mi Guía para miembros

Año del plan 2021-22

Scott&White CARE PLANS
PART OF BAYLOR SCOTT & WHITE HEALTH

TRS ActiveCare
TEACHER RETIREMENT SYSTEM OF TEXAS

GR_TRS_HMO_MemberGuide_2021-22

Índice

¿Tiene alguna pregunta? 1
Conozca su tarjeta de identificación 2
Explore el portal para miembros 3
Descargue la aplicación MyBSWHealth 4
Encuentre un proveedor de la red 4
Pruebe la atención virtual 5
Beneficios de farmacia 6
La importancia de saber dónde obtener atención 7
Una mejor salud comienza por mí 8
Expecting the Best® 10
Wondr Health™ 10
Explorar los reclamos mensuales 11
Esté mejor, por más tiempo 12
Herramientas y recursos 13
Mapa del área de servicio 14

Scott&White CARE PLANS | BaylorScott&White HEALTH

Los productos HMO se ofrecen a través de Scott and White Health Plan y Scott & White Care Plans. Los roductos PPO y EPO asegurados se ofrecen a través de Insurance Company of Scott and White. Scott & White Care Plans y Insurance Company of Scott and White son subsidiarias en propiedad absoluta de Scott and White Health Plan.

¡Bienvenido a Scott & White Care Plans!

Con Scott & White Care Plans, tiene acceso a médicos, especialistas y centros de renombre que pertenecen al sistema de Baylor Scott & White Health. El sistema de Baylor Scott & White Health (BSWH) presta una amplia gama de servicios médicos de emergencia y rehabilitación para pacientes internados y ambulatorios.

Además del sistema de Baylor Scott & White Health, ofrecemos acceso a miles de proveedores de las zonas norte, centro y oeste de Texas para asegurar que los miembros tengan numerosas opciones dentro de la red para recibir atención. En este folleto, encontrará información útil sobre nuestras ofertas y, si tiene preguntas, no dude en que podremos ayudarlo.

¿Tiene alguna pregunta?

Nuestros defensores de clientes trabajarán con usted para resolver cualquier pregunta o inquietud lo antes posible: en la mayoría de los casos, antes de que finalice la llamada.

Llámenos por teléfono 844.633.5325

De lunes a viernes,
de 7 a. m. a 7 p. m.

Contáctenos por medio del portal para miembros

Inicie sesión en **trs.swhp.org** para enviar un correo electrónico seguro y recibir una respuesta segura.

Recursos adicionales

Línea de consejería de enfermería

El personal de enfermería se encuentra disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana para hablar sobre sus síntomas y ayudarlo a decidir cómo continuar, ya sea con una cita o con un medicamento que tomará en su casa. El número de la Línea de consejería de enfermería se encuentra al dorso de su tarjeta de identificación de miembro.

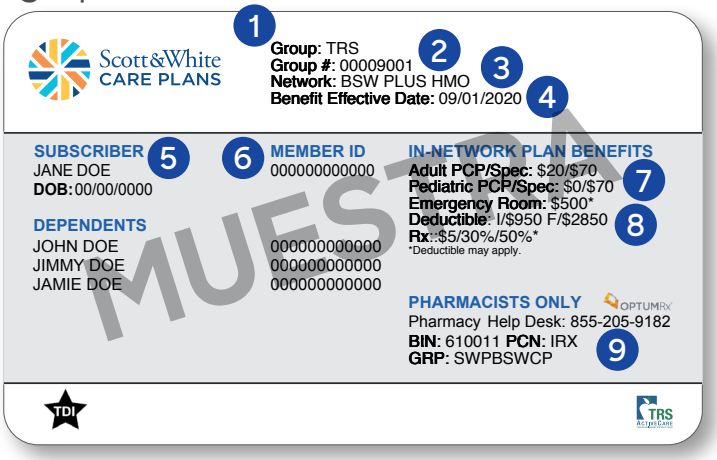
Seguro médico de COBRA

Preguntas generales o sobre la cuenta: 877.722.2667 de lunes a viernes, de 7 a. m. a 7 p. m.
MyBenefits.WageWorks.com

volver arriba

Mi tarjeta de identificación de miembro

1. Nombre del grupo
2. Número de identificación del grupo
3. Nombre de la red
4. Fecha de vigencia del beneficio
5. Nombre del miembro
6. Número de identificación del miembro
7. Copagos/coseguro
8. Deducible
9. Información de los medicamentos con receta/farmacia



A. Número de teléfono de Servicio al Cliente

B. Línea de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana

C. Información para proveedores

D. Dirección postal para envío de reclamos

Puede solicitar una tarjeta de identificación de reemplazo en el portal para miembros o tener acceso a una tarjeta electrónica en cualquier momento a través de la aplicación MyBSWHealth.

