



UNITE HERE HEALTH
ALASKA



Guía del Participante

Aprenda más acerca de los beneficios de su **Alaska HERE Bronze Plan**.

Comenzando a partir del 1 de enero de 2021

La información de esta Guía del Participante está basada en la Descripción Resumida del Plan (SPD, por sus siglas en inglés). Sin embargo, en caso de un conflicto entre la Guía del Participante y el SPD, el SPD regirá.

¡Información acerca de su cobertura y cómo obtener lo máximo de sus beneficios!

Información de Contactos.....	5
¡Estamos Aquí Para Ayudar!.....	6
Su Plan Médico.....	7
Cómo Obtener sus Beneficios.....	8-9
Cómo Mantener sus Beneficios.....	10
Banco de Horas.....	11
Cuándo Puede Agregar o Quitar Dependientes.....	12
Cómo Hacer Pagos Para Dependientes.....	13
Su Red por Ubicación.....	14
Cómo Encontrar un Doctor.....	15
MRC – Su Equipo de Cuidados.....	16
Coalition Health Centers.....	17
Cuidados Urgentes.....	18
Cuidados Dentales.....	19
A Dónde Ir Para Obtener sus Medicinas.....	20
Costos de sus Medicinas.....	21
Seguro de Vida y AD&D.....	22

Información de Contactos

¿Preguntas? ¿Preocupaciones? Contáctenos...

UNITE HERE HEALTH

844-427-8501

Lunes - Viernes

8:30am - 4:30pm (Hora de Alaska)

www.uhh.org/alaska

Números útiles:

- **Linea de Consejería**
(ayuda con los beneficios)
844-427-8516
- **Blue Cross Blue Shield**
of Illinois (seguro de vida)
800-348-4512
- **Medical Rehabilitation**
Consultants (MRC)
(equipo de cuidado y
autorización previa)
800-827-5058
- **Teladoc**
(doctor por video)
1-800-835-2362
- **CVS/Caremark**
(farmacia)
866-818-6911
- **MultiPlan**
(red de proveedores)
888-636-7427, oprima 1

¡Estamos Aquí Para Ayudar!



¡Sus consejeros de Alaska HERE pueden ayudarle con todas sus preguntas!

Los consejeros son sus “ayudantes” personales del Plan Alaska HERE. Ellos pueden contestar sus preguntas acerca de su plan y ayudarle a:

- Encontrar un doctor
- Aprender acerca de sus beneficios
- Atender a sus preocupaciones
- Presentar una reclamación y manejar la documentación
- Conectarlo con recursos y más

Llámenos al **844-427-8516** o envíe un correo electrónico a **akadvocacy@uhh.org**

Su Plan Médico

¡Usted está inscrito(a) en el Bronze Medical Plan! Su plan se basa en el Acuerdo de Negociación Colectiva (CBA, por sus siglas en inglés). He aquí algunos detalles importantes acerca de su plan médico.

No hay cargo por servicios preventivos y usted pagará 40% de coseguro por la mayoría de los otros servicios médicos.

Característica del Bronze Plan (Proveedor PPO/de la Coalición o cualquier proveedor fuera de Anchorage)	Lo que usted paga
Deducible*	\$750 por persona; \$1,500 por familia
Coseguro*	40% de coseguro**
Máximo de su bolsillo*	\$4,000 por persona; \$8,000 por familia
Visita a Sala de Emergencias (ER)	\$100 de copago + 40% de coseguro** después de su deducible
Estadía de paciente internado en hospital	\$350 de copago + 40% de coseguro** después de su deducible (el copago se suspende después de 4 o más estadías por persona, por año calendario)
*El deducible PPO, coseguro y máximo de su bolsillo aplican, al menos que usted vea a un proveedor que no es PPO (que no es de la Coalición) en la Municipalidad de Anchorage.	
**Servicios recibidos de un proveedor que no es PPO estarán cubiertos hasta el Cargo Usual y Acostumbrado (UCC, por sus siglas en inglés). Cualquier cantidad mayor del UCC no estará cubierta. Usted podría recibir una factura del proveedor por el saldo.	

Sus costos de farmacia son diferentes (vea la página 21).

