

EMPLEADOS Y JUBILADOS DEL ESTADO DE MARYLAND

HAY MÁS PARA EXPLORAR

Inscripción abierta – Del 15 de octubre
al 8 de noviembre de 2024



Índice

Carta de bienvenida	3
Estamos con usted en cada paso de su viaje	4
Planes de salud a la altura de cualquier aventura	5
Compare las opciones de planes	6
Ahorre dinero priorizando su bienestar	7
Requisitos para calificar para el Plan de bienestar	8
Obtenga atención desde cualquier lugar	9
Descubra la fuente de todos los detalles de su plan de salud	10
Donde lo lleve la vida, allí estamos	11
Sepa a dónde acudir para recibir atención médica.	12
Apoyo en cada paso del camino.	13
Apoyo para el bienestar emocional.	14
Explore el mundo con una nueva mirada.	15
Ayudándole a mantenerse sano	16
Más programas de apoyo para el bienestar.	17
La letra chica.	18
Legal	19





Empleados y jubilados del estado de Maryland

Llevándolo por caminos saludables

Desde 1983, nuestro objetivo es brindarle la mejor experiencia posible en atención de la salud. En 2025, nos complace seguir asociándonos con el estado de Maryland para ofrecerle excelentes opciones en planes de salud. Creemos que la mejor forma de brindarle servicio es prestando atención a lo importante a la hora de encontrar el proveedor adecuado y la atención adecuada. Esta guía y nuestras herramientas y recursos en línea están para ayudarle a elegir con más confianza el plan de UnitedHealthcare más adecuado para usted. ¿Tiene alguna otra pregunta? Llámenos al **1-800-382-7513** y nuestro equipo local de profesionales de Maryland le ayudará en el camino. Gracias por darnos la oportunidad de atender sus necesidades de atención de la salud y las de su familia.

Joseph Ochipinti
Director ejecutivo de planes de salud



Términos de atención de la salud

Coseguro: su parte de los costos de un servicio de atención de la salud cubierto, calculada como un porcentaje del monto permitido para el servicio.

Copago: un monto fijo que usted paga por un servicio de atención de la salud cubierto, generalmente cuando recibe el servicio.

Deducible: el monto que adeuda por servicios de atención de la salud antes de que su plan de salud comience a pagar.

Máximo de gastos de bolsillo: la mayor cantidad de dinero que tiene que pagar por los gastos cubiertos en un año del plan.

Proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP): médico, personal de enfermería especializado, especialista en enfermería clínica o asistente médico que le proporciona, coordina o le ayuda a acceder a los servicios de atención de la salud.

Para ver más definiciones de términos relacionados con la atención de la salud, visite el glosario Just Plain Clear® en inglés y español en glossary.justplainclear.com.

Estamos con usted en cada paso de su viaje



Acceso a una amplia red nacional

Esta red de calidad asume el compromiso de brindarle atención personalizada a usted y su familia, y cuenta con casi **1.8 millones** de proveedores y más de **5,600** hospitales*, incluidos todos los hospitales principales de Maryland.



Servicio al Cliente local, las 24 horas del día, los 7 días a la semana

Sabemos que administrar sus beneficios y su salud no siempre es fácil. Es por eso que contamos con un equipo en Maryland que comprende la cultura y los recursos de dicho estado. Ya sea que necesite comprender sus reclamaciones o estimar los costos con anticipación, el equipo está aquí para ayudarle.



Herramientas y programas disponibles

Ya sea para controlar una afección crónica o para ahorrar dinero y más, aproveche estos programas y recursos disponibles como parte de sus beneficios:

- Participe en programas de manejo de afecciones o de bienestar para mejorar su salud sin ningún costo adicional para usted.
- Disfrute de descuentos en productos y servicios, como herramientas para el seguimiento del entrenamiento físico y más.
- Haga actividad física con el programa de descuento para acondicionamiento físico One Pass Select™.
- Compre productos de bienestar en la tienda Optum®.
- **Novedades para 2025:** obtenga las características más populares de la aplicación Calm y mucho más con Calm Health, disponible sin costo adicional para usted.



Acceso más fácil a la atención de la salud

- **Las visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana**, le permiten consultar a un médico en línea en cualquier momento y lugar por afecciones comunes, desde su teléfono inteligente o una computadora.
- **El personal de enfermería las 24 horas** está listo para ayudar en cualquier momento que necesite atención.
- **Atención primaria virtual** a través de **myuhc.com**® o la **aplicación de UnitedHealthcare**®.
- **Tarjetas de identificación virtual** en la **aplicación de UnitedHealthcare** y agregar detalles del plan a la billetera digital de su teléfono inteligente.

Nos dedicamos a brindarle servicios a nivel local y nacional

- **29 millones** de estadounidenses reciben beneficios para la salud de UnitedHealthcare de manera particular o a través de su empleador.
- Una red nacional con casi **1.8 millones de** proveedores médicos y más de **5,600** hospitales.*
- Más de **11,600** proveedores médicos y todos los hospitales de Maryland forman parte de la red de UnitedHealthcare.
- Un equipo de servicio al cliente **local de Maryland, disponible 24/7**, comprometido con los empleados del estado de Maryland y sus familias.



*A partir de junio de 2024.

Planes de salud a la altura de cualquier aventura

UnitedHealthcare le brinda acceso a atención de calidad, tanto en Maryland como en todo el país.

Qué debe considerar al elegir un plan

¿Se encuentra su proveedor dentro de la red?

Recibir atención de médicos, clínicas y hospitales dentro de la red puede ayudarle a ahorrar dinero. Hay 2 maneras de ver si sus proveedores están incluidos:

- Visite [whyuhc.com/stateofmaryland](https://www.whyuhc.com/stateofmaryland) > **Search for a Provider (Buscar un proveedor)** y elija el plan de salud que está considerando para ver los proveedores de la red.
- Visite [myuhc.com](https://www.myuhc.com) para buscar un proveedor sin necesidad de iniciar sesión.

¿Cuáles son los detalles del plan?

Asegúrese de revisar los costos generales, los deducibles y los copagos (si corresponde) de cada plan, además de sus programas, herramientas y aplicaciones de bienestar.

Elija el camino adecuado para usted

Puede elegir entre estos 2 planes: **Choice EPO** y **ChoicePlus PPO**.

Choice EPO

- Ciertos servicios están cubiertos al 100%; para las visitas al proveedor de atención no preventiva, tendrá que pagar un copago.
- Tiene cobertura únicamente para servicios dentro de la red; si consulta a un proveedor fuera de la red, pagará los servicios de su bolsillo.

ChoicePlus PPO

- Tendrá que pagar copagos por visitas a proveedores dentro de la red de atención no preventiva.
- Usted será responsable del coseguro hasta que alcance su máximo de gastos de bolsillo.
- Si bien tiene cobertura fuera de la red, es probable que esos proveedores le cobren más.

