

Beneficios y servicios médicos para la salud y el bienestar

Estos beneficios y servicios médicos adicionales complementan su cobertura y son importantes para su bienestar. Los siguientes beneficios y servicios médicos adicionales no se enumeran en el folleto sobre las opciones de cobertura disponibles:

- Enfermería telefónica 24/7 Nurseline
- Programa SilverSneakers®
- Consultas virtuales

Si decide solicitar la cobertura, guarde este documento para poder encontrar fácilmente la información de contacto de estos beneficios y servicios médicos. Consulte los documentos de su cobertura para obtener más información o llame a la línea de información Education Helpline al **1-877-842-7564 (TTY 711)**.

La ayuda está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, except el día de Acción de Gracias y Navidad.

Airrosti | Terapia Física

Airrosti brinda atención personalizada para afecciones y dolores musculoesqueléticos agudos y crónicos. Los planes de tratamiento presenciales y virtuales incluyen evaluación y pruebas ortopédicas, tratamiento manual conservador y rehabilitación activa personalizada. Los ejercicios en casa están diseñados para acelerar la recuperación y prevenir futuras lesiones.

Visite www.airrosti.com para obtener más información, incluidas ubicaciones y atención virtual.

Enfermería telefónica 24/7 Nurseline

Un profesional de enfermería puede responder a sus preguntas sobre la salud. Este servicio está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Obtenga ayuda para problemas de salud, como el asma, los mareos o los dolores de cabeza intensos, la fiebre alta, entre otros.

Puede comunicarse con la enfermería telefónica 24/7 Nurseline al **1-800-631-7023 (TTY 711)**.

Programa de descuentos de Blue365®

Con el programa Blue365, puede ahorrar dinero al adquirir productos y servicios para la salud y el bienestar, como lentes de contacto, servicios para el cuidado dental, dispositivos de acondicionamiento físico, anteojos, comidas saludables, aparatos auditivos, ropa y calzado, entre otros, de tiendas reconocidas. La disponibilidad de los descuentos está sujeta a cambios.

Consulte todas las ofertas y obtenga más información en www.blue365deals.com/es/BCBSTX/.

Servicios para el cuidado de la audición

A través de nuestra asociación con TruHearing®, su plan cubre un examen de audición de rutina con un copago de \$0 y una asignación de \$2,000 para audífonos para ambos oídos durante 36 meses.

Consulte su Resumen de beneficios para obtener detalles sobre lo que cubre su plan.

Visite el sitio web de TruHearing en www.truhearing.com o llame al **1-844-855-9536 (TTY 711)** para obtener más información.

Hinge Health | Reducción de dolor muscular de las articulaciones

Aborde el dolor crónico de espalda, rodilla o cadera sin cirugía ni medicación a través de un programa que se asimila a la fisioterapia a domicilio.

Visite es.hingehealth.com o llame a **1-855-902-2777** para obtener más información.

Learn to Live® | Apoyo para la salud mental

Aprenda nuevas habilidades para romper viejos patrones que pueden estar reprimiéndole. Los programas digitales de salud mental de Learn to Live pueden ayudarle a mejorar su salud mental para que pueda sentirse mejor y disfrutar más de la vida.

Visite el sitio web de Learn to Live en <https://es.learntolive.com/welcome/bcbstx> o llame al **1-800-406-7457**.

Wondr | Programa digital para la pérdida de peso

Wondr es un programa semanal en línea que puede completar a su propio ritmo y aprender habilidades útiles para mejorar la salud a largo plazo. Wonder puede ayudarle a perder peso y a no recuperarlo. También puede reducir el riesgo de padecer enfermedades graves, como la diabetes y las enfermedades cardíacas.

Obtenga más información en www.wondrhealth.com o llame al **1-855-999-7549**.

Esta no es una descripción completa de los beneficios y servicios médicos con cobertura. Consulte los documentos de la cobertura para obtener más detalles.

