CareFirst BlueCross BlueShield

Guía de Planes de Salud 2025

Programas, recursos y herramientas para nuestros afiliados individuales

CareFirst
Family of health care plans

Índice

- ¿Por Qué CareFirst BlueCross BlueShield?
- Comparaciones de Planes
- Niveles de metal
- Cómo funciona el seguro de salud
- Guía Útil de Términos Clave
- Incluido con Cada Plan CareFirst
- Uso y Administración de su Plan
- Cobertura Básica de Atención Médica
- Cobertura de Medicamentos con Receta
- Odontología y Oftalmología Pediátrica
- Recursos en Línea para Afiliados

Bienvenido

Gracias por elegir CareFirst BlueCross BlueShield (CareFirst).

Sabemos que el seguro de salud es una de las decisiones más importantes que usted toma. Para simplificar el proceso, hemos creado esta guía para ayudarlo a comprender mejor los programas, servicios y recursos incluidos en cada plan CareFirst.

Cómo utilizar la guía

Para navegar a cada sección:

- haga clic en el botón en la Tabla de Contenido (A), o
- cuando esté en el documento, haga clic en el ícono "inicio" (B) para volver a la Tabla de Contenido, luego haga clic en el número de sección al que desea ir.

Para volver a la Tabla de Contenido:

- haga clic en el icono "inicio" en la parte inferior de cada página (B).

Para navegar a la página siguiente:

- utilice las flechas IZQUIERDA y DERECHA en la parte inferior de la página (C).

¿Por qué elegir CareFirst BlueCross BlueShield?

Acceso inigualable

Al contar con el 91% de los proveedores nacionales[1] y el 90% de los proveedores locales[2] adheridos a nuestra red Blues, usted tiene el acceso **más amplio a la atención**.

Atención integral

Nuestro enfoque de atención integral le garantiza que tenga una experiencia de salud integral y constante que lo ayude a manejar mejor su **bienestar físico, emocional, social y financiero**.

Experiencia local

Nuestras relaciones locales amplias y duraderas le brindan **un acceso incomparable a proveedores y organizaciones comunitarias**, lo que resulta en una mejor coordinación de la atención y mejores resultados de salud.

Soluciones innovadoras para afiliados

Más allá de la cobertura médica, usted tiene acceso a nuestra **cartera integral de las mejores soluciones para afiliados** a fin de ayudarlo a lograr la mejor salud en todas las etapas de la vida, su salud y sus condiciones.

CareFirst se enorgullece de ser reconocida como una de las empresas más éticas del mundo (World's Most Ethical Companies®) durante 12 años consecutivos.

La compañía aseguradora sin fines de lucro más grande del Atlántico Medio

1 de cada 2 estadounidenses está cubierto por Blue a nivel regional, y 1 de cada 3 a nivel nacional[3]

Más del 90% de los proveedores locales y el 100% de los hospitales regionales están en nuestra red.

1.7 millones de proveedores en todo Estados Unidos que representan el 96% de los hospitales y el 91% de los médicos[4]

[1] Acceso a la red de CHP 2024 Comparación de los resultados con datos adicionales

[2] Libro de Datos Comerciales de CareFirst, agosto de 2020

[3] Datos de BCBSA Blue, febrero de 2022

[4] Datos sobre BCBSA Blue, diciembre de 2024

Los nombres y las marcas "World's Most Ethical Companies" y "Ethisphere" son marcas registradas de Ethisphere LLC.

Comparaciones de Planes

	Planes HMO de BlueChoice	Planes PPO de BluePreferred
Descripción	Su médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) brinda atención de rutina y coordina la atención de especialista, sin necesidad de derivaciones.	Usted tiene la libertad de acudir a cualquier proveedor de su elección
Plan Regional comparado con Plan Nacional	Regional	Nacional
Inscripción	Los afiliados deben vivir o trabajar dentro del área de servicios de CareFirst	Los afiliados deben vivir o trabajar dentro del área de servicios de CareFirst
Derivaciones	Sin derivaciones.	Sin derivaciones.
Dentro de la red	**En MD, DC y VA del norte:**Red Regional BlueChoice.	**En MD, DC y VA del norte:** Red de PPO de CareFirst. **Fuera del área:** Red de PPO de BlueCard
Fuera de la red	Solo atención de emergencia o de urgencia	**En MD, DC y VA del norte y fuera del área:**Proveedores no participantes (se puede facturar el saldo).
Selección de PCP y Blue Rewards	Se requiere selección de PCP. **Para Blue Rewards:**Se requiere un PCP.	Se recomienda la selección del PCP, pero no es obligatoria. **Para Blue Rewards:**En MD, DC y VA del norte, se requiere un PCP. **Fuera del área:**Se requiere un PCP de BlueCard PPO.