Atención cuando y donde la necesite

Independientemente del plan que elija, tendrá acceso a nuestra red de proveedores y hospitales, con lo siguiente:

- Acceso a casi 1.8 millones de médicos y profesionales de atención médica (y a más de 165,000 puntos de acceso a proveedores de servicios de la vista en todo el país, incluidos Warby Parker y GlassesUSA) y a más de 5,600 hospitales.*
- **Una red local que incluye todos los hospitales de Maryland.**
- No se necesitan referidos para consultar a un especialista.

- Acceso a beneficios para tratamiento de salud mental y por consumo de sustancias.
- La opción de ver a un proveedor desde la comodidad de su hogar con visitas virtuales, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, o atención primaria virtual programada a través de [myuhc.com](https://www.myuhc.com) o la **aplicación de UnitedHealthcare**.
- La opción de usar el sistema de telesalud de su proveedor para consultar y hablar con su propio médico, especialista o proveedor de salud mental a través de un teléfono inteligente, tableta o computadora.

*A partir de junio de 2024.

Compare las opciones de planes

Resumen de beneficios Beneficios para el estado de Maryland Del 1 de enero al 31 de diciembre de 2025	UnitedHealthcare Choice EPO	UnitedHealthcare ChoicePlus PPO	
	Solo dentro de la red	Dentro de la Red	Fuera de la red
Perspectiva general del plan			
Referidos	No		No
Red nacional	Sí		Sí
Deducible	Ninguno	Ninguno	\$250 individual \$500 familiar
Máximo de gastos de bolsillo para coseguro	Ninguno	\$1,000 individual \$2,000 familiar	\$3,000 individual \$6,000 familiar
Máximo de gastos de bolsillo para copago	\$1,500 individual \$3,000 familiar	\$1,000 individual \$2,000 familiar	Ninguno
Gastos de bolsillo médicos anuales totales	\$1,500 individual \$3,000 familiar	\$2,000 individual \$4,000 familiar	\$3,250 individual \$6,500 familiar
Máximo de por vida	Sin límites		Sin límites
Perspectiva general médica*			
Visitas al consultorio del médico			
Proveedor de atención primaria (PCP)	\$15 de copago	\$15 de copago	70% después del deducible
Especialista	\$30 de copago	\$30 de copago	70% después del deducible
Atención para pacientes internados	100%	90%	70% después del deducible
Atención para pacientes ambulatorios	100%	90%	70% después del deducible
Internación hospitalaria	100%	90%	70% después del deducible
Centro para pacientes ambulatorios	100%	90%	70% después del deducible
Maternidad	100%	90%	70% después del deducible
Análisis de laboratorio y radiografía de diagnóstico	100%	90%: los servicios de análisis de laboratorio relacionados con diabetes, presión arterial alta, cardiopatías, asma y EPOC se pagan al 100%	70% después del deducible
Equipo médico duradero	100%	90%	70% después del deducible
Sala de emergencias (dentro y fuera del área)	100% después de \$150 de copago; no se aplican copagos si el paciente queda internado. (Si no se cumple con los criterios para una emergencia médica, la cobertura del plan es el 50% del monto permitido, más el copago de \$150).		
Salud conductual	\$15 de copago	\$15 de copago	70% después del deducible
Servicios ambulatorios intensivos	100%	90%	70% después del deducible
Atención preventiva			
Mamografía	100%	100%	100% del monto permitido* *
Vacunas, incluidas las vacunas anuales contra la gripe (no se cubren las vacunas contra la gripe fuera de la red)	100%	100%	70% después del deducible
Atención del bienestar del niño	100%	100%	70% después del deducible
Exámenes físicos anuales	100%	100%	70% después del deducible
Terapia física, ocupacional y del habla	\$30 de copago	\$30 de copago	70% después del deducible
Acupuntura para el control del dolor crónico	\$30 de copago	\$30 de copago	70% después del deducible
Servicios quiroprácticos	\$30 de copago	\$30 de copago	70% después del deducible
Audífonos	100% para el modelo básico de audífono	100% para el modelo básico de audífono	70% después del deducible para el modelo básico de audífono
Servicios oftalmológicos			
Para obtener información completa sobre los beneficios de la visión, visite whyuhc.com/stateofmaryland .			
También tiene la opción adicional de servicios con descuento para la cirugía correctiva de la vista con láser a través de Laser Vision Network of America.			
Ambos planes cubren servicios de salud mental. Puede encontrar proveedores de salud mental en liveandworkwell.com .			

*Esta póliza tiene exclusiones, limitaciones y términos por los que la póliza puede continuar en vigencia o suspenderse. Este esquema tiene como objetivo ser un resumen solamente. Para obtener una descripción detallada de los beneficios disponibles, consulte la Evidencia de cobertura.

**El proveedor puede cobrar al miembro un monto adicional a través de la facturación de saldos.



Ahorre dinero priorizando su bienestar

Plan de bienestar para 2025

El estado de Maryland continuará con su plan de bienestar en 2025. Se solicita a todos los empleados, cónyuges y jubilados que no pertenecen a Medicare que completen las 4 actividades de bienestar para 2025. Tenga en cuenta que 2025 es un año de restablecimiento del plan de bienestar, por lo que las actividades completadas en 2024 no se transferirán. **Participar en este plan puede ayudarle a ahorrar dinero en su atención de la salud con copagos de \$0 para visitas al consultorio del proveedor de atención primaria (PCP) y de salud conductual, y visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana, más una reducción en los copagos por visitas a especialistas.**

Obtenga \$0 de copagos para visitas al PCP

Obtenga visitas sin copago para el proveedor de atención primaria (PCP), visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana, y visitas de salud conductual para 2025. Eso significa un ahorro de \$15 por visita, por solo 15 minutos en línea.

Para obtener estos ahorros, complete la encuesta de salud y confirme que tiene un PCP en Rally®.

Siga estos pasos:

- 1 Inicie sesión o regístrese en myuhc.com
- 2 Vaya a **My Account (Mi cuenta) > Rewards (Recompensas)**
- 3 Regístrese en Rally y complete su encuesta de salud
- 4 Ingrese en la sección "Rewards" (Recompensas) para confirmar su PCP

Nota: También puede encontrar su estado en la sección "Rewards" (Recompensas).

Ahorre en copagos por visitas a especialistas

Visite a su PCP para realizarse exámenes preventivos recomendados. Si completa al menos una de las siguientes actividades de atención preventiva, ahorrará \$5 en copagos para visitas a especialistas.

- Un chequeo de rutina, que incluye antecedentes personales, presión arterial, índice de masa corporal, examen físico y un panel sanguíneo metabólico completo que incluye LDL/HDL, hemoglobina A1C y hemograma completo.
- Cáncer de mama
- Cáncer de cuello uterino
- Cáncer colorrectal
- Vacuna contra el tétanos y la difteria
- Diabetes tipo 2

Complete un examen anual de la vista junto con otro examen de detección y ahorre hasta \$10.