La tarjeta de identificación arriba es una muestra. La disposición exacta de ciertos elementos puede ser diferente en su tarjeta.

volver arriba

Mi portal para miembros

Hay una gran cantidad de información, recursos y funciones disponibles en línea las 24 horas del día, los 7 días de la semana en nuestro portal para miembros, accesible desde su computadora o dispositivo móvil. Encontrará un enlace al portal en nuestro sitio web: **trs.swhp.org**.

Descargue o imprima lo siguiente:

- Tarjetas de identificación
- Documentos del plan de beneficios
- Resúmenes de reclamos y explicaciones de beneficios
- Historial de medicamentos con receta
- Formulario de medicamentos
- Autorizaciones pendientes, aprobadas y denegadas

Además, puede hacer lo siguiente:

- Encontrar un proveedor
- Organizar una cita con un médico de BSWH
- Completar una evaluación de salud
- Acceder a las opciones de atención virtual (consultas virtuales y consultas por videollamada)
- Hacer un seguimiento de su deducible y su máximo de gastos de bolsillo
- Enviar mensajes a su médico de BSWH
- Resurtir una receta en las farmacias de BSWH
- Verificar la elegibilidad
- Ver/actualizar los datos demográficos
- Obtener información sobre el Programa de maternidad Expecting the Best® y registrarse en él

volver arriba

Descargue la aplicación MyBSWHealth

Prácticamente toda la información del portal para miembros está disponible en su teléfono a través de la muy valorada aplicación MyBSWHealth. Por ejemplo, puede ver una copia digital de su tarjeta de identificación, ver los detalles del plan y hacer un seguimiento de su deducible y máximo de gastos de bolsillo para usted y sus dependientes. Para iniciar sesión en la aplicación, utilice el mismo nombre de usuario y contraseña que configuró para el portal para miembros. Para obtener más información, visite nuestro sitio web: **trs.swhp.org**

Asegúrese de vincular su cuenta en la aplicación:

1. Toque el ícono de engranaje (en la esquina superior derecha de la pantalla de bienvenida de la aplicación).
2. Toque “Manage Linked Accounts” (Administrar cuentas vinculadas).
3. Toque “Link Account” (Vincular cuenta).
4. Ingrese su información de miembro.

Encuentre un proveedor de la red.

Use la herramienta de búsqueda de proveedores en la aplicación o en **trs.swhp.org** para elegir entre una amplia variedad de proveedores de la red. Por lo general, le recomendamos organizar una cita con su proveedor para conocerlo a su conveniencia. Con nuestra herramienta de búsqueda de proveedores, puede hacer lo siguiente:

- Buscar por nombre o especialidad
- Determinar la distancia del proveedor según su código postal

No se requieren remisiones para consultar a los especialistas de la red.

volver arriba

Pruebe la atención virtual • Copago de $0

MyBSWHealth
Los 7 días de la semana, de 8 a. m. a 8 p. m.

Reciba atención desde la comodidad de su hogar, o en cualquier lugar de Texas, sin costo alguno.

Realice una consulta virtual para afecciones médicas comunes y reciba atención con rapidez

- Complete una entrevista en línea sobre sus síntomas; solo toma entre 5 y 10 minutos.
- Reciba una respuesta de un proveedor de Baylor Scott & White Health dentro de una hora.
- Se enviarán las recetas (si fuera necesario) de inmediato a su farmacia de preferencia.

Programe una consulta por video en el día con un proveedor, cara a cara

- Programe su cita.
- Hable en directo con un proveedor de Baylor Scott & White Health acerca de sus síntomas.
- Las consultas son breves: solo de 10 o 15 minutos.
- Se enviarán las recetas (si fuera necesario) de inmediato a su farmacia de preferencia.