Niveles de metal

Para facilitar la comparación de diferentes planes, la Ley de Atención Médica Asequible (ACA) exige que cada plan encaje en una de cuatro categorías llamadas niveles de metal.*

Los planes Bronze, Silver, Gold y Platinum cubren los mismos beneficios básicos. Sin embargo, cada nivel difiere en cuanto al monto que su plan pagará por su atención. Los diferentes planes tienen diferentes primas mensuales y distintos gastos de bolsillo, como copagos, deducibles y coseguros para los servicios cubiertos.

Comprender los niveles de los planes

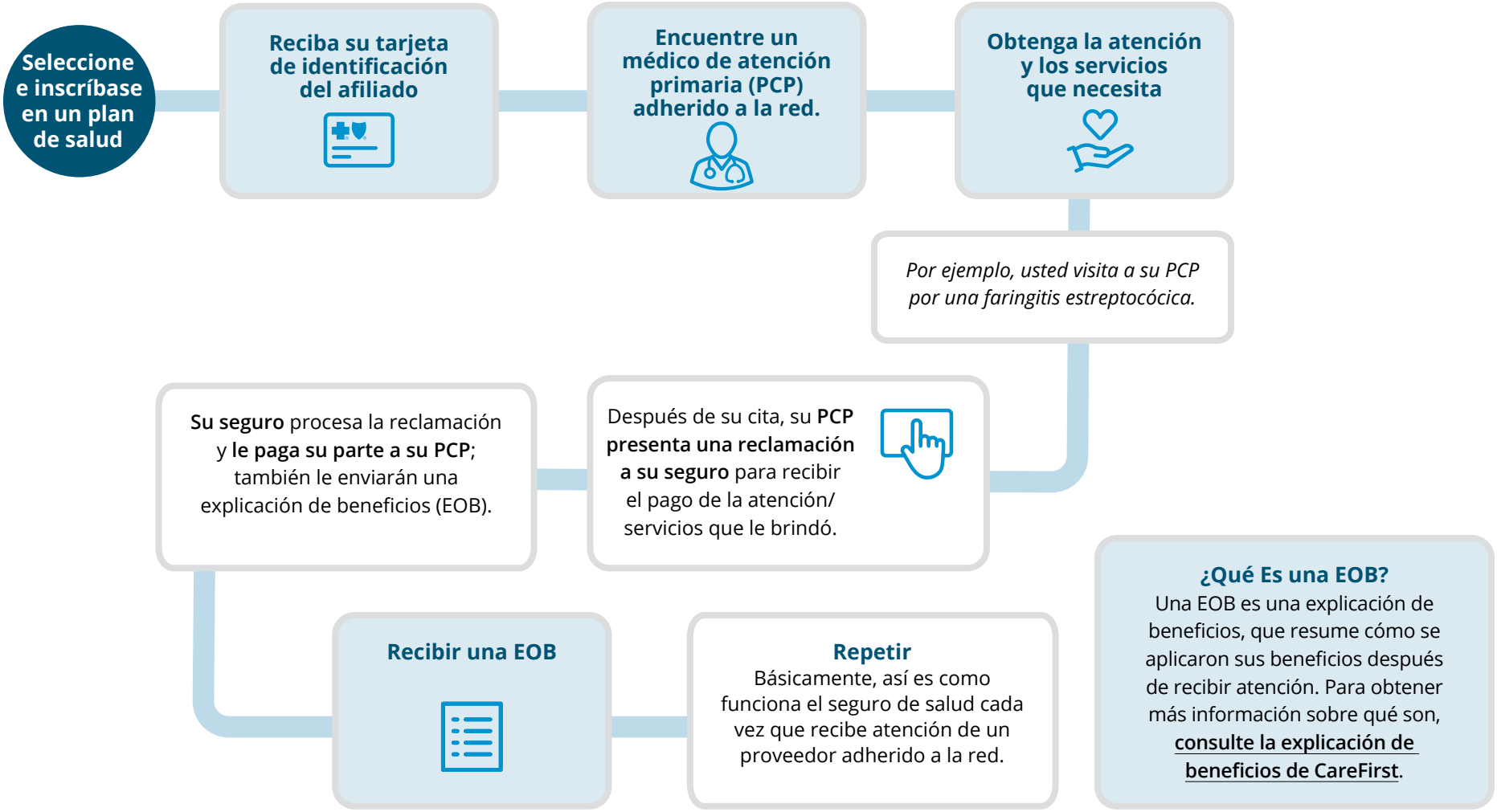
	P Platinum	G Gold	S Silver	B Bronze
Costo mensual	**$$$$**	**$$$**	**$$**	**$**
Costo al recibir atención	**$**	**$$**	**$$$**	**$$$$**
Buena opción si...	planea utilizar muchos servicios de atención médica	quiere ahorrar en primas mensuales y al mismo tiempo mantener bajos sus gastos de bolsillo	necesita equilibrar su prima mensual con sus gastos de bolsillo	no prevé necesitar muchos servicios de atención médica

