

MY PASSPORT TO HEALTH



Contact Information

Please save these important phone numbers on your phone and contact Sendero if you have any questions.

Member Services

1-844-800-4693

Monday through Friday, 8:00 AM to 5:00 PM

Hearing Impaired (TTY)

7-1-1

24 Hour Nurse Advice Line

1-855-880-7019

24 Hour Behavioral Health Crisis Line

1-855-765-9696

Questions About Your Vision Benefits?

1-855-279-9680

Questions About Your Pharmacy Benefits?

1-866-333-2757

My Provider's Phone Number:

Screening Services

Preventive screening services can help detect disease at an early stage and prevent severe consequences. Here are some services that may be appropriate for you. Call your PCP today!

Hypertension Screening

- Screening is recommended for adults 18 years or older without known hypertension.
- Hypertension affects approximately 45% of adults.



Smoking and Tobacco Cessation

- Smoking harms almost every organ in your body and lead to serious disability and disease.
- Quitting smoking can protect you from developing many types of cancers, heart disease, and respiratory diseases.
- There are several ways to quit smoking; talk to your PCP about a method that works best for you.



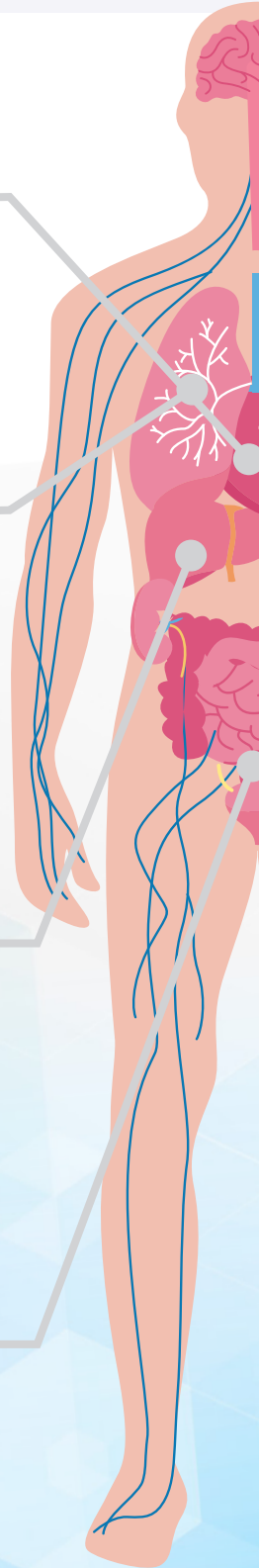
Hepatitis C Virus (HCV) Screening

- Screening is recommended for all adults 18 to 79 years of age.
- HCV is a leading cause of liver damage and liver cancer.
- A highly-effective treatment is available.



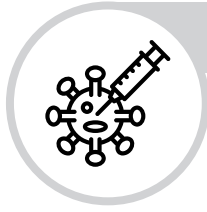
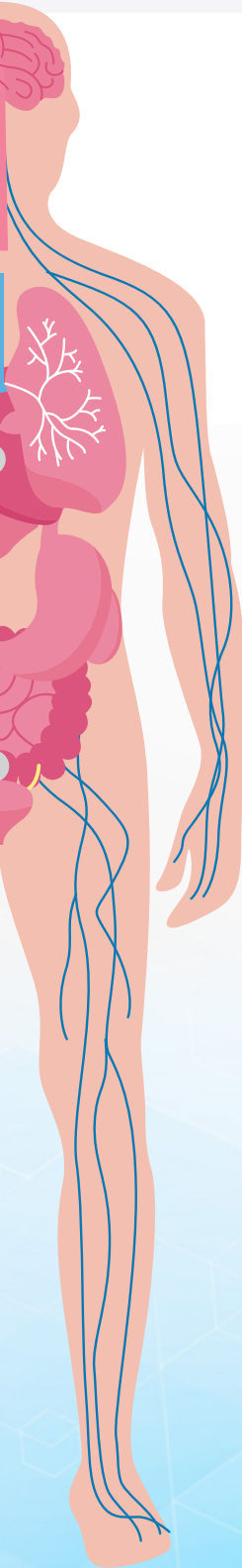
Colorectal Cancer Screening

- Recommended for all people 45 to 75 years of age.
- There are various screening methods that can help detect colorectal cancer early.