Atención virtual, con tecnología de MDLIVE
Las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Se encuentran disponibles otras opciones de atención virtual, con tecnología de MDLIVE, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Estas opciones brindan acceso a médicos certificados por la junta, a terapeutas certificados y más, para tratar cuestiones de salud general y conductual. Puede realizar una consulta con un médico por teléfono, una videollamada segura o por la aplicación MDLIVE. **Obtenga más información aquí**.

Download on the App Store GET IT ON Google Play

volver arriba

Mis beneficios de farmacia

Use sus beneficios de farmacia en todo el país, incluso en la mayoría de las cadenas nacionales de farmacias y en muchas farmacias locales. Tiene acceso a una amplia cobertura para medicamentos con receta, que incluye pedidos por correo y beneficios de farmacias especializadas, a través de su plan.

- Encuentre una farmacia dentro de la red cercana a su domicilio:
  - Inicie sesión en **MyBSWHealth.com** y vaya a "Find Care" (Encontrar atención), o bien
  - **Haga clic aquí para encontrar un proveedor**

- Obtenga más información sobre su plan de medicamentos con receta:
  - **Página con información de farmacia**

- Obtenga sus recetas por correo:
  - Llame al número gratuito **855.388.3090**, de lunes a viernes (de 7 a. m. a 7 p. m.), y sábados (de 9 a. m. a 1 p. m.)

¿Tiene preguntas?

Para preguntas sobre el beneficio de farmacias especializadas: llame al equipo de atención especializada de Baylor Scott & White al **844.288.3179** o a la farmacia especializada Optum al **855.427.4682**, o bien visite **specialty.optumrx.com**.

Para preguntas sobre beneficios/medicamentos con receta, comuníquese con Servicio al Cliente al **844.633.5325.**

volver arriba

Scott&White CARE PLANS

La importancia de saber dónde obtener atención

Es importante que sepa dónde puede recibir atención, ya que esto puede ahorrarle dinero y tiempo.

Tipo de atención	Ejemplos de problemas de salud	Costo promedio
Médico de atención primaria Su primera elección para recibir atención cuando no se trata de una emergencia	• Asma • Afecciones crónicas - Control de la diabetes - Hipertensión • Dolor de oído • Dolores de cabeza • Atención de salud preventiva • Esguinces • Controles de salud para mujeres sanas	$
Consultas virtuales y consultas por video en el día A través de su dispositivo móvil o computadora Descargue la aplicación gratuita **MyBSWHealth** Download on the App Store · GET IT ON Google Play	• Acné • Alergias • Cistitis • Resfriado • Gripe • Conjuntivitis • Dejar de consumir tabaco • Infección de los senos paranasales • Problemas estomacales • Infección por hongos	$0
Clínicas ambulatorias Citas en el día cuando su médico no tiene disponibilidad Las clínicas ambulatorias incluyen una selección de clínicas de atención primaria y algunas farmacias	• Asma • Cistitis • Dolor de oído o de los senos paranasales • Dolor de oído • Gripe • Dolor de garganta • Esguinces	$
Atención de urgencia Necesita atención inmediata, pero su vida no está en riesgo, **o** su médico no tiene disponibilidad para una cita	• Dolor de espalda • Cistitis • Dolor de oído • Quemaduras leves • Lesiones oculares leves • Cortes leves que pueden necesitar puntos • Dolor de garganta • Esguinces	$ $
Sala de emergencias Cualquier afección que considere que pone en riesgo su vida	• Dolor de pecho • Heridas o cortes profundos • Dificultad para respirar • Envenenamiento, sobredosis o comportamiento suicida • Dolor abdominal, tos o vómitos con sangre • Quemaduras graves • Traumatismos cefálicos graves • Pérdida repentina del equilibrio, problemas en la visión, parálisis facial, debilidad en brazos o piernas	Costo hospitalario promedio: $ $ $ $ Costo independiente promedio: $ $ $ $ $

volver arriba

Una mejor salud comienza por mí

Aproveche la gama completa de recursos digitales de Scott & White Care Plans. Inicie sesión en el portal para miembros para comenzar.