¿Tiene más preguntas sobre un plan individual o familiar? Visite nuestra página Contáctenos para descubrir cómo conectarse con un representante de CareFirst.

* Los planes catastróficos, como el Plan BlueChoice para adultos jóvenes de CareFirst, no están incluidos en uno de los cuatro niveles de metal.

Cómo funciona el seguro de salud

Al decidir qué plan de salud es adecuado para usted, puede ser útil saber cómo funciona el seguro de salud.



Explore nuestra página de conceptos básicos de seguros para comprender los planes de salud y la cobertura.

Guía Útil de Términos Clave

También puede explorar nuestro glosario **completo de seguros de salud**.

Beneficio cubierto (también llamado costo para afiliado de CareFirst): El monto máximo que los proveedores pueden cobrar a los afiliados a CareFirst por un ervicio específico.

Facturación del saldo: Los proveedores fuera de la red pueden cobrar más por sus servicios. Si un paciente consulta a un proveedor fuera de la red, es posible que sea responsable de pagar la diferencia entre el precio del proveedor (precio real) y el monto máximo que pagará el plan de salud (cantidad permitida o beneficio cubierto).

Costo compartido: La porción de los costos de atención médica que su plan no paga es su participación. Generalmente, cuantos más costos esté dispuesto a pagar, menores serán sus primas. El costo compartido es diferente de su prima: se compone de tres cosas:

1. **Deducible:** Según su plan, deberá pagar el costo de algunos servicios por su cuenta hasta que alcance el deducible. Luego, su plan comienza a colaborar con el costo de su atención.
2. **Coseguro:** El porcentaje o monto en dólares que usted paga cuando recibe los servicios. En función de su plan, es posible que necesite alcanzar su deducible antes de pagar el monto del coseguro.
3. **Copago:** El monto en dólares que un paciente paga cuando recibe los servicios. Una visita a un médico de atención primaria podría requerir un copago de $10, una visita a un especialista $20, y una receta $20.

Dentro de la red: Médicos, hospitales, laboratorios y otros proveedores o centros médicos que participan en la red de proveedores del plan de salud. Muchos planes instan a los afiliados a recurrir a proveedores participantes adheridos a la red para reducir gastos de bolsillo.

Fuera de la red: Médicos, hospitales, laboratorios y otros proveedores o centros que NO participan en la red de proveedores del plan de salud.

- Los afiliados de una Organización de Mantenimiento de la Salud (HMO, por sus siglas en inglés) por lo general no están cubiertos para servicios fuera de la red excepto en situaciones de emergencia.
- Los afiliados inscritos en coberturas de Preferred Provider Organization (PPO) y de punto de servicio (POS, por sus siglas en inglés) pueden salir de la red, pero quizás deban pagar gastos de bolsillo más elevados.

Límite máximo de gastos de bolsillo: El monto máximo en dólares que un afiliado pagará de su bolsillo en coseguro, copagos y/o deducibles en un año calendario por servicios cubiertos. Una vez que se alcanza el límite máximo de gastos de bolsillo, el plan paga el 100% del monto permitido por los servicios cubiertos durante el resto del período de beneficios.

Prima: El monto que un afiliado paga cada mes por la cobertura de un seguro de salud. Las primas no cuentan para los deducibles ni los límites máximos de gastos de bolsillo.

Proveedor de Atención Primaria (PCP, por sus siglas en inglés): El proveedor elegido por el afiliado, quien forma parte de la red del plan, brinda atención de rutina y coordina otros servicios de atención de especialista.

- Se debe seleccionar el médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) de la red que corresponde al plan en el que está afiliado.
- El médico que elija como su PCP puede ser un médico de familia o generalista, internista o pediatra.
- Si lo prefiere, también puede elegir CloseKnit, nuestro consultorio de atención primaria virtual, como su médico de cabecera.