Si tiene preguntas acerca de su Plan médico, favor de llamar a:
UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501**.

Cómo Obtener Sus Beneficios

Usted es elegible para beneficios en base a cuantas horas trabaja.

Por cada hora que usted trabaja, su empleo paga al Alaska HERE Plan de su parte.



Cómo funciona:

1. Usted es elegible para beneficios cuando trabaja 255 horas (o más) dentro de un periodo de 3 meses. A esto se le llama su **"periodo de trabajo."**
2. Luego usted tendrá 2 meses de espera. A esto se le llama su **"periodo de espera."**
3. Sus beneficios empezarán el 1er día del 6to mes. Usted estará cubierto por todo ese mes. A esto se le llama su **"periodo de cobertura."**

Por ejemplo:

- María trabajó 120 horas en agosto, 80 horas en septiembre y 55 horas en octubre. Esto es un total de 255 horas.
- Eso quiere decir que María es elegible para beneficios porque trabajó 255 horas (o más) dentro de un periodo de 3 meses.
- El periodo de espera de 2 meses de María es noviembre y diciembre.
- Los beneficios de María empezarán el 1 de enero.
- María tendrá beneficios todo el mes de enero.

¡Vea la tabla de "Obteniendo Elegibilidad" en la siguiente página para averiguar en qué mes recibirá sus beneficios!

Cómo Obtener Sus Beneficios

Obteniendo Elegibilidad:

Periodo de trabajo Si trabaja 255 horas (o más) en:	Periodo de espera Sus 2 meses de espera son:	Periodo de cobertura Usted tiene beneficios para:
Agosto, Septiembre y Octubre	Noviembre y Diciembre	Enero
Septiembre, Octubre y Noviembre	Diciembre y Enero	Febrero
Octubre, Noviembre y Diciembre	Enero y Febrero	Marzo
Noviembre, Diciembre y Enero	Febrero y Marzo	Abril
Diciembre, Enero y Febrero	Marzo y Abril	Mayo
Enero, Febrero y Marzo	Abril y Mayo	Junio
Febrero, Marzo y Abril	Mayo y Junio	Julio
Marzo, Abril y Mayo	Junio y Julio	Agosto
Abril, Mayo y Junio	Julio y Agosto	Septiembre
Mayo, Junio y Julio	Agosto y Septiembre	Octubre
Junio, Julio y Agosto	Septiembre y Octubre	Noviembre
Julio, Agosto y Septiembre	Octubre y Noviembre	Diciembre

Cómo Retener sus Beneficios

Después de obtener sus beneficios, usted tiene que trabajar 100 horas (o más) cada mes para mantenerlos. Sus horas se aplicarán a la elegibilidad 2 meses después. Vea la siguiente tabla “Manteniendo la Elegibilidad” para ver cómo funciona.

Manteniendo la Elegibilidad:

Periodo de trabajo Si trabaja 100 horas en:	Periodo de espera Sus 2 meses de espera son:	Periodo de cobertura Estará cubierto en:
Octubre	Noviembre y Diciembre	Enero
Noviembre	Diciembre y Enero	Febrero
Diciembre	Enero y Febrero	Marzo
Enero	Febrero y Marzo	Abril
Febrero	Marzo y Abril	Mayo
Marzo	Abril y Mayo	Junio
Abril	Mayo y Junio	Julio
Mayo	Junio y Julio	Agosto
Junio	Julio y Agosto	Septiembre
Julio	Agosto y Septiembre	Octubre
Agosto	Septiembre y Octubre	Noviembre
Septiembre	Octubre y Noviembre	Diciembre

¿Preguntas acerca de cómo mantener sus beneficios?
Llame a UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501**.

Banco de Horas

¡Usted puede ahorrar sus horas extras de trabajo para cuando las necesite!



Usted tiene que trabajar por lo menos 100 horas cada mes para mantener sus beneficios. Si trabaja más de 100 horas, sus horas extras se colocarán en su banco de horas. Si le faltan horas, puede usar horas de su “banco” para cubrir esas horas que le faltan.

