Nombre del Grupo: WA Farm Bureau Healthcare Trust

Fecha de entrada en vigencia del Plan: October 01, 2025

Su WA Farm Bureau Healthcare Trust plan de salud

PREMERA | BLUE CROSS

Atención médica para todas sus edades y etapas

La vida está llena de momentos e hitos significativos.

Cuando esos momentos incluyen un cambio en sus necesidades de **atención médica**, estará **preparado** para lo que le depare la vida, con un plan de salud galardonado, a su disposición. Puede sentirse **confiado** si sabe que tiene acceso a una atención **de calidad** y muchas maneras de encontrarla.

Cuando sus necesidades cambian, puede sentirse seguro por haber elegido **el plan de salud adecuado para asistirlo mejor en todas las etapas de su vida.**

Premios y reconocimientos

- America's Greatest Workplaces for Diversity (Mejores lugares de trabajo para la diversidad de Estados Unidos), Newsweek, 2024
- America's Best Midsize Employers (Mejores empresas medianas de Estados Unidos), campeón 4 años, Forbes, 2024
- Outstanding Corporation in Philanthropy (Corporación Destacada en Filantropía), Association of Fundraising Professionals Alaska Chapter, 2022

Para obtener más información, consulte nuestro **video de la marca**.

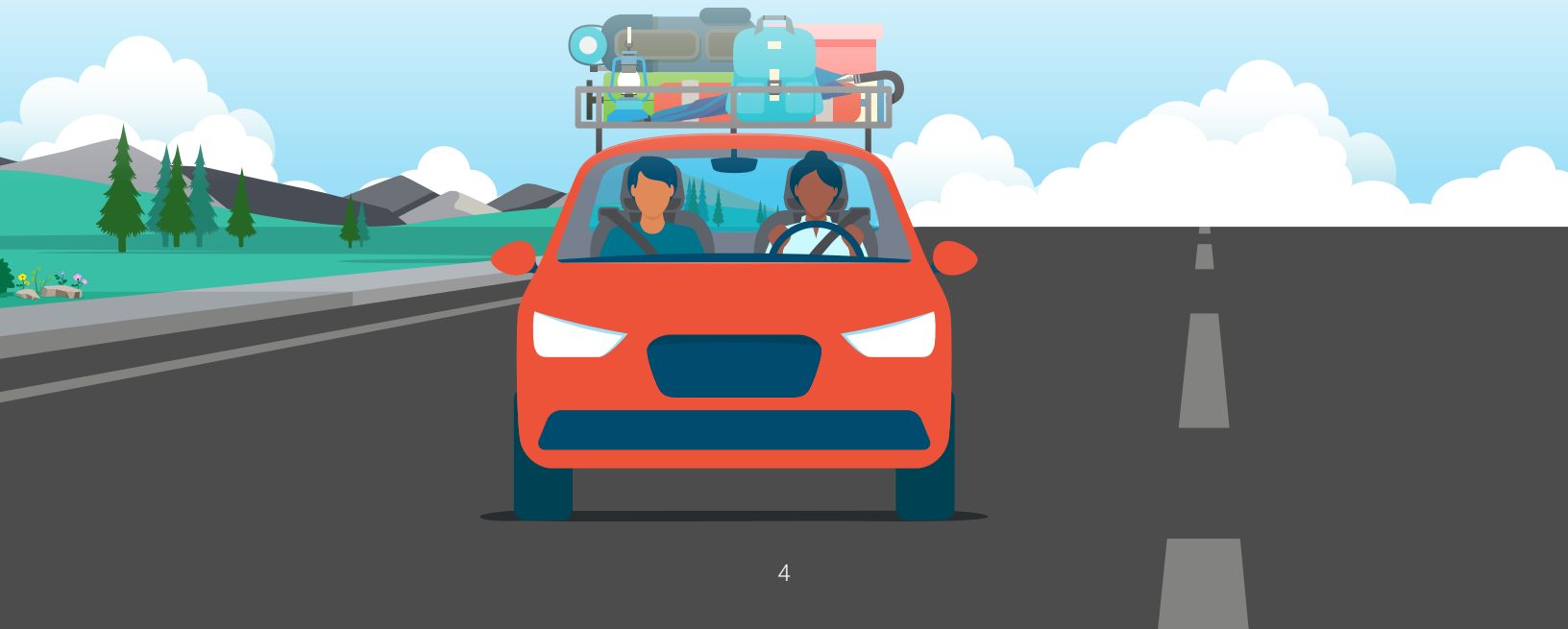
Dondequiera que vaya

En su hogar, en todo el país y alrededor del mundo; **el poder de Blue está con usted.**

En el ámbito local, nuestra amplia red se basa en sólidas relaciones con proveedores, hospitales y especialistas.