Requisitos para calificar para el Plan de bienestar

Para obtener el valor total del plan de bienestar, complete las siguientes acciones.

1 Realice una evaluación de salud en línea

Tiene 2 opciones:

- Complete la encuesta de salud de Rally en myuhc.com ubicada en My Account (Mi cuenta) (haga clic en “Rewards” [Recompensas]).
- Complete la evaluación de salud del estado de Maryland que se encuentra en el sitio web del Departamento de Presupuesto y Administración del estado de Maryland.

2 Seleccione un proveedor de atención primaria

Confirme su selección en la pestaña “Rewards” (Recompensas) en Rally.

Complete los pasos 1 y 2 para ganar copagos de \$0 para visitas al consultorio de un PCP y de salud conductual, y visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

3 Complete exámenes de detección preventivos

Lleve la lista de exámenes de detección a su examen físico anual.

Complete todos los exámenes que su médico recomiende para recibir la reducción de \$5 del copago al especialista. Estos ahorros se pueden combinar con la reducción de \$5 por el examen de la vista.

4 Complete un examen de la vista

Complete un examen anual de la vista para recibir una reducción de \$5 del copago a especialistas. Estos ahorros se pueden combinar con la reducción de \$5 por exámenes de detección preventivos para un descuento total de \$10 en los copagos a especialistas.



Pague copagos de \$0 para visitas al consultorio de un PCP y de salud conductual, y visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Ahorre hasta \$10 en copagos para visitas a especialistas.





Obtenga atención desde cualquier lugar



Obtenga respuestas a sus preguntas sobre la atención de la salud

El equipo de Servicio al Cliente de UnitedHealthcare está aquí para ayudarle:

- Mejore su salud, controle una afección crónica y comprenda problemas médicos complejos
- Comprenda cómo funciona su plan de salud
- Obtenga respuestas sobre una reclamación reciente o cuánto puede esperar pagar.
- Encuentre un proveedor de la red, obtenga una nueva tarjeta de identificación del plan de salud y mucho más.

Llame a Servicio al Cliente las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para obtener ayuda con preguntas sobre su plan de salud y sus beneficios.



¿Tiene un hijo con necesidades médicas complejas?

Conéctese con un asesor que será su único punto de contacto para toda su familia en caso de inquietudes como:

- Apoyo para seguros y pagos, necesidades sociales, bienestar familiar y prestación de atención.
- Defensa y coordinación con los proveedores y equipos de atención para ayudar a garantizar una atención adecuada.
- Coordinación de recursos comunitarios y regionales.
- Resolución de preguntas y problemas.



Comuníquese con el personal de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana

NurseLine proporciona información de personal de enfermería registrado que está aquí para ayudarle a guiar sus decisiones de atención de la salud. Obtenga respuestas a sus preguntas en cualquier momento y lugar, sin costo adicional. Llame al **1-800-382-7513**.



¿Necesita una opción de atención flexible?

Programa una visita virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana, con un médico en línea, en cualquier momento y lugar, a través de **myuhc.com** o la **aplicación de UnitedHealthcare**. Las visitas virtuales disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, son adecuadas para problemas de salud leves, como resfriados, gripe, erupciones, sinusitis, conjuntivitis o dolor de garganta, entre otros.



Pruebe la atención primaria virtual

Dentro o fuera de su hogar, acceda a la atención de la manera que más le convenga. Conéctese con un proveedor para lo siguiente:

- Visitas anuales de bienestar
- Atención de seguimiento para afecciones crónicas, incluidas asma y diabetes.
- Recetas y resurtidos.

Comience en **myuhc.com** o en la **aplicación de UnitedHealthcare**.

Descubra la fuente de todos los detalles de su plan de salud

A través de myuhc.com, obtenga respuestas a sus preguntas sobre beneficios, reclamaciones e información médica. Es fácil de usar y le permitirá hacer lo siguiente:



Sepa a dónde acudir para recibir atención.

- Busque un proveedor, clínica, hospital o laboratorio según la ubicación, especialidad, calidad, costo, servicios y más.
- Vea las calificaciones de los pacientes.
- Estime los costos de tratamientos.
- Programe citas en línea, incluidas visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Maneje reclamaciones

- Realice un seguimiento de sus reclamaciones.
- Vea el historial de reclamaciones y agregue notas personalizadas.
- Según su plan y si le debe a su proveedor de atención médica, es posible que pueda enviar su pago desde el sitio (procesamiento de pagos administrado por InstaMed®).



Conozca sus beneficios de bienestar

- Obtenga consejos para vivir de manera más saludable.
- Reciba recordatorios cuando sea el momento de los chequeos o tratamientos.
- Reciba sugerencias sobre cuándo recibir vacunas, visitas de bienestar, pruebas de rutina o análisis de laboratorio.
- Hable con un asesor de salud.
- Obtenga información sobre su plan de bienestar del estado de Maryland y realice un seguimiento de su progreso.
- Inscríbase en el programa de control de peso Real Appeal®.
- Comience con el programa para dejar de fumar Quit For Life®.



Obtenga recomendaciones de salud personalizadas de Rally

Rally le muestra cómo hacer cambios en su rutina diaria, establecer metas y mantenerse en el objetivo. Comenzará con la encuesta de salud para obtener su puntaje de salud y una evaluación de su salud en general. Obtenga más información en la página 17. Prepárese para una aplicación Rally totalmente nueva en 2025 que le ayudará a alcanzar sus objetivos de una manera más divertida y personalizada. Además, se agilizará el proceso de inicio de sesión con HealthSafe ID® para un fácil acceso a los beneficios del programa con un solo nombre de usuario y contraseña.



Acceda a información desde cualquier lugar

Descargue la **aplicación de UnitedHealthcare** desde App Store® o Google Play® para lo siguiente:

- Encontrar opciones de atención cercanas a usted y dentro de su red.
- Ver detalles de la reclamación.
- Ver y compartir la tarjeta de identificación de su plan de salud.
- Evitar el uso de papel y tener solo una tarjeta de identificación digital.
- Conversar por video con un médico las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Donde lo lleve la vida, allí estamos

Verifique si su médico está dentro de la red

- 1 Visite whyuhc.com/stateofmaryland
> **Search for a Provider (Buscar un proveedor).**
- 2 Haga clic en el plan de salud que está considerando para ver una lista de proveedores dentro de la red.
- 3 Una vez que sea miembro, busque un proveedor en myuhc.com > **Find Care & Costs (Buscar atención y costos)** o busque en la **aplicación de UnitedHealthcare.**

♥♥ Elija de manera inteligente. Busque los corazones azules.

