711) တဖြ ဖုန်းခေင့်ဆိုပါ။ တ