Asesoramiento digital de salud: módulos de asesoramiento de 6 semanas que incluyen planes de acción, artículos importantes, seminarios en línea y videos sobre los siguientes temas:

- Vivir sin consumir tabaco
- Dieta más saludable
- Menos estrés
- Peso saludable
- Vida activa

Rastreador de progreso: la plataforma digital cuenta con un panel que le ayudará a hacer un seguimiento de la información importante sobre la salud, como la prueba de A1c, peso/IMC, colesterol, presión arterial y actividad física. Estas mediciones biométricas pueden registrarse a lo largo del tiempo para monitorear su salud a largo plazo.

Integración del rastreador de acondicionamiento físico: sincronice su dispositivo rastreador de acondicionamiento físico con la plataforma de bienestar para monitorear el progreso de su actividad física en el panel.

Biblioteca digital sobre la salud: acceda a artículos, videos, recetas y más contenido que le ayudarán a llevar una vida más saludable. Puede buscar información sobre afecciones específicas o explorar temas destacados.

Desafíos: a veces se necesita un poco más de motivación para dar el paso siguiente. Puede participar en desafíos con pasos, de hidratación y también de relajación.

Comunidad en línea: acceda a foros comunitarios en línea en los que puede dar y recibir apoyo por objetivos, como también recibir una devolución de los orientadores de salud de la comunidad.

volver arriba

Evaluación de bienestar

La Evaluación de bienestar es una encuesta de salud simple y digital que lo ayuda a avanzar hacia un estilo de vida más saludable y emocionante. La Evaluación de bienestar hace preguntas sobre su vida y muestra medidas estandarizadas de nuestro Programa de gestión del estilo de vida. Los módulos son autoguiados, están disponibles en línea y son útiles para promover la salud física y mental, lo que **ayuda a que se sienta lo mejor posible**.

Encontrará un enlace a la evaluación en la página de Health and Wellness Programs, en **trs.swhp.org**.

Webinarios de bienestar GRATUITOS

¿Sabía que SWHP ofrece oportunidades gratuitas de educación en salud a las que usted puede acceder desde la comodidad de su hogar? Hay una serie completa de temas, desde nutrición hasta felicidad, y puede asistir a una o a todas ellas. Obtenga más información en la sección “Wellness” (Bienestar), en **trs.swhp.org**.

Boletín informativo *Be Well*

Este boletín informativo gratuito está repleto de información y consejos útiles sobre cómo estar y mantenerse saludable. Se envía por correo electrónico cuatro veces al año, y siempre podrá encontrar el último número del boletín informativo en la sección “Wellness” (Bienestar), en **trs.swhp.org**.

volver arriba

Expecting the Best®
Programa de maternidad

Nos complace ofrecerle un programa de maternidad a las miembros embarazadas de Scott & White Care Plans.

Una vez inscritas, las participantes pueden obtener los beneficios de las diferentes características del programa durante el embarazo y un año después del parto. Las participantes reciben material educativo útil de diferentes categorías, como nutrición adecuada, identificación temprana de los factores de riesgo del embarazo y recursos disponibles en caso de complicaciones.

Regístrese llamando al número de Servicio al Cliente que figura al dorso de su tarjeta de identificación o envíe un correo electrónico a: **HPMaternityCaseManagement@BSWHealth.org**.

wondr™ FORMERLY NATURALLY SLIM

Programa para perder peso

¿Alguna vez se preguntó cómo es que algunas personas pueden consumir sus alimentos favoritos sin subir de peso? Wondr Health™ es un programa en línea que le enseñará cómo hacerlo. Aquí le damos una pista: no consiste en pasar hambre, contar las calorías ni perder tiempo preparando alimentos "aprobados". Scott & White Care Plans le brinda la oportunidad de que aprenda a consumir los alimentos que le encantan al mismo tiempo que reduce el riesgo de contraer una enfermedad grave, como diabetes o enfermedades cardíacas.

Wondr Health™ se encuentra disponible SIN COSTO para usted y puede acceder a él desde su computadora y dispositivo móvil para participar cuando le resulte conveniente, donde sea que esté.

