

# Blue Cross Blue Shield of Texas

## Programas de salud y descuentos



Estos programas se ofrecen a los miembros de BCBSTX y sus dependientes cubiertos. Los programas son gratuitos, a menos que se indique lo contrario.

Programa	Inscríbese o pida más información
<p><b>Enfermería telefónica 24/7 Nurseline</b></p> <p>Enfermeros disponibles en cualquier momento para:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayudarle a decidir si ir a la sala de emergencia, clínica de urgencia o consultorio médico</li> <li>• Responder preguntas de salud, desde dolores de cabeza hasta diabetes.</li> </ul> <p>También puede acceder a una biblioteca de audio con temas de salud.</p>	<p>1-800-581-0393 o 1-800-581-0368</p>
<p><b>Well onTarget – Portal de bienestar con Recompensas</b></p> <p>Este portal de bienestar asigna puntos de recompensas por actividades sanas, que puede usar para comprar ropa, libros, productos de salud, joyas, electrónicos, música y artículos deportivos. Aproveche:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una evaluación de salud y monitores de actividad física/nutrición</li> <li>• Cursos autodirigidos, base de datos de salud, descuentos y más.</li> </ul>	<p>Visite <a href="http://wellontarget.com">wellontarget.com</a> o inscríbese en Blue Access para Miembros en <a href="http://bcbstx.com/members">bcbstx.com/members</a></p>
<p><b>Programa de gimnasios<sup>1</sup></b></p> <p>Consiga acceso ilimitado a una red nacional de miles de gimnasios por un costo de inscripción de \$25 y una cuota mensual de \$25. No se requiere contrato a largo plazo.</p>	<p>Llámenos al 1-888-762-2583 o inscríbese a través de Blue Access para Miembros en <a href="http://bcbstx.com/members">bcbstx.com/members</a></p>
<p><b>Control del peso</b></p> <p>Reciba orientación personal por teléfono para ayudarlo a alcanzar sus metas de control de peso.</p>	<p>Llame al 1-866-412-8795 y seleccione el programa para el bienestar <b>Lifestyle Management</b></p>
<p><b>Dejar el tabaco</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reciba orientación telefónica que le ayude en su camino a lograr estar libre del tabaco. Usted y su consejero crearán un plan personalizado para dejar el tabaco a su manera.</li> <li>• Los medicamentos recetados y de venta libre para dejar el tabaco recetados por un médico son gratuitos (dos tratamientos de 90 días por año calendario).</li> </ul>	<p>Llame al 1-866-412-8795 y seleccione el programa para el bienestar <b>Lifestyle Management</b></p>
<p><b>Blue365 – Programa de descuentos</b></p> <p>Consiga descuentos en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Servicios dentales, de visión, corrección de la vista con láser y audífonos</li> <li>• Membresías en gimnasios, control de peso, aparatos/indumentaria deportiva y monitores de actividad</li> <li>• Ofertas especiales semanales</li> </ul>	<p>Inscríbese en <a href="http://blue365deals.com">blue365deals.com</a>.</p> <p>Acceda a descuentos constantes y reciba emails con ofertas especiales.</p>
<p><b>ProtectMyID® – Monitoreo gratis de crédito</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informe de crédito de Experian, monitoreo diario de historial de crédito y alertas oportunas</li> <li>• Seguro por robo de identidad por \$1 millón y equipo de resolución de fraude</li> </ul>	<p>Llame al 1-866-926-9803 y use el número Engagement Number <b>PC98586</b></p>
<p><b>Manejo de Enfermedades – Ayuda con condiciones serias</b></p> <p>Solicite ayuda para navegar por el sistema de salud, entender su enfermedad y manejar su atención médica.</p>	<p>El personal del programa se contactará con usted si califica, en base a sus reclamos médicos. También puede conseguir información útil en <a href="http://bcbstx.com/members">bcbstx.com/members</a>.</p>
<p><b>Special Beginnings – Programa de maternidad</b></p> <p>Usted o su cónyuge con cobertura pueden entender y manejar mejor su embarazo con:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contacto telefónico con el personal del programa</li> <li>• Identificación de factores de riesgo y control de riesgo</li> <li>• Recursos en línea, material educativo y libro gratis.</li> </ul>	<p>Visite <a href="http://bcbstx.com">bcbstx.com</a> y haga clic en la ficha <b>My Health</b> (Mi Salud) o llame al 1-888-421-7781 (8 a.m. – 6:30 p.m.)</p>

<sup>1</sup>Para participar, los miembros deben tener al menos 18 años de edad. <sup>2</sup>Este beneficio se ofrece a través de su programa de medicamentos recetados.