En todo Estados Unidos, puede consultar a los proveedores en la red en cualquier parte del país con el programa BlueCard®.

Alrededor del mundo, puede obtener atención en casi 200 países y territorios con el programa Blue Cross Blue Shield Global Core.



Estamos a su disposición, dondequiera que esté.

Atención donde y cuando la necesite

Nuestro propósito es mejorar la vida de los clientes a través de una atención médica que funcione mejor. Una de las principales formas de lograrlo es dándole acceso a la atención cuando y donde la necesite.

Red

Con el respaldo de Blue Cross Blue Shield Association, Premera Blue Cross tiene la red de proveedores más grande del país. Más del 90% de los médicos y hospitales de todo el país están en toda nuestra red, por eso es fácil obtener atención de alta calidad al mejor precio posible.

Atención primaria

En un estudio reciente, más de un tercio de los estadounidenses declararon haber tenido problemas para encontrar un médico en los últimos tres años.* Para hacer frente a la escasez de médicos, Premera está invirtiendo en programas educativos para aumentar el número de futuros proveedores de atención primaria.

Atención virtual

A través de múltiples opciones, puede recibir tratamiento por teléfono, mensaje de texto o video dondequiera que vaya y cuando lo necesite:

Atención primaria	Atención de urgencia	Atención de salud mental	Atención especializada

*Gabrielle Redford, Editora en Jefe. "What Makes a Good Doctor - and Other Findings from the 2019 AAMC Public Opinion Research" ("Qué caracteriza a un buen médico, y otros hallazgos de la Investigación de la opinión pública de AAMC 2019"). AAMC, 27 de abril de 2020, https://www.aamc.org/news-insights/what-makes-good-doctor-and-other-findings-2019-aamc-public-opinion-research

Cualquier tipo de atención que necesite

Tiene muchas maneras de obtener atención de calidad.

Línea de enfermería las 24 horas ($0)	Llame a la línea de enfermería gratuita las 24 horas cuando desee asesoramiento sobre un problema de salud. Puede hablar sobre sus síntomas con una enfermera registrada y averiguar cuál es la mejor manera de recibir atención. El número está disponible en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro y en la aplicación móvil de Premera.
Atención virtual ($0–$)	Evite la molestia, la espera y el costo de visitar a un proveedor en persona, mediante la atención de proveedores, terapeutas y otros especialistas incluidos en la red, cuando se encuentre fuera de casa o desde la comodidad de su hogar. Inicie sesión en la aplicación móvil de Premera para ver los servicios de atención virtual disponibles en virtud de su plan, en la página de inicio Find Care (Encontrar atención).
Visita al consultorio ($)	Visite el consultorio de un proveedor para realizar exámenes, radiografías, análisis de laboratorio y obtener otros servicios médicos en persona.
Atención de urgencia ($$)	Obtenga atención para afecciones o enfermedades como infecciones de oído, gripe, esguinces u otras lesiones menores.
Sala de emergencias ($$$)	Acuda a la sala de emergencias más cercana para obtener atención inmediata para afecciones que pongan en riesgo su vida o que sean graves, como dolor abdominal intenso, dificultad para respirar, entumecimiento súbito, pérdida del conocimiento o quebraduras de huesos.

¿Es miembro actualmente? Obtenga información del plan en su teléfono.

PREMERA

Descargue la aplicación de Premera para obtener acceso fácil, conveniente y constante a la información del plan de salud. Disponible para iOS y Android.

Apoyo de salud que satisface sus necesidades

Algunos problemas de salud no son simples.

Si siente que necesita ayuda con una afección crónica, enfermedad u hospitalización, los médicos de apoyo para la salud personal están disponibles para brindarle asistencia según sus necesidades.

Cuando trabaja con **Apoyo para la salud personal**, será más capaz de:

- Controlar una afección, como el asma, la diabetes o la enfermedad cardíaca
- Cuidarse a sí mismo o a un ser querido para evitar otra internación después de una estadía en el hospital
- Hacer las preguntas correctas sobre una enfermedad o un procedimiento

¿Es miembro actualmente? Conéctese con un médico de apoyo para la salud personal llamando al **888-742-1479.**

Conozca la profunda diferencia que Bella experimentó en su trayectoria de atención gracias al **Apoyo para la salud personal**.

Acceso a todos los niveles de atención de la salud mental

A veces no es una dolencia física lo que altera nuestras vidas.