Esto significa que si usted trabaja menos de 100 horas en un mes, las horas de su banco se usarán para completar el total de sus horas a 100. De esa manera mantendrá sus beneficios.

Por ejemplo:

- Dave tiene 60 horas en su banco de horas.
- Dave solamente trabaja 80 horas en enero.
- A Dave le faltan 20 horas. Se sacarán 20 horas de su banco de horas.
- Dave puede mantener sus beneficios.
- Dave ahora tendrá 40 horas en su banco de horas.

¿Cuántas horas puedo tener en mi banco de horas a la vez?

El máximo que puede tener en su banco de horas son 220 horas.

Para chequear cuantas horas hay en su banco de horas:

- ☐ Llame a UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501** ó
- ☐ Vaya en línea a **www.uhh.org/alaska**

Cuándo Puede Agregar o Quitar Dependientes

Solamente puede agregar o quitar dependientes una vez al año durante la inscripción abierta o si tiene un evento calificador.

Los eventos calificadores son:

- Usted se casa
- Tiene un bebé
- Adopta o recibe un niño en su hogar para adopción
- Un hijo de otro país viene a vivir con usted
- Sus dependientes pierden su cobertura de salud incluyendo el seguro de salud de su cónyuge, Medicaid, o un Programa de Seguro de Salud de Niños (CHIP, por sus siglas en inglés)
- Sus dependientes son elegibles para Medicare o un CHIP

Solamente tiene **60 días después del evento calificador para inscribir o quitar dependientes y enviar su documentación.**

Para inscribir o quitar a sus dependientes después de un evento calificador:

- ☐ Llame a UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501** ó
- ☐ Vaya en línea a **www.uhh.org/alaska**

Necesitará enviar pruebas del evento calificador, como:

- ☐ Una copia de su acta de matrimonio
- ☐ Carta de pérdida de cobertura u
- ☐ Una copia de su acta de nacimiento
- ☐ Otros documentos

Cómo Hacer Pagos Para Dependientes

Si inscribe a su cónyuge y/o a sus hijos como dependientes, usted pagará una prima de dependiente cada mes.

Número de dependientes	Pago mensual
1	\$35
2 o más	\$50

- **¿Cuándo pago las primas de dependientes?**

Los pagos son pagaderos el día 20 del mes anterior al mes de cobertura. Solo puede pagar por el mes debido. No podemos aceptar pagos adelantados.

Esto significa que su pago de enero es pagadero a más tardar el 20 de diciembre y solamente aceptaremos su pago para enero en ese momento.

- **¿Qué pasa si no hago un pago?**

Hay un periodo de gracia de 30 días. Si no hace un pago, tiene 30 días para pagar su prima de dependiente. **Si no paga dentro de su periodo de gracia, sus dependientes perderán sus beneficios.** Usted tendrá que esperar al próximo periodo de inscripción abierta o un evento calificador para reintegrar a sus dependientes a su plan.

Por ejemplo:

- Su pago para enero es pagadero antes del 20 de diciembre.
- Pero su periodo de gracia de 30 días le da hasta el 19 de enero para pagar.
- Si no paga antes del 19 de enero sus dependientes perderán sus beneficios.

- **¿Cómo pago las primas de dependientes?**

- Llame al **844-427-8501** para usar su tarjeta de débito o crédito
- Visite **www.uhh.org/member** para usar el portal para miembros
- Use el **kiosco** que está en el Salón de la Unión UNITE HERE! Local 878, localizado en: 530 E. 4th Avenue, Anchorage, AK 99501
- **Envíe un cheque o giro postal** a nombre de **UNITE HERE HEALTH** a: UNITE HERE HEALTH, P.O. Box 809328, Chicago, IL 60680-9328

Su Red por Ubicación

Su Plan le permite ver a cualquier doctor que desee. Pero ahorrará dinero si ve a un proveedor PPO de su red MultiPlan PPO. La red que debe usar se basa en dónde esta obteniendo su cuidado. Si ve a un proveedor que no está en su red podría costarle más.