Como su aliado de salud, estamos comprometidos a ayudarle a tomar decisiones informadas cuando busque y elija un proveedor. El programa UnitedHealth Premium® le ayuda a encontrar médicos que cumplen con nuestros criterios de atención de calidad, que incluyen atención segura, oportuna, eficaz y eficiente, para ayudarle a elegir atención con confianza. Para encontrar un médico de atención Premium cerca de usted, busque 2 corazones azules junto al nombre del médico en myuhc.com.

Visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Cuando tiene una necesidad urgente, una visita virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana, es una forma conveniente de recibir la atención que necesita. Converse por video con un médico en una computadora o dispositivo móvil* desde la comodidad de su hogar. Los médicos pueden diagnosticar una amplia variedad de afecciones médicas e incluso recetar medicamentos, si es necesario.** Y con un plan de UnitedHealthcare, su costo será de \$30 o menos. Para empezar, visite uhc.com/virtualvisits.

Prepárese para su visita virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Tenga a mano estos 3 elementos:

- Tarjeta de identificación del plan de salud
- Tarjeta de crédito
- Ubicación de la farmacia

*Es posible que se apliquen tarifas de datos.

**Es posible que los servicios de medicamentos recetados no estén disponibles en todos los estados.

***Según las reglas y reglamentaciones estatales de telesalud. Es posible que algunos medicamentos no estén disponibles y que se apliquen otras restricciones.

****Disponible para los proveedores de la red participantes.

Visitas virtuales de salud conductual

Hable con un psiquiatra o terapeuta desde su hogar para obtener ayuda con afecciones generales de salud mental, como ansiedad o depresión. Su proveedor incluso puede recetarle medicamentos, si corresponde.***

Para encontrar un proveedor de salud conductual o programar una visita virtual:

- 1 Inicie sesión o regístrese en myuhc.com y vaya a **Find Care & Costs (Buscar atención y costos) > Virtual Care (Atención virtual) > Virtual Behavioral Health Care (Atención de la salud conductual virtual).**
- 2 Llame al proveedor elegido para programar una cita o elija "Schedule Now" (Programar ahora) para programar una cita en línea.****

Atención primaria virtual

También puede hacer consultas médicas y chequeos de salud regulares con un PCP de manera virtual, sin tener que acudir al consultorio. Puede elegir atenderse con un PCP de la red regularmente para que le atienda el mismo proveedor a lo largo del tiempo.

Obtenga más información en uhc.com/virtualvisits.










Sepa a dónde acudir para recibir atención médica

Empiece con su PCP

Su PCP tiene acceso fácil a sus registros, conoce el panorama general de su salud e incluso podría ofrecer citas en el mismo día para satisfacer sus necesidades. Para los momentos en los que no puede consultar a su PCP, hay otras opciones de atención rápida que pueden ayudarle a evitar sorpresas financieras. Revise sus opciones a continuación.



Opciones de atención rápida	Necesidades o síntomas		Costo
 <p>Servicio NurseLine disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana Llame al número que figura en su tarjeta de identificación del plan de salud para obtener asesoramiento de expertos</p>	<ul style="list-style-type: none"> Decidir dónde obtener atención médica Encontrar un proveedor u hospital 	<ul style="list-style-type: none"> Recibir ayuda sobre salud y bienestar Respuestas a sus preguntas sobre medicamentos 	Sin costo adicional
 <p>PCP Visita al consultorio o de telesalud a través de la plataforma de su proveedor local</p>	<ul style="list-style-type: none"> Chequeos para afecciones crónicas como asma, diabetes y más Visitas de seguimiento Atención preventiva 		\$
 <p>Atención primaria virtual Citas con el PCP en línea a través de myuhc.com o de la aplicación de UnitedHealthcare</p>	<ul style="list-style-type: none"> Chequeos para afecciones crónicas como asma, diabetes y más Visitas de seguimiento Atención preventiva 		\$
 <p>Visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana Visitas al médico en línea en cualquier momento y lugar</p>	<ul style="list-style-type: none"> Infecciones de vejiga Bronquitis Resfriado/gripe 	<ul style="list-style-type: none"> Fiebre Conjuntivitis Problemas de sinusitis 	\$
 <p>Clínicas de atención en tiendas de compras Tratamiento cerca</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dolor de oído Vacuna contra la gripe 	<ul style="list-style-type: none"> Lesiones menores Erupción cutánea 	\$\$
 <p>Centro de atención de urgencia Atención médica más rápida fuera del horario regular</p>	<ul style="list-style-type: none"> Infecciones (piel, ojos, oído/nariz/garganta, genitales, vías urinarias) Dolor lumbar Lesiones menores (quemaduras, suturas, esguinces, fracturas pequeñas) 	<ul style="list-style-type: none"> Afecciones respiratorias (tos, neumonía, asma) Afecciones estomacales (dolor, vómitos, diarrea) 	\$\$\$
 <p>Sala de emergencias (ER) Para necesidades inmediatas graves</p>	<ul style="list-style-type: none"> Dolor torácico Cálculos renales Quemaduras de tercer grado 	<ul style="list-style-type: none"> Ataque de asma grave Lesiones graves Falta de aire 	\$\$\$\$

Apoyo en cada paso del camino

La atención preventiva puede ayudarle a detectar problemas de salud de manera temprana, cuando son más fáciles y menos costosos de tratar.

Priorice la atención preventiva

Su plan de salud cubre el 100% de la atención preventiva regular cuando visita a un proveedor de la red.*

Los servicios preventivos cubiertos incluyen lo siguiente:

- Un examen anual
- Pruebas de detección de cáncer
- Pruebas de detección de colesterol y presión arterial
- Vacunas, incluidas las vacunas contra la gripe
- Pruebas de Papanicolaou y mamografía para mujeres
- Exámenes de próstata para hombres

Para saber qué exámenes de detección de atención preventiva necesita y qué está cubierto, visite uhc.com/preventivecare.

Formas de aprovechar al máximo su visita

- **Planifique con anticipación.** Anote todos los síntomas, las inquietudes o las preguntas para no olvidarlos.
- **Escuche con atención.** Asegúrese de entender lo que le dice el médico. Pida instrucciones por escrito, si es necesario.
- **Pida a alguien que le acompañe.** Esa persona puede tomar notas y ayudarle a recordar lo que se dijo.
- **Haga preguntas.** Informe al médico si tiene alguna inquietud sobre su tratamiento y los exámenes de detección recomendados o sobre los costos.



¿Busca un médico de la red?

Para encontrar un médico acorde a sus necesidades, visite myuhc.com o llame al **1-800-382-7513, TTY 711**.