Quizás no podamos deshacernos de los sentimientos de tristeza, agotamiento o enojo. Tal vez dependamos demasiado de sustancias como el alcohol, para transitar el día. De hecho, la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (National Alliance on Mental Illness, NAMI) informa que 1 de cada 5 adultos estadounidenses y 1 de cada 6 jóvenes estadounidenses de 6 a 17 años experimentan enfermedades mentales cada año. Y, trágicamente, el suicidio es la segunda o tercera causa principal de muerte entre las personas de 10 a 34 años.*

Cada plan Premera cubre las consultas por salud mental y también la visita estándar al consultorio de su proveedor de atención primaria. No hay límites de visitas. Y tiene muchas opciones para obtener atención, de manera que pueda encontrar el tipo de atención que se adapte a su vida y a sus necesidades, ya sea una visita virtual, una cita presencial o una hospitalización.

*"Suicide" ("Suicidio"). Instituto Nacional de Salud Mental (National Institute of Mental Health), Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (Department of Health and Human Services), **www.nimh.nih.gov/health/statistics/suicide**.Consultado el 9 de julio de 2025.

> "Es importante que todos tengamos personas en nuestras vidas con las que sintamos que podemos ser abiertos y honestos. Tener ese sistema de apoyo juega un papel vital en el trabajo a través de nuestros pensamientos y sentimientos. Pero para hacer eso, tiene que haber un cambio en la forma en que pensamos sobre este tema. Podemos acabar con el estigma en torno a los problemas de salud mental y forjar un nuevo camino a seguir para todos nosotros, pero solo cuando reconozcamos que todos estamos juntos en esto."

Dra. Josephine Young, directora médica de Premera

Encuentre más información sobre cómo obtener atención de salud mental o por consumo de sustancias en **premera.com/visitor/mentalhealth**.

Recibirá atención preventiva sin cargo

Cuando obtenga atención preventiva de rutina de un proveedor incluido en la red, no tendrá que pagarla, su plan lo hará.

En virtud de la Ley de Atención Médica Asequible, todos los planes de salud cubren ciertos servicios preventivos sin costos de desembolso para usted. Estos incluyen:

- Exámenes de rutina para su bienestar
- Pruebas y exámenes de detección
- Vacunas
- Medicamentos y suplementos
- Salud reproductiva y de la mujer

Nota: Esta no es una lista completa de los servicios preventivos cubiertos. Los servicios incluidos en las categorías anteriores pueden tener requisitos de edad, riesgo y otros para ser considerados preventivos. Visite **premera.com/visitor/care-essentials** para obtener más información sobre atención preventiva. Los miembros actuales pueden iniciar sesión en **premera.com** para consultar los beneficios específicos cubiertos por su plan.

Consulte a su proveedor de atención primaria para averiguar qué servicios son adecuados para usted.

*"Background: The Affordable Care Act's New Rules on Preventive Care" ("Antecedentes: Las nuevas normas de la Ley de Atención Asequible sobre atención preventiva"). CMS.Gov, **cms.gov/cciio/resources/fact-sheets-and-faqs/preventive-care-background#:~:text=Improved%20health%3A%20One%20study%20found,avert%20100%2C000%20deaths%20each%20year**. Consultado el 30 de mayo de 2024.