Vaccination Services

Vaccines are safe and help protect you from harmful diseases that can lead to severe health complications. Remember that you can often receive multiple vaccines during the same visit and prevent unnecessary trips to your doctor or pharmacy. Call your PCP or visit your local pharmacy today!



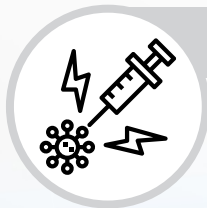
COVID-19 Vaccine and Booster Doses

- COVID-19 vaccine and booster doses are safe and effective.
- Timely vaccination and booster doses are a safe way to build and maintain protection even if you have already been infected with COVID-19.



Flu Vaccine

- Yearly vaccination is recommended for all people 6 months of age and older.
- Vaccination may protect you from developing serious respiratory complications and from transmitting the virus to your family and community.



Shingles Vaccine

- Completing a two-dose vaccine series is recommended for all people 50 years of age and older.
- The shingles vaccination can protect you from problems such as long-term nerve pain.



Tetanus Vaccine

- Recommended for men of all ages.
- The vaccine can protect you from tetanus, which involves painful muscle contractions and lockjaw.
- Regular tetanus booster vaccinations are necessary to maintain lifelong protection.



Pneumococcal Vaccine

- Vaccination is recommended for all people 65 years of age and older.
- Pneumococcal vaccination can protect from serious complications such as pneumonia, hearing loss, organ failure, and brain damage.

Complete your annual physical exam!

This year, Sendero is focusing on helping members catch up and keep up with preventive services, screenings and vaccines that can protect your health. Please talk to your doctor to determine which services you are eligible to receive at no additional cost.

Important Items to Discuss with Your Doctor

Recommended Vaccines	Date of 1st Dose	Date of 2nd Dose	Completed
COVID-19 Vaccine and Booster Doses			
2024–2025 Seasonal Flu Vaccine (6 months of age or older)		Not applicable	
Shingles Vaccine Series (50 years of age or older)			
Tetanus Vaccine (Ask your doctor)		Not applicable	
Pneumococcal Vaccine (65 years of age or older)			

Service	Date of Service	Date of Next Service	Completed
First-time Hepatitis C Virus Screening* (18 years of age or older)		Not applicable	
Colorectal Cancer Screening* (45 to 75 years of age)			
Hypertension Screening (18 years of age or older)			
Smoking and Tobacco Cessation Counseling (All ages)			
Other:			

* Eligible members may receive additional information through the mail regarding this screening service.

¡Complete su examen físico anual!

Sendero se está enfocando en ayudar a los miembros a ponerse y mantenerse al día con los servicios preventivos, pruebas de detección y vacunas que pueden proteger su salud. Por favor, hable con su PCP para confirmar qué servicios puede usted recibir sin costos adicionales.

Temas importantes para hablar con su médico

Vacunas recomendadas	Fecha de 1ra dosis	Fecha de 2da dosis	Completado
Vacuna contra el COVID-19 y dosis de refuerzo			
Vacuna contra la gripe estacional 2024-2025 (6 meses de edad o mayores)		No aplica	
Serie de vacunas contra la culebrilla (shingles) (50 años de edad o mayores)			
Vacuna contra el tétanos (Pregúntele a su médico)		No aplica	
Vacuna neumocócica (65 años de edad o mayores)			
Servicio	Fecha de servicio	Fecha del próximo servicio	Completado
Primera prueba de detección del virus de hepatitis C* (18 años de edad o mayores)		No aplica	
Prueba de detección del cáncer colorrectal* (de 45 a 75 años de edad)			
Prueba de detección de hipertensión (18 o mas años de edad)			
Consejería para abandonar el consumo de tabaco			
Otro:			

*Miembros elegibles pueden recibir información adicional por correo con respecto a este servicio médico.

Servicios preventivos

Los servicios preventivos pueden ayudar a detectar enfermedades en una etapa temprana y prevenir consecuencias graves. Estos son algunos servicios que pueden ser apropiados para usted. ¡Llame a su PCP hoy!