Apoyo para afecciones crónicas

Nuestros **programas de manejo de enfermedades** ofrecen apoyo personalizado con personal de enfermería para las siguientes afecciones:

- Asma
- Dolor de espalda crónico
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Arteriopatía coronaria (Coronary Artery Disease, CAD)
- Diabetes
- Insuficiencia cardíaca
- Hiperlipidemia
- Presión arterial alta

Manejo de afecciones

Si usted o un ser querido tienen una afección crónica o han sufrido un evento de salud catastrófico, probablemente tengan preguntas. Un miembro del personal de enfermería exclusivo para usted puede ayudarle a analizar las opciones de atención y proporcionarle apoyo y recursos adicionales para más de 100 afecciones crónicas. Llame al **1-800-382-7513, TTY 711**.



Atención preventiva frente a atención de diagnóstico: conozca la diferencia

La atención preventiva incluye exámenes de detección de rutina realizados durante la visita anual de atención preventiva, cuando no hay síntomas específicos que revisar o una enfermedad que tratar. Los servicios de diagnóstico incluyen tratamiento para afecciones específicas, atención continua, análisis de laboratorio u otras pruebas necesarias para controlar o tratar una afección de salud. Dependiendo de su plan de beneficios, es posible que deba pagar los servicios de diagnóstico recibidos durante la visita de atención preventiva.

*Ciertos artículos y servicios de atención preventiva, incluidas las vacunas, se proporcionan según lo especificado por la ley vigente, incluida la Ley de Protección al Paciente y Cuidado de Salud Asequible (Affordable Care Act, ACA), sin reparto de costos. Estos servicios pueden basarse en su edad y otros factores de salud. Otros servicios de rutina pueden estar cubiertos en virtud de su plan y algunos planes podrían requerir un copago, coseguro o deducible por estos beneficios. Revise siempre los documentos de su plan de beneficios para determinar los detalles específicos de su cobertura.

Apoyo para el bienestar emocional

Desde el estrés diario hasta las inquietudes continuas como la ansiedad, la depresión y el consumo de sustancias, tiene acceso a una amplia gama de recursos y formas de obtener apoyo.



Comience visitando myuhc.com para ver todo lo que está disponible.



Use la **herramienta de búsqueda de proveedores** para encontrar terapeutas, psiquiatras u otros médicos y centros de salud conductual cerca de usted.



Consulte **artículos, pódcast, videos** y otras herramientas sobre temas que le interesan



Enlace a una **variedad de recursos**

Apoyo para la salud conductual

Obtenga ayuda confidencial en persona o virtual de un psiquiatra o terapeuta para:

- Depresión, estrés y ansiedad
- Trastornos de la alimentación
- Problemas familiares y de crianza
- Consumo de sustancias y recuperación

Aplicación Calm Health

Es posible que haya oído hablar de la aplicación Calm o que incluso la haya utilizado. Ahora tiene acceso a sus características más populares y mucho más con Calm Health. Está disponible a través de sus beneficios sin costo adicional para usted e incluye contenido escrito por psicólogos con licencia. Trabaje para alcanzar objetivos de bienestar como los siguientes:

- Dormir mejor
- Desarrollar habilidades para controlar el estrés
- Desarrollar resiliencia
- Iniciar y construir un hábito de atención plena

Todo es autoguiado, así que puede seguir su propio ritmo.

Terapia de análisis del comportamiento aplicado

La terapia de análisis conductual aplicado (applied behavior analysis, ABA), que se incluye dentro de sus beneficios*, utiliza principios conductuales para enseñar a los niños habilidades y conductas que de otro modo no aprenderían por sí solos.

*Se requiere certificación previa. Si a su hijo ya se le ha diagnosticado autismo y recibe tratamiento, es posible que su proveedor ya esté aprobado.



Tratamiento por consumo de sustancias

Si usted o un ser querido tienen problemas con el consumo de sustancias, llame a la Línea de ayuda para el tratamiento de consumo de sustancias. Está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana como parte de sus beneficios y es completamente confidencial; puede incluso permanecer en el anonimato.

Para hablar con un defensor de la recuperación, llame al **1-855-780-5955** o visite liveandworkwell.com/recovery para encontrar opciones y recursos de atención.



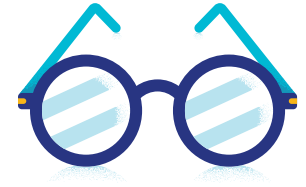
Línea de Prevención del Suicidio y Crisis 988

Apoyo emocional gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para cualquier persona que tenga una crisis suicida o angustia emocional.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988**. También puede visitar 988lifeline.org.

Explore el mundo con una nueva mirada

Acceda a una amplia red nacional de proveedores de atención de la vista de calidad, con más de 165,000 puntos de acceso en todo el país*, para exámenes de la vista, descuentos en marcos y lentes, y más beneficios. Elija entre los últimos estilos de marcos y opciones de lentes de proveedores como Warby Parker, Walmart®, Target y LensCrafters®, incluidos descuentos en lentes de contacto, pares adicionales de anteojos, corrección de la visión con láser y más.



ExpressExam

Como miembro de UnitedHealthcare Vision, puede renovar su receta para anteojos de manera virtual con ExpressExam, disponible sin costo adicional.

Visite 1800contacts.com/uhc para iniciar su examen.

Cómo funciona:

- **Hágase el examen:** use su teléfono o computadora para hacerse un examen de la vista en línea; solo le llevará unos 10 minutos
- **Revisión del médico:** un oftalmólogo certificado de su estado revisará los resultados de su examen
- **Obtenga sus anteojos:** si se aprueba, la nueva receta estará lista en unas horas

Exámenes oculares

Las visitas regulares a un oftalmólogo pueden ayudarle a mantener los ojos sanos y mejorar su salud general. Sus beneficios oftalmológicos incluyen un examen anual de la vista de rutina con un proveedor de la red. Consulte su manual de beneficios para conocer detalles sobre los montos de la cobertura. Sus beneficios oftalmológicos son desarrollados por UnitedHealthcare Vision Network. Para encontrar un proveedor de la red cerca de usted, visite myuhcvision.com.

Asignación para marcos**

Cuando utiliza un proveedor de la red, puede gastar una asignación para marcos para que le ayude a comprar cualquier marco que su oftalmólogo le ofrezca. Obtiene un descuento sobre cualquier costo que supere el monto de la asignación.

Asignación para lentes de contacto**

Es posible que tenga cobertura para visitas de seguimiento y ajuste según el diseño de su plan y los lentes elegidos. Inicie sesión en myuhcvision.com para obtener más información sobre su beneficio específico.

Opciones de lentes**

Las opciones populares de lentes, como la protección contra rayos UV o el revestimiento antirreflejo, están disponibles para usted a montos con protección de precios. Además, hay lentes estándar con revestimiento resistente a los rayones y de policarbonato disponibles para niños dependientes sin costo adicional.

Pares adicionales de anteojos**

Obtenga un descuento del 20% en pares adicionales de anteojos, incluso en anteojos de sol con receta.