La relación entre estos proveedores y Blue Cross and Blue Shield of Texas (BCBSTX) es de contratistas independientes. BCBSTX no recomienda, ni avala, ni garantiza ninguno de los productos o servicios disponibles a través de los proveedores mencionados en este documento.

Blue365 es un programa de descuentos solo para asegurados de Blue Cross and Blue Shield of Texas. Este programa NO es un seguro. Algunos de los servicios que se ofrecen por medio de este programa podrían estar incluidos en su cobertura médica. Los empleados deben de consultar la información específica de la cobertura en su certificado de beneficios y servicios médicos o comunicarse con Servicio al Cliente al número en su tarjeta de asegurado. El uso de Blue365 no cambia los pagos mensuales, ni los costos de los servicios o productos cuentan en favor de ningún máximo o deducibles de la cobertura. Los descuentos solo se otorgan por medio de proveedores que participan en este programa. BCBSTX no garantiza ni avala ninguna de las afirmaciones o recomendaciones sobre los servicios o productos del programa. Los asegurados deben de consultar al médico antes de usar estos servicios y productos. BCBSTX se reserva el derecho de cancelar o modificar este programa en cualquier momento sin previo aviso.

TruHearing® es una marca registrada de TruHearing, Inc., una compañía independiente que ofrece descuentos en dispositivos auditivos.

Learn to Live, Inc. es una compañía independiente que proporciona programas y recursos de apoyo en línea para la salud mental. Learn to Live es un programa educativo y no debe de ser considerado como tratamiento médico.

No todas las coberturas ofrecen el servicio de consultas virtuales. El servicio de atención médica inmediata está limitado a video interactivo en línea para los prestadores de servicios médicos con licencia en Nuevo México y en el Distrito de Columbia. El servicio de consultas de salud mental requiere video para la consulta inicial; posteriormente, puede usarse video o audio para las consultas de seguimiento según el criterio clínico del profesional médico. No todas las coberturas ofrecen el servicio de salud mental.

MDLIVE es una compañía aparte que opera y administra el programa de las consultas virtuales de Blue Cross and Blue Shield of Texas. MDLIVE es el único responsable de su funcionamiento y del de sus profesionales médicos contratados. MDLIVE® y el logotipo de MDLIVE son marcas registradas de MDLIVE, Inc., y queda prohibido su uso sin autorización por escrito.

Convey Health Solutions, Inc., es una compañía independiente que proporciona servicios complementarios de Medicare, como medicamentos sin receta y otros suministros médicos en nombre de Blue Cross and Blue Shield of Texas.

Healthy Activity Portal es un sitio web cuya propiedad y administración corresponden a HealthMine, Inc., una compañía independiente, que tiene contrato con Blue Cross and Blue Shield of Texas para proporcionar herramientas y servicios digitales de interacción clínica personal y para el cuidado de la salud a los asegurados con cobertura a través de BCBSTX.

SilverSneakers® es un programa de bienestar cuya propiedad y administración corresponden a Tivity Health, Inc., una compañía independiente.

Tivity Health y SilverSneakers® son marcas comerciales registradas o marcas comerciales de Tivity Health, Inc., o de sus subsidiarias o afiliadas en los EE. UU. u otros países.

Wonder Health es una compañía independiente que tiene contrato con Blue Cross and Blue Shield of Texas para proporcionar un programa de reducción del síndrome metabólico a los asegurados con cobertura a través de BCBSTX.

Blue Cross and Blue Shield of Texas, que se refiere a HCSC Insurance Services Company (HISC) y a GHS Insurance Company (GHSIC), ofrece las coberturas HMO y PPO. Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company (HCSC), ofrece las coberturas HMO y PPO disponibles como prestación laboral o a través de sindicatos. HCSC, HISC y GHSIC son licenciatarias independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. HCSC, HISC y GHSIC son organizaciones Medicare Advantage que tienen contrato con Medicare. La posibilidad de solicitar cobertura de estas pólizas depende de la renovación de los contratos.