Prueba de detección de la hipertensión

- La prueba de detección se recomienda para adultos de 18 años o más sin hipertensión conocida.
- La hipertensión afecta aproximadamente al 45% de los adultos.



Abandonar el consumo de tabaco

- Fumar daña casi todos los órganos del cuerpo y puede provocar enfermedades graves y discapacidad.
- Dejar de fumar puede protegerle del desarrollo de muchos tipos de cánceres, enfermedades cardíacas y respiratorias.
- Hay varias maneras de dejar de fumar; consulte con su PCP para ver qué método funciona mejor para usted.



Prueba de detección del virus de la hepatitis C (VHC)

- La prueba de detección se recomienda para todos los adultos de entre 18 y 79 años de edad.
- El VHC es una de las principales causas de daño hepático y cáncer de hígado.
- Se encuentra disponible un tratamiento altamente efectivo.



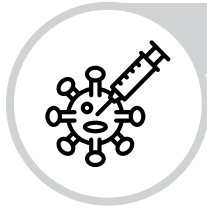
Prueba de detección de cáncer colorrectal

- Se recomienda para personas de entre 45 y 75 años de edad.
- Existen varios métodos con los que se puede detectar el cáncer colorrectal tempranamente.



Servicios de vacunación

Las vacunas son seguras y ayudan a proteger contra enfermedades graves que pueden provocar serias complicaciones de salud. Recuerde que puede recibir varias vacunas durante la misma visita y así evitar viajes innecesarios al médico o la farmacia. ¡Llame a su PCP o visite su farmacia local hoy!



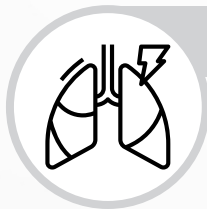
Vacuna contra el COVID-19 y dosis de refuerzo

- Tanto las vacunas contra el COVID-19 como las dosis de refuerzo son seguras y efectivas.
- La administración oportuna de la vacuna y las dosis de refuerzo es una forma segura de crear y mantener la inmunidad, incluso si ya se ha contagiado de COVID-19.



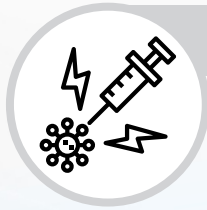
Vacuna contra la gripe

- Se recomienda la aplicación anual de esta vacuna a todas las personas de 6 meses de edad y mayores.
- La vacunación puede prevenir el desarrollo de complicaciones respiratorias graves y la transmisión del virus a su familia o comunidad.



Vacuna neumocócica

- Se recomienda su aplicación a todas las personas de 65 años de edad y mayores.
- La vacuna neumocócica puede protegerle de enfermedades graves como neumonía, pérdida de la audición, falla de órganos y daño cerebral.



Vacuna contra la culebrilla (shingles)

- Se recomienda que las personas que tengan 50 años y mayores completen una serie de vacunas de dos dosis.
- La vacuna contra la culebrilla (shingles) puede protegerle de problemas como el dolor de los nervios a largo plazo.



Vacuna contra el tétanos

- Se recomienda su aplicación a mujeres de todas las edades.
- La vacuna puede protegerle del tétano, que implica contracciones musculares dolorosas y del trismo.
- Es necesario vacunarse con regularidad contra el tétanos para mantener la inmunidad de por vida.

Contactos Importantes

Por favor guarde estos números de teléfono en su teléfono y contacte a Sendero si tiene alguna pregunta.

Servicios para miembros

1-844-800-4693

Disponible de lunes a viernes, 8:00 AM a 5:00 PM

Personas con discapacidades auditivas (TTY)

7-1-1

Línea de consulta con enfermeros disponible las 24 horas

1-855-880-7019

Línea de crisis de salud conductual disponible las 24 horas

1-855-765-9696

¿Tiene preguntas sobre los beneficios de visión?

1-855-279-9680

¿Tiene preguntas sobre los beneficios de farmacia?

1-866-333-2757

Número de teléfono de mi médico

MI PASAPORTE A LA SALUD