Para obtener más información sobre Wondr Health™, visite **trs.swhp.org**

volver arriba

Scott&White CARE PLANS

Mis reclamos

Explorar los reclamos mensuales

A través del **Portal para miembros**, Scott & White Care Plans ofrece un Estado de cuenta mensual electrónico del seguro, también conocido como Explicación de beneficios (Explanation of Benefits, EOB), para ayudarlo a gestionar sus gastos de reclamos de manera detallada. El estado de cuenta brinda detalles sobre los cargos correspondientes a ese mes, incluidos los cargos facturados y cubiertos por SWCP. El monto adeudado está incluido en este estado de cuenta.

También se informan el saldo restante por deducibles y los gastos de su bolsillo. Además, se incluye información sobre el mes actual y el año hasta la fecha. No se otorgan estados de cuenta por reclamos de medicamentos con receta o reclamos en los que el miembro no debe nada.

Sus EOB estarán disponibles en el **Portal para miembros**, a menos que específicamente solicite recibir sus EOB impresas por correo. Para solicitar sus EOB impresas, inicie sesión en el **Portal para miembros** y seleccione “Update Preferences” (Actualizar preferencias).

Esté mejor, por más tiempo

Administración de enfermedades

Administración de enfermedades le permite controlar su afección crónica y ayuda a prevenir complicaciones. Trabajamos con sus proveedores de atención médica para identificar las afecciones crónicas rápidamente y tratarlas con eficacia. También podemos identificar actividades de cuidado personal que lo ayudan a controlar la afección en su hogar. Juntos, trabajaremos para retrasar el avance de la enfermedad y ayudarlo a que **esté mejor, por más tiempo**.

Administración de casos complejos

Si tiene afecciones crónicas o necesidades de atención complejas, nuestros administradores de casos de enfermería trabajarán con usted, su familia y su médico para crear y gestionar su plan de atención. Los administradores de casos actúan en su beneficio y pueden ayudarlo a navegar por el sistema de atención médica y programar los servicios que necesita. También pueden resolver dudas y ayudarlo a comprender su enfermedad y el plan de atención. Si usted está inscrito en un programa de Administración de enfermedades, ellos incorporarán el programa a su atención.

Este programa voluntario no tiene costo adicional para usted. Todo forma parte de nuestro objetivo de ayudarlo a obtener los mejores resultados posibles y aprovechar al máximo su plan de salud.

NOTA: Puede inscribirse o darse de baja de estos programas llamando al **844.279.7589**.

volver arriba

Mis herramientas y recursos

Encuentre los documentos y formularios más solicitados en la sección “Tools and Resources” (Herramientas y recursos), en **trs.swhp.org**. Seleccione el menú (arriba a la izquierda junto al logotipo) y, luego, seleccione “Tools and Resources” (Herramientas y recursos) para obtener información sobre lo siguiente:

- Derechos y responsabilidades de los miembros
- Aviso de prácticas de privacidad
- Formulario de autorización para divulgar información médica protegida (protected health information; PHI)
- Lista de autorización previa para procedimientos médicos
- Programa de administración de casos complejos
- Programa de administración de enfermedades
- Programa Manejo de utilización (Utilization Management, UM)
- Programa de mejora en la calidad
- Formularios de reclamos médicos y de farmacia
- Procedimientos y actualizaciones de gestión farmacéutica
- Programas de bienestar
- Glosario de términos clave
- Programa de evaluación tecnológica
- Asistencia de idiomas
- Preguntas frecuentes de los miembros

Puede obtener copias impresas de los documentos y asistencia de idiomas llamando al **844.633.5325**.