Elija un proveedor de atención primaria

Reserve una visita de atención preventiva

Comprenda las visitas de atención preventiva

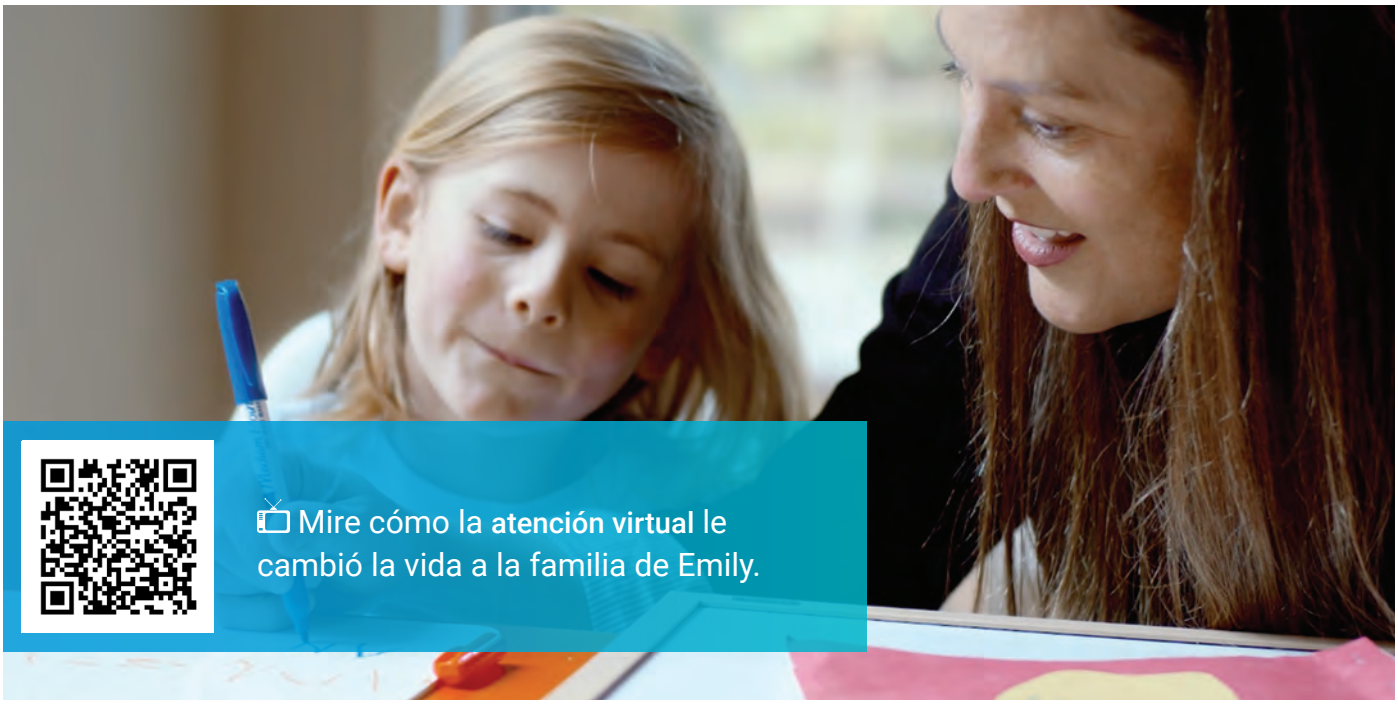
Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, los servicios de atención preventiva podrían salvar más de 100,000 vidas en los Estados Unidos cada año.*

Simplifique su vida con la atención virtual

Ya sea que esté buscando atención primaria o de salud mental, nuestros servicios de atención virtual priorizan sus necesidades y brindan atención de calidad.

La enfermedad se puede presentar en cualquier momento. Entonces, ¿por qué esperar hasta el horario de atención para abordar sus inquietudes médicas? Los proveedores están a solo unos clics de distancia, listos para ofrecerle la atención que necesita. Evite la espera y el costo de la atención presencial, con una consulta de atención virtual.

Para obtener más información sobre las opciones de atención virtual disponibles para usted, inicie sesión en su cuenta en **premera.com** o comuníquese con su representante de RR. HH.



¿Es miembro actualmente? Inicie sesión en la aplicación móvil de Premera para ver los servicios de atención virtual disponibles en virtud de su plan, en la página de inicio Find Care (Encontrar atención).

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

Además, hay muchas maneras fáciles de administrar su atención

Estas son algunas de las tareas que hay que realizar una vez que comience en el plan. Le facilitarán la gestión de su atención en el futuro.

Cree una cuenta

Cuando crea una cuenta en **premera.com**, puede hacer lo siguiente:

- **Realizar el seguimiento de sus costos de atención** (como deducible y desembolso máximo)
- **Resurtir o administrar sus recetas** y recibir recordatorios de dosis
- **Encontrar médicos, hospitales y farmacias** que estén en su red
- **Comparar precios en procedimientos médicos**, servicios y medicamentos con receta
- **Leer más** sobre los detalles de sus beneficios

Descargue la aplicación

Nuestra aplicación móvil ofrece el acceso más rápido a la información y la atención del plan.

La aplicación móvil Premera garantiza que siempre tenga acceso a la información de su plan de salud, dondequiera que esté.

- Buscar médicos y otros proveedores
- Hacer un seguimiento de sus reclamos
- Mostrar prueba de cobertura con su tarjeta de identificación virtual
- Conectarse con los proveedores de atención virtual
- Tener visitas de atención virtual con su proveedor

Descargue la aplicación móvil de Premera en **Android** o **iOS**.

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

Reciba descuentos

Blue365 es un programa de descuentos en salud y bienestar disponible para los miembros de Premera Blue Cross.

Blue365 ofrece descuentos durante todo el año en inscripciones a gimnasios, equipos de fitness, audífonos, anteojos recetados, opciones de alimentación saludable y mucho más. Ingrese a **blue365deals.com/premera** para crear una cuenta gratuita y explorar todos los descuentos disponibles.