Vea más beneficios

- **Corrección de la vista con láser:** ahorre hasta un 35% del precio promedio nacional para la corrección de la vista con láser en más de 900 ubicaciones de QualSight® LASIK en todo el país**
- **Lentes de contacto:** solicite lentes de contacto adicionales en uhccontacts.com para obtener un 10% de descuento

Comenzar

- Inicie sesión en myuhcvision.com para obtener acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a detalles sobre su plan de la vista
- Llame al **1-800-382-7513, TTY 711**
- Con su plan de salud de UnitedHealthcare, puede acceder a los beneficios de su plan de salud y oftalmológico en línea en cualquier momento, en myuhc.com. También puede buscar proveedores y acceder a la tarjeta de identificación de su plan de salud en su dispositivo móvil con la **aplicación de UnitedHealthcare**.

¿Lo sabía?

Puede obtener precios preferenciales en audífonos con programación personalizada, desde \$699 cada uno, a través de UnitedHealthcare Hearing. Para empezar, llame al **1-866-926-6632, TTY 711**, o visite UHCHearing.com.

*Conteo de la red hasta junio de 2024.

**No todos los proveedores participan en todos los planes. Consulte con su proveedor antes de usar sus beneficios.



Ayudándole a mantenerse sano



Real Appeal

Real Appeal en Rally Coach™ es un programa en línea diseñado para ayudarle a usted y a los miembros elegibles de su familia a mantenerse saludables y a controlar el peso. Con este programa, puede hacer lo siguiente:

- ✓ **Dar pequeños pasos para adoptar hábitos saludables**
Establezca objetivos alcanzables de nutrición, ejercicio y control de peso, y haga un seguimiento de su progreso desde su tablero diario.
- ✓ **Encontrar una comunidad de apoyo**
Obtenga apoyo con mensajes personalizados, sesiones grupales en línea dirigidas por instructores y una comunidad de miembros.
- ✓ **Recibir un kit para el éxito en su hogar**
Aproveche al máximo herramientas y recursos como balanzas de peso y alimentos, un plato para porciones y más.



Wellness Coaching

Trabaje para alcanzar sus objetivos de salud a su propio ritmo con el programa estatal **Make the Call, Take the Call**.

- Reciba apoyo personalizado en línea o por chat, correo electrónico seguro o teléfono, en un horario que le sea conveniente
- Diseñe un plan de acción personal con su instructor
- Acceda a recursos y programas adicionales de nutrición, manejo del estrés y más
- Utilice herramientas y recursos autoguiados en línea y conéctese con su instructor cuando necesite más apoyo

Empiece hoy mismo en myuhc.wellnesscoachingnow.com.

Las investigaciones muestran que perder solo un

5%

del peso corporal puede ayudar a reducir el riesgo de diabetes tipo 2 y enfermedades cardíacas.¹

- Cubierto sin costo adicional dentro de su plan médico
- Conviértase en miembro de forma gratuita en stateMD.realappeal.com

¹Wing R. R., Lang W., Wadden T. A. et al. Benefits of modest weight loss in improving cardiovascular risk factors in obese and overweight individuals with type 2 diabetes (Beneficios de una modesta pérdida de peso en la mejora de los factores de riesgo cardiovascular en personas con obesidad y sobrepeso con diabetes tipo 2). *Diabetes Care (Atención para la diabetes)*. 2011;34(7):1481-1486.

Más programas de apoyo para el bienestar



Rally

Obtenga una evaluación rápida de su salud general realizando la Encuesta de salud para obtener su Puntaje de salud. Luego, obtenga Misiones recomendadas diseñadas para ayudarlo a mejorar su estado de ánimo, su estado físico y su dieta. Comience en un nivel fácil y suba de nivel cuando esté listo. Rally está disponible sin ningún costo adicional como parte de los beneficios de su plan de UnitedHealthcare. Prepárese para una aplicación Rally totalmente nueva en 2025 que le ayudará a alcanzar sus objetivos de una manera más divertida y personalizada.

Siga estos pasos para comenzar:

- 1 Inicie sesión en myuhc.com
- 2 Vaya a **My Account (Mi cuenta) > Rewards (Recompensas)**
- 3 Regístrese en Rally y realice la Encuesta de salud
- 4 Descargue la aplicación Rally



Apoyo para la maternidad

Si está pensando en tener un bebé o tiene uno en camino, el apoyo para la maternidad está a su disposición para ayudarlo. El apoyo para la maternidad está diseñado para todas las madres, sin importar cómo transiten su embarazo.

Empiece por realizar una evaluación de apoyo para la maternidad, que solo demorará unos minutos en completar. En función de sus respuestas, es posible que un miembro del personal de enfermería de maternidad se ponga en contacto con usted para ayudar a conectarle con la atención que necesita, responder preguntas y ofrecerle apoyo en cada momento del recorrido. También tendrá acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a 7 cursos en línea sobre maternidad, que tratan temas desde la preconcepción hasta la lactancia.

Visite myuhc.com/maternity para completar la evaluación, ver videos y obtener más información sobre el apoyo para la maternidad.



Quit For Life

Si está dispuesto a dejar de fumar, Quit For Life puede ayudarlo. Reciba apoyo personalizado de un Quit Coach® para que le ayude a crear un plan. También recibirá una guía para dejar de fumar, acceso a un sitio web exclusivo para miembros, ayuda para decidir si los medicamentos de venta libre o con receta son adecuados para usted y, si cumple los requisitos, terapia de reemplazo de nicotina como parches o goma de mascar. Para inscribirse, visite myuhc.com.



One Pass Select

One Pass Select es un programa de acondicionamiento físico y bienestar basado en suscripciones que fomenta un estilo de vida más saludable y anima a los participantes a encontrar una rutina que se adapte a su estilo de vida:

- Sin contratos a largo plazo ni cuotas anuales*
- Con opciones flexibles para hacer actividad física y posibilidad de utilizar ubicaciones en todo el país (no se limita a 1 gimnasio)
- Posibilidad de añadir hasta 4 familiares o amigos (mayores de 18 años)
- Opción de cambiar de nivel mensualmente
- Suscripción para entrega de comestibles con nivel Classic o superior

Comience en onepassselect.com. Tenga su tarjeta de identificación del plan de salud a mano.



Tienda de Optum

Compre productos de salud y bienestar, y busque fácilmente aquellos que sean elegibles para la cuenta de gastos flexibles (Flexible Spending Account, FSA). Optum Store ofrece una amplia variedad de artículos de venta libre para el bienestar, incluidos medicamentos para la alergia, el resfrío y la gripe, productos de cuidado personal y más. Vea los productos que se ofrecen en store.optum.com.



* Se cobra 1 tarifa única en el momento de la inscripción.

Esta es la letra chica

No tratamos a los miembros de manera diferente debido a su sexo, edad, raza, color, discapacidad o nacionalidad.