Área de Servicios: El área geográfica en la que un plan de salud brinda atención médica a través de una red contratada de proveedores participantes (adheridos a la red). El área de servicios de CareFirst cubre Maryland, Washington DC y Virginia del norte.

Incluido con Cada Plan CareFirst

Vivir tu vida más saludable

CareFirst WellBeing℠

CareFirst WellBeing es su conexión digital personalizada que ofrece recursos de bienestar motivadores accesibles en cualquier momento, sin costo para usted, incluidos:

- **Desafíos**: manténgase motivado al unirse al desafío de hacer que el logro de sus metas de salud sea más entretenido.
- **Rastreadores**: conecte sus dispositivos portátiles o ingrese sus propios datos para controlar los hábitos diarios como el sueño, la caminata, la alimentación y más.
- **Una cronología personalizada sobre salud**: reciba contenidos basados en sus metas de salud y bienestar, junto con su motivación e intereses.
- **Meditación, relajación y más**: Libérese del estrés con herramientas de conciencia plena, relájese al final del día o descanse gracias a una noche reparadora con meditación y transmisión de música y videos.

También puede aprovechar nuestros programas especializados para obtener apoyo adicional:

- **Método para dejar de fumar**: Nuestro programa de 21 días, Craving to Quit, le enseña a reconocer y evitar los antojos y hábitos de tabaco. Brindamos el apoyo que necesita para que dejar de fumar sea más fácil, desde apoyo entre pares hasta actividades diarias de atención plena y herramientas en línea.
- **Bienestar financiero**: Ya sea que desee salir de deudas o enviar a un hijo a la universidad, SmartDollar puede ayudarlo con videos atractivos, consejos de expertos y un plan paso a paso para ayudarlo a alcanzar sus metas financieras. Aprenderá cómo tener un mejor control sobre su dinero.

Para comenzar u obtener más información, visite **carefirst.com/wellbeing**.

Este programa de bienestar es administrado por Sharecare, Inc., una empresa independiente que presta servicios de administración de mejoras de la salud a los afiliados a CareFirst. Sharecare, Inc. no proporciona productos ni servicios de CareFirst BlueCross BlueShield y es la única responsable de prestar sus servicios de administración de mejoras de la salud.

Blue Rewards

Obtenga incentivos por tomar medidas para estar y mantenerse saludable. Tanto usted como su cónyuge/pareja de hecho pueden ganar recompensas por completar las siguientes actividades saludables. Después de completar una o ambas actividades, recibirá su recompensa en forma de reembolso de sus copagos, coseguros o gastos deducibles hasta el monto ganado. Sus fondos de recompensa se agregarán a su cuenta Blue Rewards, donde se utilizarán automáticamente para pagar sus gastos médicos elegibles a través de Pago automático. Usted o su proveedor recibirán el pago directamente, sin ningún esfuerzo por su parte.

MinuteClinic de CVS es una empresa independiente que brinda servicios médicos a los afiliados de CareFirst. CVS MinuteClinic no proporciona productos ni servicios de CareFirst BlueCross BlueShield y es la única responsable por los servicios médicos que presta.

Obtenga $50

Acepte recibir correos electrónicos de bienestar y realizar la prueba RealAge®

RealAge es una evaluación sencilla que lo ayudará a determinar la edad física de su cuerpo en comparación con su edad de calendario.

Debe completarse dentro de los 180 días desde la fecha de entrada en vigencia.

Obtenga $100

Seleccione un proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) y complete un examen de salud

Puede visitar a su PCP o una CVS MinuteClinic® para completar su prueba exploratoria.

Debe completarse dentro de los 180 días desde la fecha de entrada en vigencia.

Obtenga más información sobre las actividades

RealAge

RealAge identifica los hábitos que impactan en la edad de su cuerpo para que pueda realizar cambios específicos para mejorar su bienestar.

Elección de un médico de atención primaria

Incluso si es joven y goza de buena salud o no visita al médico a menudo, elegir un PCP es clave para mantenerse saludable. Los médicos de atención primaria desempeñan un papel muy importante para mantenerlo saludable a largo plazo, ayudándolo a mantenerse al tanto de los cuidados preventivos, como los exámenes anuales, coordinando la atención que recibe de otros proveedores y conociéndolo a usted, su historia clínica, sus hábitos y cualquier inquietud.

