



EN ESTA EDICIÓN

- pág. 1 Febrero es el Mes nacional de la salud dental de la niñez
- pág. 2 Encuesta de satisfacción del servicio de atención a los miembros 2022
- pág. 2 Consejos para una sonrisa sana
- pág. 4 Próximamente: Manual para miembros 2022
- pág. 5 Asistencia con el idioma

Infórmese sobre los servicios dentales gratuitos o de bajo costo para ayudar a mantener su sonrisa saludable, y la de su familia, en [SonrieCalifornia.org](https://www.SonrieCalifornia.org).

ENCUENTRE UN DENTISTA

Haga clic para obtener una lista completa de proveedores dentales de Medi-Cal en su área.

Febrero es el Mes nacional de la salud dental de la niñez

¡Celebre el [Mes nacional de la salud dental de la niñez \(NCDHM\)](#) con nosotros! El NCDHM promueve la importancia de una buena salud bucal y visitas dentales regulares para los niños.

Smile, California, tiene materiales que le facilitan ayudar a los niños a aprender cómo cuidar sus sonrisas. Visite los [Recursos del NCDHM para y cuidadores](#) para obtener:

- Hojas para colorear de superhéroes
- Calendario de cepillado dental
- Fotonovelas (historias con imágenes)
- Paquetes de educación sobre salud dental por grado
- ¡Y más!

Simplemente descargue cualquiera de los materiales enumerados anteriormente y compártalos con sus niños.

El NCDHM también es el momento perfecto para programar citas dentales para los niños. **¿Necesita encontrar un dentista?** Puede buscar fácilmente un dentista en línea en cualquier momento. Visite la [página Encontrar un dentista](#) para encontrar uno cerca de usted.

Continúa en la página 2



Encuesta de satisfacción del servicio de atención a los miembros 2022

¡Nos complace anunciar que ya está disponible una nueva Encuesta de satisfacción del servicio de atención a los miembros! Realice la encuesta para compartir su experiencia con el Centro de servicio telefónico. La encuesta está en línea [aquí](#). También puede encontrar la encuesta en 17 idiomas en la [página de inicio de Smile, California](#) o en el [sitio web de Medi-Cal Dental](#). Estará disponible hasta el **17 de marzo de 2022**.

La encuesta también se enviará por correo el 1 de febrero de 2022 a un grupo elegido aleatoriamente de miembros de Medi-Cal. Si recibe la encuesta por correo postal, puede responderla por correo postal o realizar la encuesta en línea. La encuesta se ofrece en estos idiomas:

- Árabe
- Armenio
- Camboyano
- Chino (mandarín y cantonés)
- Inglés
- Persa
- Hindi
- Hmong
- Japonés
- Coreano
- Lao
- Panyabí
- Ruso
- Español
- Tagalo
- Tailandés
- Vietnamita

Valoramos su opinión y esperamos sus comentarios. Los resultados de esta encuesta se utilizarán para averiguar cómo podemos atenderlo mejor.

Consejos para una sonrisa sana

El comienzo de un año nuevo es un gran momento para incorporar buenos hábitos de salud bucal a la rutina de su familia. Lea los consejos a continuación para obtener más información.

1. **Cepílese los dientes y use hilo dental todos los días.**

Mantener la boca limpia es una parte importante de su salud general. Debe cepillarse los dientes **dos veces al día** y **usar hilo dental todos los días**. Usted puede:

Continúa en la página 3



- » consultar la [hoja Técnicas de cepillado](#) para aprender la mejor manera de cepillarse los dientes;
- » ver el breve [video](#) Establezca una rutina de limpieza o lea este [fotocuento](#) (historia en imágenes) de por qué son importantes los hábitos saludables.

2. Coma una dieta balanceada y saludable.

Una buena salud bucal requiere más que solo cepillarse los dientes y usar hilo dental. Para ayudar a mantener saludables los dientes y las encías, usted debe:

- » ingerir una dieta equilibrada de todos los grupos de alimentos;
- » limitar las bebidas y los alimentos azucarados.