Llámenos

Si prefiere hablar por teléfono, llame a nuestro equipo de Servicio al Cliente al 800-722-1471.

Estamos disponibles para ayudarlo de 5 a. m. a 8 p. m., hora del Pacífico, de lunes a viernes.

A los recién llegados, a los jóvenes de corazón y a todos los demás, estamos a su disposición.

Comenzar con su beneficio de farmacia

Con los beneficios de farmacia de Premera Blue Cross, nuestro objetivo es garantizar que su plan sea fácil de entender y que sus medicamentos sean fáciles de administrar.

Aquí hay información para comenzar.

Encontrar un medicamento

Cada lista de medicamentos del formulario cubre miles de medicamentos. Para verificar si un medicamento está cubierto por su plan y averiguar si hay alguna restricción:

- Visite **premera.com/visitor/covered-drugs**
- Inicie sesión en su cuenta, en **premera.com**

Encontrar una farmacia

Las farmacias en su red del plan se pueden encontrar a través de la herramienta **Find a Doctor (Buscar un médico)** en **premera.com**.

Explore más

La Guía de beneficios de farmacia **en línea**, en **premera.com/pharmacy-benefit-guide** tiene información adicional que necesita saber, incluido cómo funcionan los precios de los medicamentos con receta.

Términos que debe conocer

Formulario

Una lista de medicamentos cubiertos por un plan de medicamentos recetados. También se llama lista de medicamentos del formulario.

Nivel

Dentro de una lista de medicamentos (formulario), los medicamentos se dividen en categorías o niveles, cada uno con un copago o coseguro diferente.

Copago

Una tarifa fija que usted paga cuando surte recetas. El copago puede variar según el nivel en el que se encuentren los medicamentos.

Coseguro

Su parte del costo de los medicamentos. Por ejemplo, si su plan paga el 90%, su coseguro (la parte que paga usted) es el 10% restante.

¿Es miembro actualmente?

Su plan de farmacia se encuentra en su tarjeta de identificación o en la **aplicación móvil de Premera**.

PREMERA | BLUE CROSS
Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

059788spa (09-01-2025)

Ahorre en recetas

Mantenga más dinero en su billetera al usar estos sencillos consejos.

¿Es miembro actualmente?

Inicie sesión en su cuenta en **premera.com** para administrar sus recetas:

- Verificar qué medicamentos con receta están cubiertos
- Comparar costos
- Encontrar farmacias de la red
- Pedir y resurtir recetas

El alto costo de los medicamentos es un factor importante en el aumento de los costos de atención médica. Trabajamos para mantener sus costos de desembolso directo lo más bajos posible dando acceso a una amplia red de farmacias minoristas con tarifas competitivas.

Cómo puede reducir los costos de los medicamentos con receta:

Elija medicamentos genéricos. Los medicamentos genéricos son lo mismo que los medicamentos de marca, pero cuestan menos. Asegúrese de preguntarle a su proveedor si hay un medicamento genérico disponible la próxima vez que necesite una nueva receta.

Elija biosimilares. Un biosimilar es un medicamento biológico. Es muy similar a un medicamento biológico que ya ha sido aprobado por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. Asegúrese de preguntarle a su proveedor si hay un medicamento biosimilar disponible la próxima vez que necesite una nueva receta.

Reciba las recetas en la puerta de su domicilio. El pedido por correo es ideal para las recetas que toma regularmente. Puede ahorrar en medicamentos con receta cuando elige la entrega a domicilio. Este servicio es parte de su beneficio de farmacia. Visite la página de Farmacia en **premera.com** para obtener información y formularios de pedido.

PREMERA | BLUE CROSS

Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

059791spa (09-01-2025)

¡Reduzca los costos de sus medicamentos con receta hoy!

Presentamos Rx Savings Solutions, un beneficio gratuito que lo ayuda a usted y a otras personas en su plan de salud a encontrar fácilmente opciones de medicamentos recetados de menor precio.

Este servicio está vinculado de forma segura a su plan de salud, por lo que todo está personalizado para sus medicamentos. Todo lo que necesita hacer es activar su cuenta.

Cómo funciona:

1. Averigüe qué medicamentos recetados de menor costo pueden estar disponibles en su plan de salud y compare los precios en diferentes farmacias.
2. Rx Savings Solutions se encargará de todo con su proveedor de atención médica y farmacia para cambiar su receta a una farmacia de menor costo.
3. Recibirá un correo electrónico (o un mensaje de texto si opta por recibir mensajes de texto) cada vez que pueda gastar menos, lo que le quitará la carga de encontrar el precio más bajo en sus medicamentos.