Si piensa que no le han tratado en forma justa debido a su sexo, edad, raza, color, discapacidad o nacionalidad, puede enviar una reclamación al Coordinador de Derechos Civiles:

Por correo postal: UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608
Salt Lake City, UT 84130

En línea: UHC_Civil_Rights@uhc.com

Debe enviar la queja en un plazo de 60 días desde que se enteró de la situación. Se le enviará una decisión dentro de un plazo de 30 días. Si no está de acuerdo con la decisión, tiene 15 días para pedirnos que analicemos la situación nuevamente. Si necesita ayuda con su reclamación, llame al número de teléfono gratuito para miembros que aparece en su tarjeta de identificación.

También puede presentar una queja ante el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.:

En línea: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Teléfono: línea gratuita 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)

Por correo postal: U.S. Dept. of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW, Room 509F
HHH Building
Washington, DC 20201

Brindamos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros, como cartas en otros idiomas o en letra grande. También puede solicitar un intérprete. Para solicitar ayuda, llame al número de teléfono gratuito para miembros que aparece en la tarjeta de identificación de su plan de salud.

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Please call the toll-free phone number listed on your identification card.

ATENCIÓN: Si habla español (**Spanish**), hay servicios de asistencia de idiomas, sin cargo, a su disposición. Llame al número de teléfono gratuito que aparece en su tarjeta de identificación.

請注意：如果您說中文 (**Chinese**)，我們免費為您提供語言協助服務。請撥打會員卡所列的免付費會員電話號碼。

XIN LƯU Ý: Nếu quý vị nói tiếng Việt (**Vietnamese**), quý vị sẽ được cung cấp dịch vụ trợ giúp về ngôn ngữ miễn phí. Vui lòng gọi số điện thoại miễn phí ở mặt sau thẻ hội viên của quý vị.

알림: 한국어(**Korean**)를 사용하시는 경우 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 귀하의 신분증 카드에 기재된 무료 회원 전화번호로 문의하십시오.

PAALALA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog (**Tagalog**), may makukuha kang mga libreng serbisyo ng tulong sa wika. Pakitawagan ang toll-free na numero ng telepono na nasa iyong identification card.

ВНИМАНИЕ: бесплатные услуги перевода доступны для людей, чей родной язык является русским (**Russian**). Позвоните по бесплатному номеру телефона, указанному на вашей идентификационной карте.

توجّه: إذا كنت تتحدث لغة غير العربية (**Arabic**)، فيمكننا مساعدتك في فهم اللغة العربية مجاناً. يرجى الاتصال بنا على الرقم المجاني على بطاقة هويتك.

ATANSYON: Si w pale Kreyòl ayisyen (**Haitian Creole**), ou kapab benefisyè sèvis ki gratis pou ede w nan lang pa w. Tanpri rele nimewo gratis ki sou kat idantifikasyon w.

ATTENTION: Si vous parlez français (**French**), des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Veuillez appeler le numéro de téléphone gratuit figurant sur votre carte d'identification.

UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku (**Polish**), udostępniliśmy darmowe usługi tłumacza. Prosimy zadzwonić pod bezpłatny numer telefonu podany na karcie identyfikacyjnej.

ATENÇÃO: Se você fala português (**Portuguese**), contate o serviço de assistência de idiomas gratuito. Ligue gratuitamente para o número encontrado no seu cartão de identificação.

ACHTUNG: Falls Sie Deutsch (**German**) sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Bitte rufen Sie die gebührenfreie Rufnummer auf der Rückseite Ihres Mitgliedsausweises an.

توجّه: اگر زبان شما فارسی (**Farsi**) است، خدمات امداد زبانی به طور رایگان در اختیار شما می باشد. لطفاً با شماره تلفن رایگانی که روی کارت شناسایی شما قید شده تماس بگیرید.

ध्यान दें: यदि आप हिंदी (**Hindi**) बोलते हैं, आपको भाषा सहायता सेवाएं, नि:शुल्क उपलब्ध हैं। कृपया अपने पहचान पत्र पर सूचीबद्ध टोल-फ्री फोन नंबर पर कॉल करें।

DÍI BAA'ÁKONÍNÍZIN: Diné (**Navajo**) bizaad bee yáníl'ti'go, saad bee áka'anída'awo'ígíí, t'áá jíik'eh, bee ná'ahóót'i'. T'áá shòqodí ninaaltsoos nit'izi bee nééhozinígíí bine'déq' t'áá jíik'ehgo béesh bee hane'i biká'ígíí bee hodiilnih.

Este folleto incluye información general sobre su plan de beneficios médicos. Este resumen no es un documento del plan según el cual se mantiene y administra el plan. En caso de diferencias entre esta información y sus documentos del plan, prevalecerán los documentos del plan. Los beneficios descritos están sujetos a modificaciones en cualquier momento.

Estos servicios y programas son solo para fines informativos y no deben usarse para necesidades de emergencia o de atención de urgencia. En caso de emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana. Los fines de este contenido son exclusivamente informativos o educativos. Esto no pretende reemplazar las consultas clínicas profesionales para las necesidades de salud individuales. Ciertos tratamientos pueden no estar cubiertos en algunos planes de beneficios.

El programa UnitedHealth Premium® es un recurso solo para fines informativos. Las designaciones aparecen en los directorios de médicos en línea de UnitedHealthcare en myuhc.com®. Siempre debe consultar myuhc.com para obtener la información más actualizada. **Las designaciones Premium son una guía para elegir un médico y se pueden utilizar como uno de los varios factores que debe tener en cuenta a la hora de elegir un médico. Si ya tiene un médico, tal vez le interese pedirle consejo sobre la elección de otros médicos. Las evaluaciones de médicos tienen un riesgo de error y no deben ser el único factor que se debe tener en cuenta a la hora de elegir un médico.** Para obtener información y metodologías detalladas del programa, consulte myuhc.com.

Todas las marcas comerciales pertenecen a sus respectivos propietarios.

Apple, App Store y el logotipo de Apple son marcas comerciales de Apple Inc. registradas en los Estados Unidos y otros países.

Google Play y el logotipo de Google Play son marcas comerciales registradas de Google Inc.

Calm Health no tiene como objetivo diagnosticar ni tratar la depresión, la ansiedad ni ninguna otra enfermedad o afección. El uso de Calm Health no sustituye la atención por parte de un médico u otro proveedor de atención médica. Cualquier pregunta que pueda tener con respecto al diagnóstico, la atención o el tratamiento de una afección médica debe dirigirse a su médico o proveedor de atención médica. Calm Health es un producto de bienestar mental y no tiene como objetivo hacer ninguna recomendación de salud mental ni brindar asesoramiento clínico. Calm Health no está disponible para los clientes/miembros de UnitedHealthcare E&I completamente asegurados en District of Columbia, Maryland, New York, Pennsylvania, Virginia o West Virginia debido a presentaciones reglamentarias. Los beneficios para empleados, incluidos los beneficios del plan de salud grupal, pueden ser beneficios imponibles, a menos que se ajusten a categorías de excepción específicas. Consulte a su especialista en impuestos para determinar la imponibilidad de estas ofertas. Imágenes proporcionadas solo con fines ilustrativos. Los miembros deben tener 16 años o más para usar los servicios, a menos que el padre, la madre o el tutor legal acepten los "Términos" de Calm. El padre, la madre o el tutor legal de un usuario menor de 16 años está sujeto a los "Términos" y es responsable de la actividad de su hijo en los servicios.