Cuál red MultiPlan PPO usar por ubicación:

Si está recibiendo cuidados en:	Su red es:
Alaska	Beech Street; al menos que esté en Anchorage y necesite uno de los servicios listados al final de la página
Washington	First Choice Health Network
Idaho	First Choice Health Network
Montana	First Choice Health Network
Todos los demás Estados	PHCS

Si está en Anchorage y necesita uno de estos servicios, debería ver a uno de estos proveedores para ahorrar dinero:

Servicios de hospital

Alaska Regional Hospital
2801 Debarr Rd
Anchorage, AK 99508
907-276-1131

Medicina de emergencia

Denali Emergency Medicine Associates
2801 Debarr Rd #505
Anchorage, AK 99508
907-258-9272

Terapia física

Ascension Physical Therapy
6200 Lake Otis Pkwy #104 or
Anchorage, AK 99507
907-770-6693

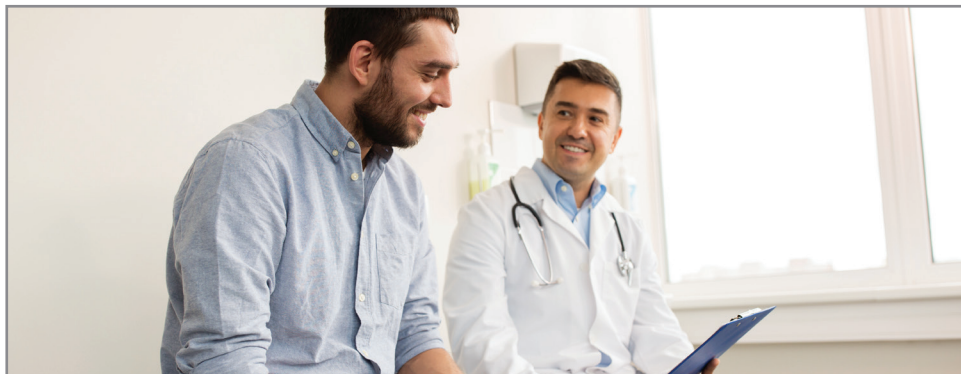
Chugach Physical Therapy
2740 Lake Otis Pkwy
Anchorage, AK 99508
907-272-8615

Terapia de manos

Alaska Hand Rehabilitation
4015 Lake Otis Pkwy #200
Anchorage, AK 99508
907-563-8318

Para todos los demás servicios en Anchorage (tales como un doctor regular) puede ir a cualquier proveedor PPO que quiera.

Cómo Encontrar un Doctor



¡Nos complacerá ayudarle a encontrar un doctor!

Llame a:

- ☐ UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501** ó
- ☐ MultiPlan al **888-636-7427** (oprima 1)

Visítenos en línea:

- ☐ UNITE HERE HEALTH en **www.uhh.org/alaska**
- ☐ MultiPlan en **www.multiplan.com**

Puede buscar un doctor en base a:

- Especialidad
- Idioma
- Recibimiento de nuevos pacientes y mucho más
- Código postal
- Sexo

¡Queremos que se sienta cómodo con su doctor y contento con su cuidado!

MRC - Su Equipo de Cuidados

¡Medical Rehabilitation Consultants (MRC) es su equipo de cuidados! Ellos le ayudarán a obtener el cuidado que necesita.

El equipo de enfermeras y coordinadores de MRC trabajará con usted y su doctor para asegurar que reciba tratamiento de calidad y oportuno. También se encargan de autorización previa y le ayudan si tiene un problema serio de salud o necesita cirugía.



MRC puede ayudarle con:

☐ Autorización previa

Usted tiene que obtener autorización previa (aprobación) de MRC antes de obtener ciertos servicios, tales como:

- Estadías en hospital
- Servicios de Rehabilitación
- Servicios de Hospicio
- Cirugía de Paciente Externo
- Liberación del túnel Carpal
- Artroscopía de la rodilla
- Servicios de paciente internado por salud mental, salud de comportamiento o abuso de sustancias
- Cirugía para el tratamiento de obesidad mórbida
- Ensayos clínicos

☐ Condiciones serias de salud

MRC le ayudará a programar sus citas y le ayudará a encontrar especialistas si usted tiene una condición seria de salud, tal como:

- Cáncer
- Diabetes
- COPD/asma
- Problemas cardíacos o apoplejía
- Embarazo de alto riesgo o parto prematuro
- Trauma o lesión en la cabeza

☐ Cirugía

Una cirugía puede ser estresante. MRC le ayudará a prepararse para su cirugía y le ayudará durante su recuperación.