Active su cuenta en **myrxss.com/premera** o escanee este código QR:

Así de simple. Así de fácil.

¿Tiene preguntas sobre Rx Savings Solutions?

Llame al 800-268-4476 (TTY: 800-877-8973) o envíe un correo electrónico a **support@rxsavingssolutions.com**, de lunes a viernes, de 5 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico.

Rx Savings Solutions es una compañía independiente que proporciona servicios de descuentos en medicamentos con receta en nombre de Premera Blue Cross.

PREMERA | BLUE CROSS

Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

062712spa (04-08-2025)

Atención virtual: en cualquier momento, en cualquier lugar

Atención primaria, urgente y de salud mental

La enfermedad se puede presentar en cualquier momento. Entonces, ¿por qué esperar hasta el horario de atención para abordar sus inquietudes médicas?

Ya sea que se trate de atención primaria, urgente o de salud mental, la red virtual de Premera prioriza las necesidades de nuestros miembros. Los proveedores están a solo unos clics de distancia y listos para ofrecerle la atención que necesita.*

98point6

Atención primaria a pedido por video y mensajes de texto donde hay proveedores de medicina general y de atención primaria disponibles para responder sus preguntas. Pueden diagnosticarlo y tratarlo si está enfermo o tiene una afección crónica. Inicie sesión en la **aplicación móvil de Premera** para acceder a 98point6 desde la sección Find Care (Encontrar atención).

Talkspace

Reciba acceso virtual a un terapeuta con licencia a través de mensaje de texto o video para atención de salud mental no urgente. Inicie sesión en la **aplicación móvil de Premera** para acceder a Talkspace desde la sección Find Care (Encontrar atención).

*Si ya tiene las aplicaciones 98point6 o Talkspace descargadas, puede seguir utilizándolas tal cual. No es necesario que acceda a ellas a través de la aplicación móvil de Premera.

98point6 y Talkspace son empresas independientes que brindan servicios de atención virtual en nombre de Premera Blue Cross.

PREMERA | BLUE CROSS

Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

053655spa (09-01-2025)

Atención primaria de Kinwell

Servicios de atención primaria solo para miembros de Premera Blue Cross

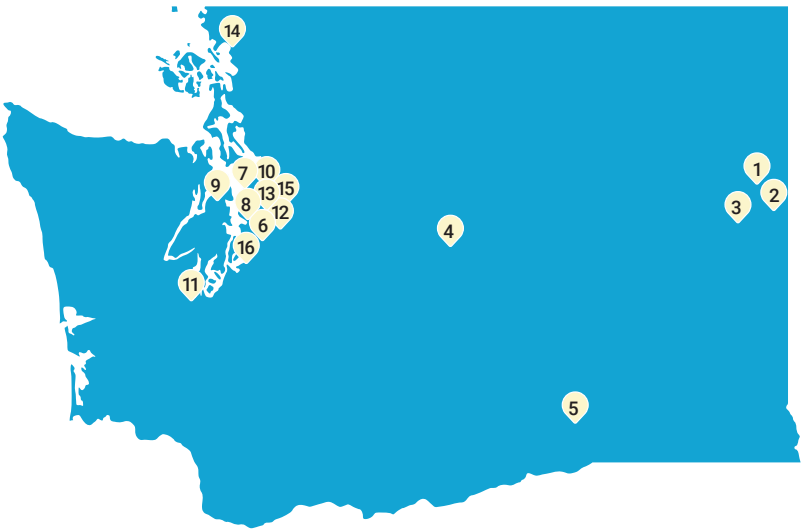
Como miembro de Premera, usted y su familia tienen acceso a la atención primaria avanzada en las clínicas Kinwell, donde su nutrición, condición física, sueño y salud mental son parte de la conversación de atención médica.

La experiencia de atención primaria avanzada de Kinwell incluye:

- Servicios preventivos y atención de salud conductual integrados
- Tiempos de cita más largos para establecer una mejor relación uno a uno entre el paciente y el proveedor.
- Clínico dedicado y apoyo de asesoramiento de salud para programas médicos de estilo de vida
- Acceso conveniente a la atención en persona y virtual solo para los miembros de Premera
- Disponibilidad de citas más oportunas

¿ES MIEMBRO ACTUALMENTE?

Programe una cita virtual o en persona hoy en **kinwellhealth.com**.