Rally Health proporciona información sobre la salud y el bienestar y apoyo como parte de su plan de salud. No proporciona asesoramiento médico ni otros servicios de salud y no reemplaza la atención de su médico. Si usted tiene necesidades de atención de la salud específicas, consulte a un profesional de atención médica adecuado. La participación en la Encuesta de Salud es voluntaria. Sus respuestas se mantendrán confidenciales en virtud de la ley y solo se utilizarán para proporcionar recomendaciones de salud y bienestar o realizar otras actividades del plan.

El programa Quit For Life ofrece información sobre los métodos para dejar de consumir tabaco y apoyo relacionado con el bienestar. Cualquier información de salud que usted proporcione se mantiene en forma confidencial de acuerdo con la ley. El programa Quit For Life no proporciona tratamiento clínico ni servicios médicos, y no se lo debería considerar un reemplazo de la atención de un médico. Converse con su médico para saber en qué medida la información que se ofrece es adecuada para usted. La participación en este programa es voluntaria. Si usted tiene necesidades o preguntas de atención de la salud específicas, consulte a un profesional de atención médica apropiado. Este servicio no debe usarse cuando se necesita atención de emergencia o urgencia. En caso de emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana.

One Pass Select es un programa voluntario que cuenta con una red de gimnasios basada en suscripción en todo el país, acondicionamiento físico digital y servicio de entrega de comestibles. La información proporcionada en este programa es solo para fines informativos generales y no tiene por objetivo ni debería interpretarse como recomendación médica. Las personas deben consultar a un profesional de atención médica apropiado antes de comenzar un programa de ejercicios o para determinar qué sería lo correcto para ellas. Comprar membresías con descuento en gimnasios y centros de acondicionamiento físico, o servicios de acondicionamiento físico digital o de entrega de comestibles puede tener implicaciones impositivas. Los empleadores y las personas deben consultar a un profesional impositivo adecuado para determinar si tienen alguna obligación tributaria con respecto a la compra de estos servicios o membresías con descuento en virtud de este programa, según corresponda.

Las visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana son un servicio disponible con un proveedor a través de video o audio únicamente cuando lo permite la ley estatal. No es un producto de seguro ni un plan de salud. A menos que se requiera de otro modo, los beneficios solo están disponibles cuando los servicios se proporcionan mediante un proveedor de la red virtual designado. Las visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana, no están destinadas a tratar afecciones médicas de emergencia o que ponen en riesgo la vida y no deben utilizarse en esos casos. Es posible que los servicios no estén disponibles en todo momento, en todos los lugares o para todos los miembros. Consulte su plan de beneficios para determinar si estos servicios están disponibles.

Real Appeal es un programa voluntario de pérdida de peso que se ofrece a los miembros elegibles sin costo adicional como parte de su plan de beneficios. La información proporcionada en este programa es solo para fines informativos generales y no pretende reemplazar el asesoramiento médico o nutricional ni debe interpretarse como tal. Los participantes deben consultar a un proveedor de atención médica apropiado para determinar qué sería lo correcto para ellos. Los resultados, si los hubiera, pueden variar. Cualquier elemento o herramienta que se proporcionen pueden ser tributables y los participantes deben consultar a un profesional impositivo adecuado para determinar las obligaciones tributarias que puedan tener por recibir elementos o herramientas en virtud de este programa.

Los servicios de apoyo no deben usarse cuando se necesita atención de emergencia o urgencia. En caso de emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana. La información provista a través de los servicios de un asesor (Advocate4Me) es solo para fines informativos y se proporciona como parte de su plan de salud. El personal de enfermería especializado en bienestar, los instructores y otros representantes no pueden diagnosticar problemas ni recomendar tratamientos y no reemplazan la atención de su médico. La confidencialidad de su información de salud se mantiene de acuerdo con la ley. Los servicios de asesores no son un programa de seguro y pueden suspenderse en cualquier momento.

NurseLine tiene fines informativos solamente. El personal de enfermería no puede diagnosticar problemas ni recomendar tratamientos específicos, y no reemplaza la atención de su médico. Los servicios NurseLine no son un programa de seguro y pueden suspenderse en cualquier momento.

La información proporcionada en "Apoyo para la maternidad" es solo para fines informativos generales y no pretende reemplazar el asesoramiento médico o nutricional ni debe interpretarse como tal. Los participantes deben consultar a un proveedor de atención médica apropiado para determinar qué sería lo correcto para ellos. Si cree que puede tener una afección médica de emergencia, debe buscar atención inmediata en un departamento de emergencias o llamar al 9-1-1. Los empleadores son responsables de garantizar que cualquier programa de bienestar que ofrezcan a sus empleados cumpla con las leyes estatales o federales aplicables incluidas, entre otras, las regulaciones de bienestar de la Ley de No Discriminación por Información Genética (Genetic Information Nondiscrimination Act, GINA), la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (Americans with Disabilities Act, ADA) y la Ley de Portabilidad y Responsabilidad de los Seguros Médicos (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA) que, en muchas circunstancias, contienen límites máximos de incentivos para todos los programas de bienestar combinados que generalmente se limitan al 30 por ciento del costo de la cobertura individual del plan de menor costo, así como las obligaciones de que los empleadores proporcionen determinados avisos a sus empleados. Los empleadores deben analizar estas cuestiones con su propio asesor legal.

Guía de inscripción abierta para miembros del estado de Maryland

Servicios administrativos proporcionados por United HealthCare Services, Inc. o sus filiales.

Comience su viaje



Revise sus opciones

Ahora que ha tenido tiempo para revisar todos los detalles, está listo para inscribirse en el plan que más le convenga. Visite stateofmaryland.onelogin.com para inscribirse.



Prepárese para que comience la cobertura

Mientras tanto, busque proveedores de la red en whyuhc.com/stateofmaryland > **Search for a Provider (Buscar un proveedor)**.



Dé la bienvenida a sus beneficios

Busque en su correo postal la tarjeta de identificación de su plan de salud. Una vez que la reciba, ingrese en myuhc.com y descargue la **aplicación UnitedHealthcare** para mantenerse conectado.

¿Tiene alguna pregunta?

Visítenos en línea o llámenos las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

1-800-382-7513

whyuhc.com/stateofmaryland



Health Benefits
Together, we are working toward a healthier community.