Examen de salud

Los exámenes de salud lo ayudan a entender su estado de salud actual, para poder tomar medidas para mejorarlo.

Comience a ganar su recompensa. Descargue la aplicación CareFirst WellBeing o visite **carefirst.com/wellbeing** para iniciar sesión o registrarse en su cuenta.

Salud conductual y apoyo a las adicciones

Como afiliado de CareFirst, tiene acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana a una variedad de programas para la depresión, la ansiedad, la dependencia de drogas o alcohol y otros problemas de salud mental, que incluyen:

Recurso Digital de Salud Conductual

Al que se accede a través de Mi Cuenta (**carefirst.com/myaccount**), el Recurso Digital de Salud Conductual le permite conversar con oyentes capacitados, seguir caminos de crecimiento personalizados y unirse a una comunidad de apoyo con foros de discusión moderados y salas de chat. Los usuarios registrados pueden completar evaluaciones de salud conductual, interactuar con los administradores de atención de CareFirst y acceder a otras herramientas para ayudarlos en su vida diaria.

Este programa es gratuito para los afiliados; no se requiere diagnóstico clínico ni derivación de un proveedor.

CloseKnit*

CloseKnit (**closeknithealth.com**), nuestra práctica líder de atención virtual, ofrece una experiencia integrada entre la atención primaria y la atención de salud conductual. Los proveedores de CloseKnit pueden evaluar las necesidades de salud conductual para ayudarlo a conectarse con terapeutas y psiquiatras.

Red de proveedores

CareFirst facilita la búsqueda y el acceso a servicios cubiertos por planes médicos individuales. Usted puede ver la disponibilidad de proveedores en tiempo real, los costos compartidos por adelantado y programar citas en línea (a través de **headway.co**) o utilizar nuestra **herramienta de directorio de proveedores** para una búsqueda más amplia.

Navegación de la atención

Un administrador de atención de la salud conductual le brinda la oportunidad de ser escuchado y puede ayudarlo a encontrar un camino a seguir. Este servicio está disponible para todos; llame a la línea de soporte de CareFirst al **800-245-7013** para obtener ayuda.

*Los afiliados LGBTQ+ pueden comunicarse con nuestro especialista exclusivo en servicios de género en **gender.services@carefirst.com** **para obtener ayuda sobre la atención y comprender los beneficios.***

Apoyo para el trastorno por uso de sustancias

CareFirst ofrece asesoramiento clínico las 24 horas del día, los 7 días de la semana y programación directa (dentro de las 48 horas) para adolescentes y adultos para mejorar el acceso al tratamiento del trastorno por uso de sustancias. Llame a la línea de soporte de CareFirst al **800-245-7013** para obtener ayuda.

988 SUICIDE & CRISIS LIFELINE

Obtenga ayuda hoy: Si usted o un conocido suyo está en crisis, llame o envíe un mensaje de texto al 988 o comuníquese con la Línea de Apoyo de CareFirst al 800-245-7013.

Los beneficios individuales varían. Los afiliados deben iniciar sesión en su cuenta carefirst.com para ver qué programas están disponibles a través de su plan de salud.

*CloseKnit es una marca registrada propiedad de Atlas Health, LLC y es el nombre comercial de la empresa. Atlas Health, LLC, con el nombre comercial de CloseKnit, no proporciona productos o servicios de Blue Cross Blue Shield y brinda servicios de telesalud y en persona a los afiliados de CareFirst. Atlas Health, LLC es una afiliada corporativa dentro del grupo corporativo de empresas de CareFirst, Inc.

Programa Diabetes Virtual Care

Para los miembros que necesitan ayuda para estabilizar su diabetes tipo 2, nuestro Programa de Atención Virtual de Diabetes brinda apoyo personalizado con herramientas fáciles de usar, todo sin costo.

Se contactará a los afiliados elegibles para que se unan al programa.

Una vez inscripto, recibirá un kit de bienvenida, un dispositivo conectado y suministros de prueba. También tendrá acceso a educadores certificados en diabetes que pueden responder preguntas y ayudarlo a alcanzar sus objetivos de salud a través de un plan personalizado.

Obtenga más información sobre el apoyo para la diabetes que CareFirst ofrece.

Recibir atención

Encontrar un proveedor

CareFirst tiene una de las redes de proveedores participantes más grandes del mundo: más de un millón. Ya sea que busque un médico de atención primaria, un especialista o un centro de atención, podemos ayudarlo a encontrar uno que sea adecuado para usted. Con nuestro directorio de proveedores, también puede buscar por nombre, ubicación, especialidad y otras opciones. Incluso puede encontrar médicos participantes y centros médicos fuera de los Estados Unidos.