Llame a Medical Rehabilitation Consultants al **800-827-5058**.

Coalition Health Centers



¡Los Coalition Health Centers le ofrecen, a usted y a su familia, cuidados de calidad a bajo costo! No hay copago por los servicios. Tampoco tendrá que pagar su deducible ahí.

Ejemplos de las cosas con las que recibirá ayuda:

- Dolor de garganta
- Exámenes de los oídos
- Fiebre y gripe
- Problemas nasales y alergias
- Exámenes de bienestar y físicos
- Recetas
- Condiciones crónicas
- Problemas de la piel y sarpullido
- Lesiones menores
- Procedimientos quirúrgicos menores
- Vacunas
- Laboratorios

Ubicaciones:

Anchorage:

2741 Debarr Rd, Suite C210
Anchorage, AK 99508
907-264-1370

Edades: 5 años y mayores

Fairbanks:

575 Riverstone Way, Unit 1
Fairbanks, AK 99709
907-450-3300

Edades: 2 años y mayores

Horarios:

Puede hacer citas:

Lunes a Viernes
7:30am to 6:30pm
Sábado: 8:00am to 2:00pm

Puede ir sin cita:

Lunes a Viernes
8:30am to 4:30pm
(Solamente para necesidades inesperadas)

Importante:

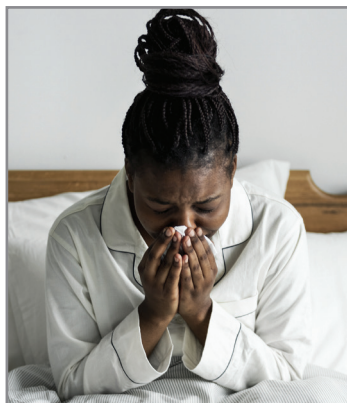
Por favor asegúrese de llegar a tiempo para sus citas o cancelar con 24 horas de anticipación. Su Plan tiene que pagar una **cuota de \$75** por citas no cumplidas.

Por favor llame a uno de los Coalition Health Centers para hacer su cita o ir durante horas que no requieren citas.

Cuidados Urgentes

¿Cuándo debe ir a una clínica de Cuidados Urgentes?

- Cuando su doctor no está disponible
- Fuera de las horas regulares del consultorio (noches y fines de semana)
- Cuando necesita cuidados médicos inmediatamente



Cuidados Urgentes es para emergencias que **NO** ponen en peligro su vida.

Ejemplos de problemas tratados en clínicas de Cuidados Urgentes:

- Accidentes y caídas
- Torceduras
- Fiebre o gripe
- Dolor de garganta
- Fiebre alta
- Vómito o diarrea
- Cortadas sangrantes que necesitan puntadas

Para encontrar una clínica de Cuidados Urgentes cerca de usted:

- Visite nuestro sitio web: www.uhh.org/alaska ó
- Llame a UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501**.



¡También puede consultar con doctores por video!

Puede tener una cita con un doctor por video. Teladoc le permite usar su computadora, teléfono celular o aparato móvil para obtener cuidados de un doctor certificado 24 horas al día, 7 días de la semana. **No hay cargos** por este gran servicio.

Visite **teladoc.com** para crear su cuenta de miembro.

Cuidados Dentales

¿Usted tiene beneficios dentales!

Ir al dentista y mantener su cuidado dental es una parte importante de mantenerse sano. Su salud dental afecta su salud general.

La cobertura dental es solamente para empleados. Sus dependientes no tienen cobertura dental.



Característica del Plan Dental	Detalles
Deducible	\$50
Máximo anual	\$1,000 por año de calendario
Eligiendo a su dentista	Puede ir a cualquier dentista que quiera
Lo que usted paga	El Plan paga 100% de los servicios preventivos y diagnósticos.* Usted paga su deducible y 50% de coseguro para otros servicios.*
¿Quién está cubierto?	Solamente empleados
Especialistas	Puede ver especialistas sin referencias

*Los servicios recibidos estarán cubiertos hasta el Cargo Usual y Acostumbrado (UCC, por sus siglas en inglés). Cualquier cantidad mayor del UCC no estará cubierta.

