



# Fondo fiduciario de beneficios múltiples de Teamsters

Guía para miembros nuevos  
de los planes HMO de UnitedHealthcare 2024

1-888-641-9142

[whyuhc.com/tmbt](http://whyuhc.com/tmbt)

United  
Healthcare



**TEAMSTERS**  
MULTI-BENEFIT TRUST &  
LOCAL UNION NO. 572 RETIREMENT PLAN

# En esta guía, encontrará información que le ayudará con lo siguiente:

Echar un vistazo sobre qué esperar cuando cambie de plan.....	1
Confirmar a su médico de cabecera (PCP) de la red.....	2
Transferir sus registros médicos.....	3
Transferir sus recetas.....	3
Realizar la transición de su atención.....	4
Apoyar su bienestar mental.....	4
Qué pasos seguir después de inscribirse.....	5
Conectarse con atención al cliente.....	6

# El camino hacia su nuevo plan de salud comienza aquí



Estamos aquí para ayudarle a facilitar su experiencia de atención de la salud, comenzando con esta descripción general de 6 pasos para ayudarle a seleccionar su plan de salud de UnitedHealthcare y empezar a usarlo.

- 1** Selección para usted de un médico de cabecera (primary care physician, PCP) ubicado cerca de su hogar
- 2** Surtido de todas las recetas abiertas con Kaiser Permanente (Kaiser) antes de su inscripción en UnitedHealthcare
- 3** Solicitud de una transferencia de registros médicos de Kaiser antes de la fecha de entrada en vigencia de UnitedHealthcare
- 4** Uso de su tarjeta de identificación del plan de salud de UnitedHealthcare en la fecha de entrada en vigencia de UnitedHealthcare
- 5** Creación de su cuenta de **myuhc.com**<sup>®</sup>
- 6** Programación de una cita con su nuevo médico de cabecera

## Hay más información útil por delante

Esta guía proporciona más detalles para ayudar a que la transición de Kaiser a UnitedHealthcare sea una experiencia más fluida.

## ¿Tiene preguntas sobre el plan de salud?

Comuníquese con un equipo de atención al cliente, de lunes a viernes, de 7 a.m. a 8 p.m., hora del Pacífico.  
**1-888-641-9142**

Después de inscribirse, puede acceder a la información de su plan en cualquier momento en **myuhc.com**.

# Confirmación de su médico de cabecera de la red

Cuando se inscriba, se le asignará un médico de cabecera (PCP) ubicado cerca de su hogar.

Podrá cambiar de médico de cabecera dentro de los primeros 30 días a partir de la inscripción comunicándose con su equipo de Servicio al Cliente de UnitedHealthcare al **1-888-641-9142**.

En la fecha de entrada en vigencia, puede llamar o buscar a su médico de cabecera para conocer la ubicación de su clínica, la educación que recibió, los idiomas que habla y confirmar que el proveedor sea adecuado para usted o sus familiares.

## Obtenga más información



Escanee este código con el teléfono para obtener más información sobre sus opciones de planes



# Cómo transferir sus registros médicos y recetas



## Registros médicos

Para solicitar sus propios registros médicos detallados, comuníquese con el consultorio de su nuevo médico de cabecera. Le proporcionarán un Formulario de Solicitud de Registros que le enviarán a Kaiser en su nombre.

**Como alternativa, para solicitar sus propios registros médicos detallados**, inicie sesión en [kp.org](https://kp.org) para enviar una solicitud. Después, haga lo siguiente:

- Envíese los registros por correo electrónico
- Envíe los registros por correo electrónico a su nuevo médico de cabecera
- Espere de 10 a 15 días hábiles para que se completen

**Para solicitar registros médicos para alguien que no sea usted**, envíe una autorización para divulgar información de salud, disponible en [Solicitar registros, formularios y certificaciones | Kaiser Permanente](#). Luego desplácese para localizar la dirección de correo electrónico y el número de teléfono en su área para solicitar los registros.



## Medicamentos con receta

### 1 Seleccione su farmacia preferida de la red

Puede elegir entre una variedad de farmacias locales y de pedido por correo, entre ellas, las siguientes:

- Walgreens
- Vons
- CVS
- Optum Rx® (pedido por correo)

### 2 Solicite una transferencia

Comuníquese con la farmacia que eligió para solicitar una transferencia de recetas de Kaiser. Deberá proporcionar la siguiente información:

- Nombre del medicamento
- Nombre y número de teléfono de la farmacia que realiza la transferencia



# Cómo realizar la transición de su atención sin interrupciones

Si es un miembro nuevo de UnitedHealthcare que actualmente recibe tratamiento para una afección médica específica de parte de un proveedor fuera de la red, no queremos interrumpir esa atención. La transición de la atención está diseñada para ayudarle a continuar recibiendo atención, por tiempo limitado, mientras le ayudamos a cambiarse a un proveedor de la red.

