

SALUDABLE


BOLETIN MENSUAL

noticias SOBRE SU PLAN DE SALUD

SEGUNDA EDICIÓN | FEBRERO 2024

- 1 Spring Health
- 2 Revisión de bienestar y La campaña SE PROACTIVO
- 3 ¡Aumenta tu inmunidad! y Costco Soluciones de Salud
- 4 Recursos para miembros y enlaces útiles

CONTENIDO

Spring Health 

Apoyo personalizado de salud mental



Sarah
Help managing anxiety

Su red de salud mental acaba de fortalecerse

¿Qué es Spring Health?

Spring Health es un beneficio que ofrece fácil acceso a apoyo de salud mental conveniente y personalizado. United Agriculture Benefit Trust ofrece Spring Health para ayudarlo a superar cualquiera de los desafíos de la vida.

¿Quién puede acceder a Spring Health?

A partir del 1 de febrero, los participantes del plan United Agriculture Benefit Trust pueden acceder a (10) visitas al año sin costo compartido. Después de que se hayan utilizado las primeras diez (10) visitas, se aplicarán los copagos, coseguros y deducibles del plan. Tenga en cuenta que la necesidad médica se aplica a TODAS las visitas. Spring Health estará disponible para los miembros del plan HSA. Sin embargo, de acuerdo con las pautas del plan, los participantes del plan HSA deben pagar las tarifas de visita hasta que se alcance el deducible del plan. Una vez alcanzado el deducible, se aplicará el costo compartido del plan hasta alcanzar el costo máximo de bolsillo. Es posible que se apliquen exclusiones adicionales; consulte los beneficios de su plan para obtener más información. United Agriculture Benefit Trust ofrece la terapia Spring Health con una tarifa dentro de el red de los participantes inscritos en United Agriculture Benefit Trust (UABT).

¿Cómo puedo acceder a Spring Health?

Regístrese en línea en care.springhealth.com/register o descargue la aplicación móvil Spring Health (disponible en App Store o Google Play).

Si tiene preguntas o necesita ayuda, visite springhealth.com/support o llame al 1-855-629-0554.

Nuestros patrocinadores:



REVISIÓN DE BIENESTAR

Prioriza tu Bienestar:
Importancia de los Exámenes de Salud

Tu salud es tu activo más valioso, y los chequeos médicos regulares desempeñan un papel vital en su protección. Enfatizamos la importancia de la atención médica proactiva a través de exámenes y chequeos de rutina. Los chequeos regulares no solo detectan problemas, sino que también garantizan que mantengas tus metas de salud. Proporcionan la oportunidad de discutir preocupaciones, recibir orientación sobre hábitos saludables y hacer un seguimiento del progreso hacia el bienestar óptimo.

[Haga clic aquí](#) para leer más.

Formularios de Recetas de febrero

Descargue los últimos formularios a continuación. Se actualizan mensualmente. La cobertura asociada con cada medicamento se indica en el formulario. También se incluye información sobre qué medicamentos están sujetos a autorización previa y límites de cantidad. Los documentos del formulario no enumeran todos los medicamentos cubiertos.

- [Formulario completo](#)
- [Especialidad](#)
- [Autorizaciones Previas](#)
- [Límites de cantidad](#)
- [Terapia escalonada](#)
- [Medicamentos de Marcas vs Genéricos](#)

***Tenga en cuenta: a partir de febrero de 2024, el Formulario de referencia rápida ya no se publicará.**

Para obtener más recursos de farmacia, visite nuestra página de preguntas frecuentes en unitedag.org/chs.

CONVIÉRTETE EN EL MEJOR TÚ AL OBTENER TU CHEQUEO ANUAL

SE PROACTIVO
Se la Mejor Versión de Ti



99 EXÁMENES COMPLETADOS



5 BENEFICIOS DE UN CHEQUEO ANUAL

- **Establecer** una base de salud personal
- **Aprenda** sobre el riesgo y la prevención de enfermedades crónicas
- **Actualice** sus vacunas y sus medicamentos
- **Obtenga** herramientas para mejorar su salud
- **Se la mejor versión de ti!**

Todos los miembros que programen su chequeo anual en nuestros Clínicas de salud y bienestar recibirán una bolsa de regalo llena de UnitedAg Swag.

¡Únase con nosotros en nuestro esfuerzo por completar 500 exámenes para el primer trimestre!