Pruébelo usted mismo en **carefirst.com/doctor**.

Línea que brinda asesoramiento de enfermeras las 24 horas del día

Hay enfermeros registrados con experiencia disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año. La enfermera le hará algunas preguntas y le dará información para ayudarlo:

- Decidir cuándo visitar a su médico o ir a una clínica de conveniencia, un centro de atención de urgencia o la sala de emergencias.
- Comprender su medicación
- Encontrar médicos de la red y prepararse para una cita.
- Obtener más información sobre cuidados preventivos.

Llame al 800-535-9700 en cualquier momento, de día o de noche. La Línea de Asesoramiento de Enfermería brinda apoyo y orientación para cualquier situación que no sea de emergencia. El servicio es personal, confidencial y está disponible sin costo alguno.

Atención Virtual CloseKnit

CloseKnit es una práctica virtual que ofrece atención primaria, atención de urgencia o servicios de salud mental las 24 horas, los 7 días de la semana, a través de su computadora o la conveniente aplicación móvil de CloseKnit. CloseKnit también brinda servicios de psiquiatría, lactancia y nutrición.

Como paciente de atención primaria de CloseKnit, obtendrá un equipo de atención exclusivo para ayudarlo a administrar su salud, navegar por la facturación y los beneficios, y coordinar la atención de especialista y en persona. Los chats con su equipo de atención son gratuitos, al igual que unirse.

Recuerde: No es necesario ser paciente de atención primaria de CloseKnit para acceder a servicios de atención de urgencia y de salud mental.

Para obtener más información, visite **closeknithealth.com**.

¿Busca atención virtual a $0? Busque nuestros planes CareFirst Virtual Connect.

CloseKnit es una marca registrada propiedad de Atlas Health, LLC y es el nombre comercial de la empresa. Atlas Health, LLC, con el nombre comercial de CloseKnit, no proporciona productos o servicios de Blue Cross Blue Shield y brinda servicios de telesalud y en persona a los afiliados de CareFirst. Atlas Health, LLC es una afiliada corporativa dentro del grupo corporativo de empresas de CareFirst, Inc.

Opciones de atención

Establecer una relación con un proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) es la mejor manera de recibir atención consistente y de calidad. Salvo que se trate de una emergencia, debe llamar en primer lugar a su PCP cuando necesite recibir atención médica. **Si tiene una lesión, una enfermedad o una emergencia con riesgo de muerte, llame al 911 o diríjase directamente a la sala de emergencias más cercana.** A continuación, incluimos un gráfico con otras opciones de atención médica que incluyen algunas que están a su disposición en todo momento, sea de día o de noche.

Sus opciones de atención	Costo	Necesidades o síntomas como	24/7	Medicamentos con receta	Atención Virtual	Atención en Persona
Atención Virtual CloseKnit Atención primaria virtual, atención de urgencia, salud mental y otros servicios especializados las 24 horas, los 7 días de la semana, los 365 días del año. *Atención en persona disponible cuando corresponda*	$	▪ Visitas preventivas (mayores de 18 años) ▪ Atención de urgencia (mayores de 2 años) ▪ Terapia de salud mental (mayores de 2 años) ▪ Psiquiatría (mayores de 2 años) ▪ Consultoría de lactancia ▪ Apoyo nutricional y dietético. ▪ Soporte de facturación y beneficios	✔	✔	✔	✔
Línea que brinda asesoramiento de enfermeras las 24 horas del día Llame al **800-535-9700** si tiene preguntas generales sobre problemas de salud o si quiere saber dónde acudir para que lo atiendan	$0	▪ Tos, resfrío y gripe ▪ Sarpullidos ▪ Preguntas sobre medicación	✔	✘	✔	✘
Visita de PCP Converse sobre el diagnóstico, el tratamiento de enfermedades, las afecciones crónicas y los chequeos de rutina	$	▪ Examen físico de rutina ▪ Atención por diabetes ▪ Tos, resfrío, gripe y alergias ▪ Bronquitis	✘	✔	Verifique la disponibilidad con su proveedor	✔
Atención de conveniencia (por ejemplo, clínicas minoristas como CVS MinuteClinic) Pruebas exploratorias de salud, vacunas, enfermedades o lesiones menores	$$	▪ Tos y resfrío ▪ Conjuntivitis ▪ Dolor de oído ▪ Vacuna antigripal	✘	✔	✘	✔
Atención de urgencia (por ejemplo, ExpressCare o Patient First) Lesión o enfermedad que no constituye amenaza para la vida, pero que sí requiere atención inmediata.	$$$	▪ Esguinces ▪ Corte que requiere puntos ▪ Quemaduras menores ▪ Dolor de garganta	✘	✔	✘	✔
Sala de emergencias Lesión o enfermedad con riesgo de muerte	$$$$	▪ Dolor de pecho ▪ Dificultad para respirar ▪ Sangrado que no cesa ▪ Quemaduras mayores	✔	✔	✘	✔