Abierto ahora

1. Spokane (North Country Homes)
2. Spokane Valley
3. Spokane (6th & Washington)
4. East Wenatchee
5. Pasco
6. Renton
7. Lynnwood
8. Denny Way
9. Poulsbo
10. Mill Creek
11. Olympia
12. Westlake
13. Ballard
14. Bellingham
15. Redmond
16. Federal Way

> *"Fue increíble. [Mi proveedor] se tomó el tiempo necesario para escuchar y responder todas mis preguntas. No me sentí apresurado. Fue una de las mejores citas médicas que he tenido. Estoy muy agradecido de haber hecho el cambio. Definitivamente lo recomendaré".* **— Paciente de Kinwell**

PREMERA BLUE CROSS
Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

Kinwell Medical Group es una organización independiente que coordina a las clínicas de atención primaria que proporcionan servicios a los miembros de Premera en nombre de Premera Blue Cross.

Matchmaker™ salud conductual

Uno de cada tres adultos informa que experimenta síntomas de depresión o ansiedad en este momento.* Los cambios y la incertidumbre pueden afectar su salud mental y, sin embargo, encontrar un proveedor de salud mental que acepte nuevos pacientes puede ser difícil.

Matchmaker™ para salud conductual lo conectará con un proveedor de atención médica según su plan de salud, necesidades y preferencias. Cualquier información que comparta con nosotros es confidencial. Este servicio está disponible para todos los miembros de su plan de salud de Premera sin costo de desembolso directo.

Puede ver proveedores en la red de su plan, tanto en persona como virtualmente. Nuestros Matchmakers de salud conductual ofrecen el apoyo adicional necesario en su recorrido de atención al proporcionar una lista de proveedores de servicios ambulatorios dentro de la red que aceptan nuevos pacientes. Se aplican copagos o deducibles cuando usted ve a un proveedor.

Llame a Servicio al Cliente al número que se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación para solicitar ayuda para encontrar un proveedor.

Cuando esté listo, visite nuestro centro de recursos en **premera.com/visitor/care-essentials/mental-health** para encontrar información adicional sobre sus beneficios, cómo buscar atención y más.

PREMERA | BLUE CROSS

Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

*Fuente: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK20369/

Viva la vida más saludable que desea

Manejo de una afección crónica con Teladoc

Control de la diabetes, a su manera

- Asesoramiento personalizado
- Balanza conectada al celular
- Apoyo comunitario y más

Teladoc proporciona seguimiento y apoyo a la administración de salud si le han diagnosticado diabetes.

Los servicios de Teladoc lo ayudan con lo siguiente:

- Tomar mejores decisiones al proporcionar herramientas digitales y consejos en tiempo real
- Conectarlo con asesores, incluidos educadores de diabetes certificados las 24 horas del día
- Obtener entrenamiento personalizado con tecnología y datos avanzados

Con Teladoc, usted obtiene:

- Dispositivos conectados para realizar un seguimiento de sus estadísticas de salud importantes
- Asesoramiento individual experto para apoyarlo a medida que trabaja hacia sus objetivos
- Alertas personalizadas para mantenerlo encaminado con su salud
- Información personalizada en tiempo real después de cada lectura
- Informes para compartir con su equipo de atención
- Privacidad y seguridad para mantener su información segura y protegida

NOTE: Usted también puede ser elegible para otras herramientas y dispositivos, incluyendo un monitor de presión arterial conectado y una balanza inteligente, sin costo adicional.

¿Es miembro actualmente?

Regístrese hoy en
TeladocHealth.com/expert-care/condition-management
o llame al 800-835-2362.

PREMERA | BLUE CROSS
Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

Teladoc es una compañía independiente que proporciona servicios de manejo de afecciones crónicas en nombre de Premera Blue Cross.

060090spa (09-01-2025)

Sala de emergencias (ER), urgencias o atención virtual: ¿Cuándo ir a dónde?

OBTENGA ATENCIÓN DE CALIDAD CUANDO Y DONDE LA NECESITE

¿Proveedor de atención primaria, atención de urgencia, atención virtual o sala de emergencias? Los miembros del plan Premera Blue Cross tienen acceso a una variedad de niveles de atención. Para obtener la mejor atención posible, y el costo más bajo para usted, sepa qué nivel usar y cuándo. Visite **premera.com/care-options**.

Línea de enfermería las 24 horas:
Si necesita asesoramiento, respuestas rápidas o ayuda para decidir si necesita atención inmediata, llame a la línea de enfermería gratuita 24 horas de Premera al número que figura en el reverso de su tarjeta de identificación para hablar con personal de enfermería registrado.

