



VENTAJAS DEL SEGURO TRUE

True Health New Mexico es mucho más que un plan de seguro médico; es su plan para la salud. Nuestra prioridad principal es orientarle a fin de lograr su mejor estado de salud y ayudarle a permanecer así. Estos programas, herramientas, recursos y otras ventajas para los asegurados se han elaborado tomando en cuenta su estilo de vida y sus necesidades.

BIENESTAR

Programas de bienestar de True You: Nuestros nuevos programas True You ofrecen retos, consejos y cursos para inspirarle a llevar un estilo de vida más sano. ¿Sabe lo que es la mejor parte de eso? Todo está disponible sin costo alguno, tanto para usted como para sus dependientes cubiertos de 18 años en adelante.

- **Better You [Usted, mejorado]** ofrecen formas divertidas de ponerse y mantenerse en forma y de mejorar otros aspectos de su vida. Gana puntos por hacerse pruebas preventivas y por completar los retos y cursos universitarios sobre una variedad de temas, tanto de actividades físicas como de bienestar financiero. Puede canjear sus puntos por tarjetas de regalo.
- **Informed You [Usted, bien informado]** es una forma conveniente de obtener acceso a información fiable y actualizada sobre la salud, herramientas para verificar los síntomas [*symptom checker*] y un sitio inteligente para los embarazos [*pregnancy SmartSite™*].
- **Mindful You [Usted, concienciado]** le puede ayudar a cultivar un nivel más alto de concientización. Está compuesto de seminarios web en vivo, un programa de reducción de estrés basado en la concientización y programas autodirigidos.



truehealthnewmexico.com/programa-de-trueyou

Wellness Calendar [Calendario de bienestar]: Comprométase a un año de bienestar. Nuestro calendario de bienestar presenta un tema de salud diferente cada mes con enlaces a información actualizada, detallada y confiable. truehealthnewmexico.com/wellness-calendar

Topic of the Month [Tema del Mes]: Conozca un nuevo tema de salud y bienestar cada mes, lea consejos de nuestros propios directores médicos y encuentre aplicaciones móviles.

truehealthnewmexico.com/topic-of-the-month

SERVICIOS Y HERRAMIENTAS

Portal de asegurados: Nuestro portal seguro le ofrece una forma simplificada de manejar su plan de seguro médico. Utilícelo para consultar sus beneficios, elegibilidad y demandas de seguro; ver e imprimir su tarjeta de identificación; buscar un proveedor de servicios médicos de nuestra red; y para conectarse a muchos recursos en línea de True Health New Mexico. truehealthnewmexico.com/asegurados

Sus beneficios de farmacia: Los medicamentos de receta son importantes para mantener la buena salud. Por eso ofrecemos una lista extendida de medicamentos genéricos por \$0 para varios problemas médicos crónicos más allá de lo obligatorio de la Ley de Cuidado de Salud a Bajo Precio [*Affordable Care Act, ACA*]¹. Consulte nuestra lista completa de medicamentos cubiertos, la lista extendida de medicamentos genéricos por \$0 y la lista de medicamentos preventivos de la ACA. truehealthnewmexico.com/farmacia

PARA BUSCAR LA ATENCIÓN MÉDICA QUE USTED NECESITA

Línea de consejos de enfermería Care Connect con la Clínica Virtual: El personal de enfermería certificado de nuestra línea telefónica Care Connect aporta dirección experta para tratar sus enfermedades y heridas leves. Si es necesario, el(la) enfermero puede hacer los arreglos para una consulta por teléfono con un médico de MDLIVE®. **1-844-308-2552**



Una red robusta de proveedores de servicios médicos: Nuestra red incluye más de 10,000² proveedores de atención primaria, especialistas, profesionales de medicina alternativa, proveedores de servicios de salud de comportamiento, hospitales, centros de atención médica urgente y otros centros clínicos en Nuevo México y en las zonas fronterizas de El Paso, Lubbock y Muleshoe, Tejas. Además fuera de la zona de los cuatro condados de Albuquerque/Río Rancho, todas las clínicas y hospitales de Presbyterian forman parte de la red del plan. **truehealthnewmexico.com**

Opciones alternativas para la salud: Su plan de True Health New Mexico cubre los servicios quiroprácticos y de acupuntura. Consulte el resumen de beneficios de su plan para informarse acerca de los costos compartidos que tiene que pagar y el número de consultas que se cubre cada año. Busque un profesional de medicina alternativa en nuestra guía en línea de proveedores de servicios médicos. **truehealthnewmexico.com**

Copagos de \$0 por las visitas al consultorio de salud conductual: La salud conductual y la salud física general están íntegramente vinculados. No importa si está lidiando con una crisis o si sencillamente necesita hablar con un consejero, nuestra red ofrece acceso a muchos proveedores de servicios de salud conductual. Además, su plan ofrece un copago de \$0 por las consultas de salud conductual para pacientes ambulatorios, incluso para las consultas de tratamiento para el abuso de sustancias adictivas.³ **truehealthnewmexico.com/buscando-servicios-de-salud**

Entrevista de chequeo médico: La evaluación de sus respuestas a nuestra entrevista de chequeo médico nos ayuda a establecer un plan para su atención médica y nos informa si necesita la dirección de nuestro personal de administración de atención médica para buscar médicos, recibir servicios de atención médica específicos o para poner al día las pruebas de detección de enfermedades. **research.net/r/THNMHealthyCheckUpSpanish**

Dejar de fumar: Su plan de True Health New Mexico cubre algunos medicamentos con receta para dejar de fumar y algunos productos de venta libre. Además la línea telefónica *QUIT NOW* [deje de fumar ahora] le puede ayudar a elaborar un plan para dejar de fumar. **truehealthnewmexico.com/smoking-cessation**

truehealthnewmexico.com/asegurados

Notas

1. El beneficio de copago de \$0 por medicamentos genéricos no corresponde a los planes de seguro médico de deducible alto [HDHP, por sus siglas en inglés].
2. Fuente: El directorio de proveedores de True Health New Mexico, truehealthnewmexico.com.
3. El beneficio de copago de \$0 por las visitas al consultorio de salud conductual no corresponde a los planes de seguro médico de deducible alto [HDHP, por sus siglas en inglés].

Sea fiel [True] a su salud.