Los afiliados pueden acceder a atención virtual ilimitada de $0 para PCP y visitas por video de salud mental a través de CloseKnit cuando se inscriben en un plan Virtual Connect.

LEA LA SIGUIENTE NOTA: La información que se incluye en este documento sobre las diferentes opciones de atención está pensada para resultarle útil al buscar atención y no tiene por objeto servir de asesoramiento médico. Solo un proveedor médico puede ofrecer asesoramiento médico. La elección del proveedor o el lugar para buscar tratamiento médico le pertenece por completo a usted.

Programa de administración de la atención

A veces, todos necesitamos un poco de apoyo adicional con nuestra salud.

Si enfrenta problemas de salud, como cáncer, insuficiencia cardíaca, diabetes, un embarazo de riesgo o un trastorno de salud conductual, nuestro equipo de administración de la atención puede ayudarlo a reducir la frustración de la atención compleja y a recuperar su salud óptima.

La administración de la atención es un beneficio incluido en su plan CareFirst. Cuando usted acepta participar, un administrador de la atención:

- Lo llamará para una revisión inicial de su historia clínica a fin de identificar los factores que pueden afectar su salud;
- Revisará su progreso y responderá sus preguntas.
- Le brindará apoyo durante el tiempo que lo necesite;
- Le brindará información y consejos de cuidado personal relacionados con su afección.
- Lo asistirá en la identificación de grupos de apoyo y recursos comunitarios que estén a su disposición.
- Trabajará en estrecha colaboración con su equipo de atención médica para coordinar los servicios que necesita. Su administrador de atención es una fuente clave de apoyo. Trabaja estrechamente con usted para comprender sus objetivos y diseñar un plan para tomar el control de su salud.

Para obtener más información, visite **carefirst.com/1on1support** o llame al **833-536-2004**. Cuando llame, se le pedirá que proporcione su nombre, dirección, número de teléfono y el número de identificación de afiliado que figura en su tarjeta de seguro.

¿Viaja fuera del área de servicios o de los EE. UU.?

BlueCard

Si elige un plan PPO CareFirst, quedará inscrito automáticamente en el programa BlueCard. BlueCard le brinda la tranquilidad de que siempre tendrá la atención que necesite cuando esté lejos de casa.

Más del 91% de todos los médicos, especialistas y hospitales de los Estados Unidos tienen contrato con planes de la Asociación Blue Cross Blue Shield. Con su tarjeta de identificación del afiliado de CareFirst, puede acceder a proveedores y hospitales prácticamente desde cualquier lugar.

Dentro de los Estados Unidos

1. Siempre lleve su tarjeta de identificación del Afiliado para agilizar las consultas y el acceso a los servicios.
2. Para encontrar nombres y direcciones de proveedores y hospitales cercanos, visite **carefirst.com/doctor** o llame a BlueCard Access al **800-810-BLUE (2583)**.
3. Comuníquese con Servicios para el Afiliado para obtener una precertificación o una autorización previa, si fuera necesario. Utilice el número de teléfono que aparece en su tarjeta de identificación del afiliado porque es diferente del número de Acceso a BlueCard indicado en el Paso 2.
4. Presente su tarjeta de identificación del afiliado en el consultorio del proveedor participante.
5. No debería tener que completar ningún formulario de reclamación ni pagar por adelantado servicios médicos distintos de los gastos de bolsillo habituales. CareFirst le enviará una explicación completa de los beneficios (EOB).

Blue Cross Blue Shield Global® Core

Al igual que su pasaporte, siempre debe llevar consigo su tarjeta de identificación del afiliado de CareFirst cuando viaje fuera de los Estados Unidos. Nuestro programa Global Core, **incluido en todos los planes CareFirst**, garantiza que pueda obtener servicios de asistencia médica y acceso a proveedores, hospitales y otros profesionales de la salud en casi 200 países.