Atención virtual:
Obtenga atención para una variedad de necesidades de un proveedor de atención médica por teléfono, mensaje de texto o video, cuando y donde lo necesite. Ingrese a **premera.com/virtual-care** e inicie sesión en su cuenta para encontrar todas sus opciones de atención virtual.

Atención de urgencia:
Utilice la herramienta "Find a doctor" (Buscar un médico) de Premera para encontrar un centro de atención de urgencia cerca de su hogar o ubicación actual. Las clínicas de atención de urgencia ofrecen atención para problemas de salud como infecciones en los oídos, síntomas de gripe o lesiones. También puede usar la herramienta "Find a doctor" (Buscar un médico) sobre la marcha descargando la aplicación móvil de Premera.

Atención médica de urgencia en su hogar:
DispatchHealth es una opción conveniente para la atención médica urgente en el hogar con el mismo costo de desembolso que una visita al centro de atención de urgencia. Un equipo de atención irá a su hogar con todo lo necesario para tratar su enfermedad o lesión, los 365 días del año de 8 a. m. a 10 p. m. Los costos compartidos se cobran en el momento de la visita.

Para saber cuáles son las condiciones de DispatchHealth y para averiguar si esta opción de atención está disponible cerca de usted, visite **dispatchhealth.com** o llame al **855-354-8961**.

Sala de emergencias:
Las visitas a la sala de emergencias son las que tienen el costo más alto y deben usarse para emergencias, como dolor abdominal intenso, dificultad para respirar, entumecimiento súbito, pérdida del conocimiento o lesiones significativas.

Si su afección pone en riesgo su vida o discapacidad, llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias más cercana.

DispatchHealth está disponible en 44 áreas de servicio de todo el país, excepto Alaska. A medida que DispatchHealth continúe expandiéndose, también lo hará su área de servicio. DispatchHealth cumple con las leyes de derecho civil federal aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Visite **dispatchhealth.com/non-discrimination-statement** para obtener más información. ©2025 DispatchHealth. Todos los derechos reservados.

PREMERA | BLUE CROSS
Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

062958spa (09-01-2025)

—

“La persona con la que hablé fue muy servicial y amable conmigo. Aprecié que se tomara el tiempo para resolver mis inquietudes por teléfono”.

- Comentarios de PremeraLISTENS

El 88.5% de los miembros califican como excelente al Servicio al Cliente de Premera.

Cuéntenos lo que piensa en **premeralistens.com**. Leemos cada comentario y sus respuestas nos ayudan a servirle mejor.

Mejore su salud y bienestar con Wellframe

Descargue la aplicación Wellframe para acceder a un recurso digital diseñado para ayudarle a alcanzar sus objetivos de salud.

Este programa de salud móvil incluye consejos para navegar por el sistema de atención médica, recursos para el apoyo a la salud mental y herramientas útiles para la administración de la salud, como:

- Gestión de la medicación
- Manejo del dolor
- Rastreador de actividad física
- Orientación nutricional
- ¡Y más!

Este beneficio está incluido en su plan de salud sin costo adicional.

Si tiene una afección crónica, como diabetes, una afección cardíaca o una afección de salud mental, un médico de apoyo personal se comunicará con usted a través de la aplicación para ayudarlo a manejar un nuevo diagnóstico o alcanzar sus objetivos de salud.

Para comenzar:

Escanee el código QR o descargue la aplicación Wellframe desde App Store o Google Play.

- Si el código de acceso no se completa automáticamente, ingrese: **HelpWellPBC**
- Si se le solicita en un dispositivo Apple, haga clic en “Allow Paste” (Permitir pegar).
- Tenga a mano su tarjeta de identificación de miembro de Premera para ingresar su número de identificación de miembro.
- Siga las instrucciones para completar su registro.

Wellframe es una compañía independiente que presta servicios de asistencia digital en nombre de Premera Blue Cross.

Apple y el logotipo de Apple son marcas comerciales de Apple Inc., registradas en EE. UU. y en otros países. App Store es una marca de servicio de Apple Inc., registrada en EE. UU. y en otros países.

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

PREMERA BLUE CROSS

Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

065591spa (10-28-2024)

—

“Me gustaría poder presentar la documentación solicitada en la solicitud de reclamos. Me obliga a enviarla por fax o a descargarla y enviarla por correo postal”.

- Comentarios de PremeraLISTENS

¡Lo escuchamos! Estamos mejorando el proceso de presentación digital y la experiencia del estado de los reclamos de los miembros.

Cuéntenos lo que piensa en **premeralistens.com**. Leemos cada comentario y sus respuestas nos ayudan a servirle mejor.

PREMERA BLUE CROSS

Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

034306spa (09-01-2025)