¿Quiere más información acerca de sus beneficios dentales?
Llame a UNITE HERE HEALTH al **844-427-8501**.

A Dónde ir Para Obtener sus Medicinas



Puede ir a cualquier farmacia de la red CVS/Caremark, incluyendo:

- Carrs/Safeway
- CVS
- Target
- Costco
- Fred Meyer
- Walgreens

Para encontrar más farmacias cerca de usted llame a CVS/Caremark al **866-818-6911** ó vea **www.caremark.com**.



También puede obtener sus medicinas a través del Programa por Correo

Ahorre tiempo y dinero obteniendo sus medicinas entregadas a usted. Éste es un gran servicio si toma una medicina con regularidad. Los precios a través del programa generalmente son más bajos. También puede obtener un suministro de 90 días en vez de 30 días.

¡Llame al 866-818-6911 para inscribirse para recibir sus medicinas por correo!

Costos de sus Medicinas

Usted paga parte del costo de sus medicinas recetadas. La cantidad que usted paga depende de su medicina y de dónde la obtiene.

He aquí algunos detalles importantes acerca de su plan de medicinas recetadas.

Característica de medicina recetada	Lo que usted paga
Medicinas o suministros preventivos	Ningún cargo
Recetas en una farmacia comercial	50% de coseguro (\$5 mínimo)
Medicina oral de diabetes, insulina y suministros	• \$5 de copago en farmacia comercial; • \$10 de copago por correo
Recetas por correo	50% de coseguro (\$10 mínimo)
Máximo de su bolsillo	\$2,350 por persona; \$4,700 por familia
Para medicamentos compuestos que cuestan \$500 o más, tiene que obtener autorización previa. Por favor llame a CVS al 866-818-6911. Importante: Si obtiene una medicina de marca cuando hay una medicina genérica disponible, usted tendrá que pagar el costo completo de la diferencia entre la medicina de marca y la medicina genérica.	

¿Tiene diabetes?

Puede obtener un glucómetro gratis llamando al número de la oficina de servicio al cliente indicado en su tarjeta de identificación. Un glucómetro es un aparato para medir el azúcar de su sangre. Es muy importante que tenga uno si usted tiene diabetes.

Seguro de Vida y AD&D

¡El seguro de Vida y AD&D (muerte accidental y desmembramiento, por sus siglas en inglés) les da tranquilidad a usted y a su familia!

¡Usted tiene seguro de Vida y AD&D sin costo para usted! Su trabajo lo paga y es parte de sus beneficios cuando se inscribe. Sus dependientes no son elegibles para el seguro de Vida y AD&D.



El seguro de Vida y AD&D puede proporcionar apoyo para su familia si algo le llegara a pasar a usted. La intención del seguro es reemplazar temporalmente sus ingresos y aliviar algo del estrés de su familia si usted se lesiona en un accidente o muere.

Puede ayudar a su familia con:

- Renta mensual y servicios públicos
- Funeral y costos de entierro
- Deuda o matrícula escolar
- Otras cosas que se podrían necesitar

¡Es muy importante que usted elija un beneficiario!

La(s) persona(s) que usted elija como su(s) beneficiario(s) recibirá(n) el pago del beneficio del seguro si algo le pasa a usted. Usted puede elegir a quien quiera y tener más de 1 beneficiario. También puede cambiar su beneficiario en cualquier momento.

Asegúrese de completar un formulario de beneficiario:

1. Vaya a **uhh.org/alaska** por el formulario.
2. Complete el formulario con la información de su beneficiario, firme y ponga la fecha y haga una copia para guardar con sus documentos importantes.
3. Envíe el formulario original a:

UNITE HERE HEALTH
711 N. Commons Drive
Aurora, IL 60504



844-427-8501

Lunes - Viernes

8:30am - 4:30pm (Hora de Alaska)

www.uhh.org/alaska