3. Repase sus servicios cubiertos.

Medi-Cal ofrece controles gratuitos o de bajo costo para los miembros. Con Medi-Cal:

- » los adultos tienen cobertura para un examen dental **una vez cada 12 meses**;
- » los niños y adolescentes están cubiertos **cada 6 meses**.

Puede obtener más información sobre lo que Medi-Cal cubre a cada edad revisando la [página de Servicios cubiertos](#).

4. Encuentre un hogar dental.

Su familia debe visitar al dentista regularmente. Las visitas dentales son su **mejor defensa** de las caries y las enfermedades de las encías.

Cuando encuentre un dentista que le guste, continúe yendo al consultorio dental. Esto crea un **hogar dental**. Un hogar dental es un consultorio dental en el que su familia se siente segura y cómoda para visitarlo. El hogar dental:

- » permite que el personal dental cree una relación con su familia;
- » reduce la ansiedad dental;
- » le brinda al dentista una mejor oportunidad de detectar problemas de manera temprana.

Para encontrar un dentista de Medi-Cal que sea adecuado para su familia, visite la [página Encuentre un dentista](#) hoy mismo. También puede visitar la [página Conozca a un dentista de Medi-Cal](#) para conocer a algunos de nuestros dentistas de Medi-Cal.

Continúa en la página 4



Próximamente: Manual del miembro 2022

El Manual del miembro 2022 estará disponible pronto en el sitio web de *Smile, California*.

El Manual del miembro es su guía para comprender su beneficio dental de Medi-Cal. Tiene información importante sobre:

- Cómo usar sus beneficios dentales
- Cómo comunicarse con nosotros y obtener ayuda en su idioma
- Representantes autorizados
- Servicios de transporte
- Cómo presentar una queja
- Sus derechos y responsabilidades

Puede encontrar el [Manual del miembro](#) en línea [aquí](#) en 17 idiomas. Para obtener otros recursos y materiales útiles, visite el [sitio web de Smile, California](#).

Continúa en la página 5



Asistencia con el idioma

English

ATTENTION: If you speak another language, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).

Español (Spanish)

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).

Tiếng Việt (Vietnamese)

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).

Tagalog (Tagalog – Filipino)

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).

한국어 (Korean)

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다.

1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922). 번으로 전화해 주십시오.

繁體中文 (Chinese)

注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922)。

Հայերեն (Armenian)

ՈՒՇԱՊՈՒԹՅՈՒՆ ԵՐԵ ՀԱՅԵՐԵՆ, ՍԱՄԱՃԵՂ ԱՆՎՃԱՐ ԿԱՐՈՂ ԵՆ ՄՐԱՄԱՐՎԵԼ ԼԵՂՎԱԿԱՆ ԱԶԱԿԳՈՐԺ ԱՆ ԾԱՌԱՅՈՐԺՈՒՆԵՐ: Ձանգահարեք 1-800-322-6384 (TTY (հեռատիպ)՝ 1-800-735-2922):

Русский (Russian)

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-322-6384 (телетайп: 1-800-735-2922).

فارسی (Farsi)

توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. با 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922) تماس بگیرید.

日本語 (Japanese)

注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922) まで、お電話にてご連絡ください。

Continúa en la página 6



Hmoob (Hmong)

LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)

ਪਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

العربية (Arabic)

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-800-322-6384 (رقم هاتف الصم والبكم: 1-800-735-2922).

हिंदी (Hindi)

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922) पर कॉल करें।

ภาษาไทย (Thai)

เรียน: ถ้าคุณพูดภาษาไทยคุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).

ខ្មែរ (Cambodian)

ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយ ភាសាខ្មែរ, បសវនករយើងនឹងជួយអ្នក ដោយមិនគិតថ្លៃ គឺអាចមានសំរាប់អ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922)។

ພາ ສາ ລາ ອ (Lao)

ໂປດຊາບ: ຖ້າວ່າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ 1-800-322-6384 (TTY: 1-800-735-2922).