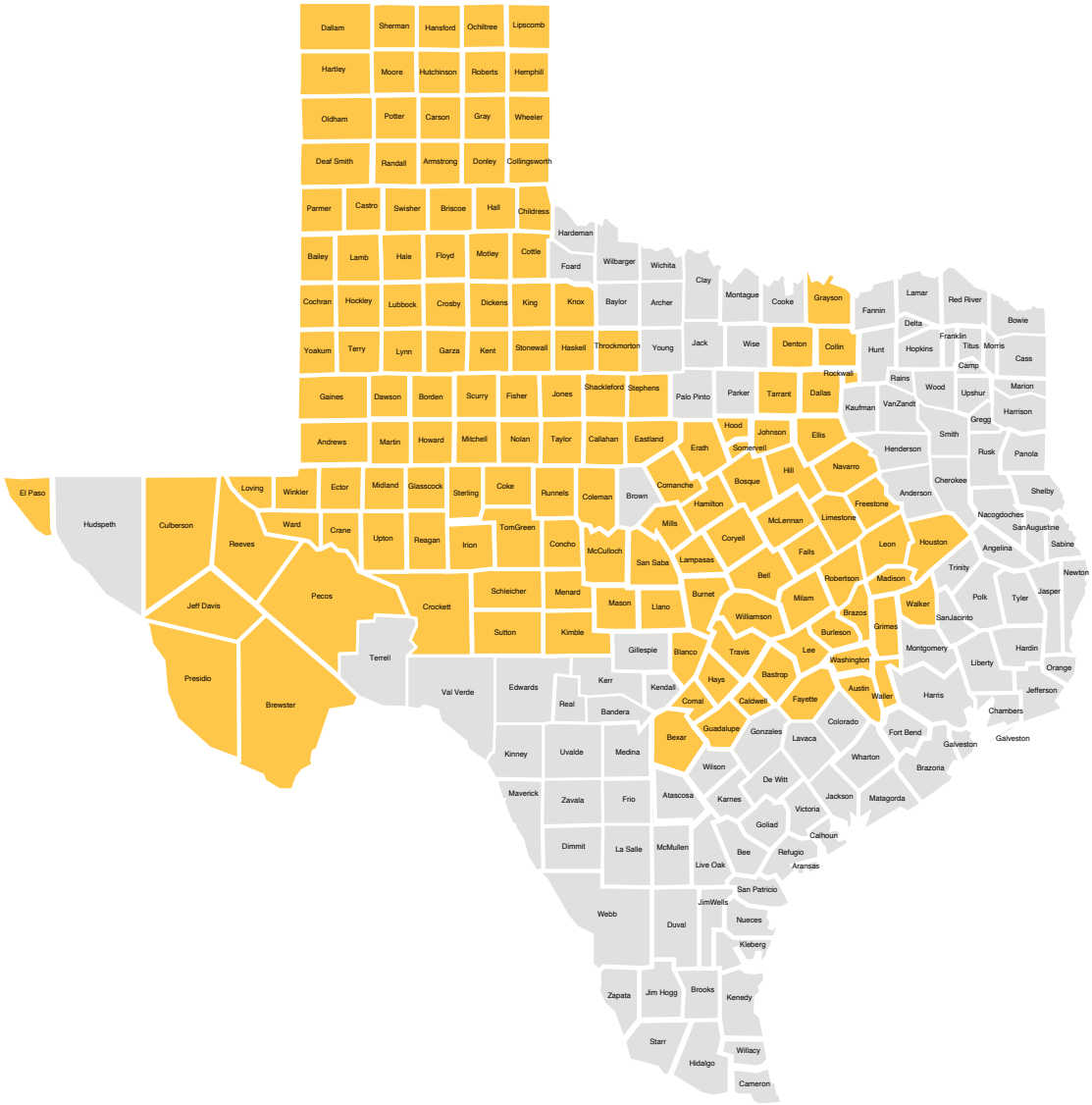
volver arriba

Scott&White CARE PLANS

TRS ACTIVECARE
TEACHER RETIREMENT SYSTEM OF TEXAS

Mi área de servicio

Año del plan 2021-22



Red de acceso abierto BSW Plus HMO

Gracias a nuestra red de proveedores de acceso abierto, usted puede visitar a cualquier proveedor de la red en los condados señalados en amarillo (incluso a especialistas) sin una remisión.

volver arriba

Gracias por elegir Scott & White Care Plans para sus necesidades de cobertura de atención médica.

Scott&White CARE PLANS | BaylorScott&White HEALTH

Los productos HMO se ofrecen a través de Scott and White Health Plan y Scott & White Care Plans. Los productos PPO y EPO asegurados se ofrecen a través de Insurance Company of Scott and White. Scott & White Care Plans y Insurance Company of Scott and White son subsidiarias en propiedad absoluta de Scott and White Health Plan.

volver arriba