Para participar en este desafío programe su cita hoy llamando al número **877.877.7981** o en lia ua.clinic.

¡Aumenta tu inmunidad: Estrategias para la temporada de gripe y resfriados!



Al entrar en el nuevo año, es crucial priorizar nuestra salud, especialmente en medio de la temporada de gripe y resfriados. Con la bajada de temperaturas y el clima fluctuante, nuestros cuerpos son más susceptibles a enfermedades. Aquí tienes algunos consejos esenciales para ayudarte a mantenerte saludable y prevenir la gripe y los resfriados:

- Vacúnate
- Practique una Buena Higiene
- Fortalece tu Sistema Inmunológico
- Mantene activo

[Haga clic aquí para leer más.](#)

Conozca a Nuestro Equipo de Bienestar



Emily Trujillo, una residente energética de Greenfield, CA, está decidida a mejorar su destreza en hablar en público mientras persigue un título en enfermería. Más allá de sus objetivos académicos, encuentra alegría en devorar libros, sintonizar música, explorar las maravillas de la naturaleza a través de caminatas y liberar su creatividad culinaria mediante la repostería y la cocina.

¡Programe una cita en su Clínica de Salud y Bienestar local hoy! Llame al 877.877.7981.



Visite ua.clinic



Soluciones de Salud

Copago de \$0 en medicamentos genéricos cuando se dispensan en farmacias de Costco

Los participantes de UnitedAg Trust (UABT) pueden acceder a medicamentos genéricos del Nivel 1 por un copago de \$0 en todas las farmacias minoristas de Costco. Ordene cómodamente sus recetas a través de la aplicación Costco o recibi recordatorios de recarga por mensaje de texto.

Los genéricos especializados no están incluidos. Este beneficio no se aplica en las farmacias de pedidos por correo de Costco ni en las farmacias especializadas de Costco.

Los miembros del plan HSA pagarán \$9 por suministro de 30 días. Se aplicará una tarifa de \$0 por recetas genéricas a los miembros del plan HSA después de alcanzar el deducible anual.

¡Llame a su farmacia Costco local para transferir su recetas y comience a ahorrar hoy!

A continuación se encuentran enlaces e información importantes para ayudarlo a comprender y acceder a sus beneficios de salud.

CONTACTOS IMPORTANTES

Servicio al Miembro

Servicio al Miembro	800.223.4590 memberservices@unitedag.org
Servicio de Portavoz para el Miembro:	800.223.4590 memberadvocate@unitedag.org
Servicio de mensajes de texto	Español: 949.524.4877 Inglés: 949.594.0788

Horas de Servicio

Lunes - Viernes	6:30 am - 5:30 pm
Sabado	7:00 am - 3:30 pm

*Horas de Servicio varían durante días festivos.

Socios de la red

UnitedAg Clínicas de Salud y Bienestar	877.877.7981
Blue Shield of California (Preautorización)	800.541.6652
Blue Shield National Network (Fuera del CA)	800.541.6652
SAIN (Fuera de U.S.)	653.536.7800
Costco Health Solutions (Farmacia)	877.908.6024
Costco Specialty Service (Farmacia especializada)	866.443.0060
Teladoc (Telemedicina)	800.835.2362
myStrength (Cuidado de la salud mental)	800.945.4355
Spring Health (Cuidado de la salud mental)	855.629.0554
First Dental Health (Dental)	800.334.7244
VSP (Visión)	800.877.7195

ENLACES ÚTILES

Portal de salud para miembros

unitedag.org/healthportal

Clínicas de Salud y Bienestar en California

ua.clinic

Directorios de socios de red

unitedag.org/networks

Una Guía Rápida

unitedag.org/quickguide

El Resumen de la Descripción del Plan (SPD)

[En español](#)

El Resume de la Descripción del plan (SPD) para Arizona

[En español](#)

Directorio de proveedores en México

[En español](#)



SALUDABLE

BOLETIN MENSUAL

noticias SOBRE SU PLAN DE SALUD

EDITORES Y COLABORADORAS

EDITORES

Maribel Ochoa
Directora de Comunicaciones y Membresía

Evelyn Mendoza
Asociada de comunicaciones

Jessica Lopez
Coordinadora de comunicaciones

Richard Tran
Artista de producción

COLABORADORAS

Dr. Rosemary Ku
Directora médica

Elite Corporate Wellness

Teladoc Health

SAIN Medical