

# Apoyo de TennCare para las madres

Estamos aquí para ayudarla a mantenerse saludable antes, durante y después del nacimiento de su bebé.

## Reciba ayuda durante su embarazo

Su plan de salud puede ayudarla a conseguir apoyo personalizado para que reciba los cuidados que necesita en cada etapa de su embarazo. Este apoyo puede ayudarla a:

- Encontrar un médico o especialista
- Hacer citas y enviarle recordatorios
- Conseguir ayuda con comida, vivienda, transporte y otros recursos
- Preparar el plan de cuidados para después de que nazca su bebé

Puede hablar con su equipo de apoyo por teléfono, mensaje de texto, aplicación, videollamada o en persona.

Para comenzar, llame a su plan de salud y pida coordinación de cuidados. Ellos la guiarán paso a paso.

## Vea a un dentista

La atención dental cubierta por TennCare es gratis. Esto incluye exámenes regulares, empastes, coronas y otros servicios dentales cubiertos.

Renaissance es su plan dental de TennCare. Para encontrar un dentista:

- Llame al 866-864-2526
- Visite [la página "Buscar un dentista" de Renaissance](https://tenncare.renaissancebenefits.com/find-a-dentist) en [tenncare.renaissancebenefits.com/find-a-dentist](https://tenncare.renaissancebenefits.com/find-a-dentist)

Lleve su tarjeta del plan de salud a su cita.

## Teléfonos de los planes de salud

Si necesita ayuda, puede llamar a su plan de salud.

Plan dental Renaissance: 866-864-2526

BlueCare: 800-468-9698

TennCareSelect: 800-263-5479

United Healthcare Community Plan: 800-690-1606

Wellpoint: 833-731-2153

TennCare Connect también puede ayudarla. Llame al 855-259-0701 si tiene preguntas.

## Transporte para servicios de TennCare

Su plan de salud ofrece viajes gratis para citas médicas que no sean de emergencia y para ir a la farmacia. Para pedir transporte:

- Llame al menos 2 días hábiles antes de su cita
- También puede recibir transporte gratis para citas urgentes, como consultas prenatales, aunque llame con menos de dos días de anticipación
- Avíseles si viajará con niños y si tiene asientos de seguridad para el auto
- Si un amigo o familiar puede llevarla, pregunte sobre el "reembolso por millaje"

### Teléfonos de las compañías de transporte:

BlueCare: 855-735-4660

TennCareSelect: 855-735-4660

United Healthcare: 866-405-0238

Wellpoint: 866-680-0633

Siempre puede llamar a su plan de salud y ellos la ayudarán.

## Más apoyos para las madres

TennCare ofrece beneficios adicionales para ayudarla a mantenerse saludable:

- Apoyo para la salud mental
- Monitores de presión arterial
- Ayuda con la lactancia, incluyendo bomba sacaleches gratis
- Pañales gratis y otros apoyos

Para obtener más información, llame a su plan de salud o visite la [página de Salud Materna de TennCare](https://tenncare.tn.gov/tenncare/members-applicants/pregnant) en

[TN.gov/tenncare/members-applicants/pregnant](https://tenncare.tn.gov/tenncare/members-applicants/pregnant)

## Cómo saber quién es su médico de cabecera

Es importante seguir viendo a su doctor, también llamado proveedor de atención primaria (PCP), después de su embarazo. Puede encontrar el nombre de su PCP en su tarjeta del plan de salud. También puede llamar a su plan de salud si necesita ayuda o si quiere cambiar a otro PCP.