Las afecciones médicas elegibles para la transición de la atención incluyen las siguientes:

- Embarazo en el tercer trimestre
- Cáncer de diagnóstico reciente o recaída en un paciente que actualmente recibe quimioterapia, radioterapia o reconstrucción
- Candidatos a trasplantes o receptores de trasplantes que necesitan atención continua
- Atención quirúrgica aguda
- Afecciones crónicas que requieren tratamiento activo



## Importante

Debe solicitar la transición de la atención dentro de los 30 días a partir de la fecha de entrada en vigencia de la cobertura. Llame al número que figura en su tarjeta de identificación del plan de salud.

## Las afecciones médicas y los servicios que no califican para la transición de la atención incluyen los siguientes:

- Exámenes de rutina, vacunas y evaluaciones de salud
- Afecciones crónicas estables
- Enfermedades leves como resfriados, infecciones de oído o dolores de garganta

# Apoyo de su bienestar mental

Ya sea que se encuentre en un momento de mayor necesidad o desee enfocarse en el crecimiento personal, es muy importante que se tome el tiempo necesario para concentrarse en su salud mental y bienestar general. También es fundamental cómo se siente.

Su plan de UnitedHealthcare está listo para ayudarle a conectarse con un especialista en salud conductual que puede asistirle con diversas inquietudes (como depresión y ansiedad, duelo y pérdida, consumo de sustancias y más) a través de los siguientes servicios:

- Visitas al consultorio
- Visitas virtuales
- Una combinación de visitas virtuales y al consultorio

Para obtener más información, visite [liveandworkwell.com](https://liveandworkwell.com).

- Antes de la fecha de entrada en vigencia, navegue como invitado usando el código de acceso: UHC
- Después de la fecha de entrada en vigencia, regístrese para acceder a sus beneficios



# Algunas cuestiones que debe saber después de inscribirse

Para ayudarle a prepararse para su nuevo plan, y aprovecharlo al máximo una vez que esté activo, estas son algunas cuestiones útiles que debe saber y hacer.

## Antes de que comience su plan

- Si tiene alguna receta, surta todo para un suministro de 30 o 90 días
- Transfiera sus registros médicos llamando a Kaiser o ingresando en línea; consulte la página 3
  - Solicite sus registros médicos digitales
  - Descargue su registro médico

## Después de que comience su plan

- Cree su cuenta de [myuhc.com](https://myuhc.com)
- Programe una cita con su médico de cabecera
  - Lleve sus registros médicos o solicite que se transfieran electrónicamente a su nuevo médico de cabecera
  - Durante su visita, solicite una nueva receta para cualquier medicamento para afecciones crónicas
- Descargue la aplicación de UnitedHealthcare® para saber dónde se encuentran los centros de atención de urgencia y la sala de emergencias de la red más cercanos
- Explore las herramientas y los recursos disponibles en [myuhc.com](https://myuhc.com):
  - Encuentre un proveedor de la red
  - Realice un seguimiento del deducible y los montos máximos de bolsillo
  - Vea, comparta y descargue la tarjeta de identificación de su plan de salud
  - Pida recetas





# Estamos aquí para ayudarle

¿Tiene preguntas sobre el plan de salud? Tenemos respuestas.

Comuníquese con un equipo de atención al cliente, de lunes a viernes, de 7 a.m. a 8 p.m., hora del Pacífico.

**1-888-641-9142**

Después de inscribirse, puede acceder a la información de su plan en cualquier momento en [myuhc.com](https://myuhc.com).

Para obtener más información, consulte los documentos de su plan.



**Hable con personal de enfermería certificado 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.

United  
Healthcare



**TEAMSTERS**  
MULTI-BENEFIT TRUST &  
LOCAL UNION NO. 572 RETIREMENT PLAN

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

Esta póliza tiene exclusiones, limitaciones y términos por los que dicha póliza puede continuar en vigencia o suspenderse. Para conocer los costos y detalles completos de la cobertura, comuníquese con su agente o representante de ventas de UnitedHealthcare.

© 2023 United HealthCare Services, Inc. Todos los derechos reservados. (ES23-2809111a)