El proceso es el mismo que si estuviera en Estados Unidos, con las siguientes excepciones:

- En la mayoría de los casos, no debería tener que pagar por adelantado la atención hospitalaria ambulatoria en los hospitales Global Core; el hospital debe presentar su reclamación. Usted es responsable de los gastos de bolsillo habituales.
- En hospitales no adheridos a Global Core, usted deberá pagarle al médico u hospital los gastos de internación, la atención hospitalaria ambulatoria y otros servicios médicos. Para ser reembolsado, deberá completar un formulario de reclamación internacional y enviarlo al Centro de Servicios de Global Core. El formulario de reclamación se encuentra disponible en línea en **bcbsglobalcore.com**.
- Para encontrar un proveedor de BlueCard fuera de los Estados Unidos, visite **bcbs.com**, seleccione *Buscar un médico*.

Asistencia médica cuando se encuentra afuera de los Estados Unidos

Llame al **800-810-BLUE (2583)** para obtener información sobre médicos, hospitales y otros profesionales de atención médica o para recibir servicios de asistencia médica. Un vendedor de asistencia médica, junto con un profesional de la salud, concertará una cita con un proveedor o, si fuera necesario, hará los arreglos correspondientes para su hospitalización.

Aplicación móvil Blue Cross Blue Shield Global Core

Con la aplicación móvil Global Core, tiene ayuda en la palma de su mano y acceso conveniente a médicos, hospitales y recursos en todo el mundo. De un vistazo, puede encontrar médicos, traducir términos médicos y acceder a información de emergencia local. Para obtener más información, visite **bcbsglobalcore.com/Home/MobileApp**.

Ahorrar Dinero

Cálculo aproximado del costo del tratamiento

Nuestra Calculadora de Costos de Tratamiento le muestra con anticipación cuánto pagará por procedimientos, visitas al consultorio médico, exámenes de laboratorio y cirugía, para que pueda planificar con anticipación y evitar sorpresas.

Para obtener un presupuesto, visite **carefirst.com/myaccount**.

Reciba cálculos personalizados en función de su plan Compare los costos de diferentes doctores y centros médicos.

Programa de bienestar Blue365 con descuentos

Como afiliado de CareFirst, puede obtener excelentes ofertas de salud y bienestar de las principales tiendas minoristas nacionales y locales. Mejor aún, unirse a Blue365 es gratuito.

Las categorías de descuento incluyen:

- Fitness, incluidas membresías en gimnasios
- Nutrición
- Vestimenta y calzado
- Audición y visión
- Hogar y familia
- Cuidado personal
- Viajes

Explore todos los descuentos que ofrece Blue365 en **carefirst.com/wellnessdiscounts**.

Uso y Administración de su Plan

Aproveche al máximo su plan con estas herramientas y recursos para afiliados sin costo.

Mi Cuenta y acceso móvil

Su portal de afiliados, Mi Cuenta, está personalizado para usted y sus beneficios de CareFirst. Manténgase al tanto de su salud con fácil acceso a todo lo que necesita para entender su cobertura, encontrar atención al mejor precio y realizar un seguimiento de sus reclamaciones y deducibles al alcance de su mano.

Información de su Plan

- Verificar el estado de las reclamaciones, los deducibles restantes y los totales de gastos de bolsillo.
- Revisar su Explicación de Beneficios (EOB, por sus siglas en inglés).
- Visualizar los copagos e identificar otros gastos que quizás deba pagar.
- Visualizar, solicitar o imprimir su tarjeta de identificación del afiliado.
- Confirmar si se requiere una derivación o una autorización previa para recibir un servicio específico.*

Nota: Las personas que han comprado un plan directamente a través de CareFirst o un Exchange tienen una sección de pago automático de facturas que facilita la administración y el pago de las primas.

Más allá de la cobertura: apoyo para una vida más saludable

- Acceda a CloseKnit, el recurso digital de salud conductual de CareFirst y CareFirst WellBeing directamente desde su portal para afiliados.

Para comenzar, descargue la aplicación móvil CareFirst de su tienda de aplicaciones favorita.

* Si corresponde a su plan.

Médicos, especialistas y centros médicos (herramienta Buscar un médico)

- Seleccione o modifique su proveedor de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés), según corresponda.
- Busque y seleccione dentro de la red:
  - Médicos, especialistas, dentistas y proveedores de salud conductual.
  - Hospitales, centros de atención de urgencia, laboratorios y centros de diagnóstico por imágenes
- Ubique farmacias cercanas o acceda a la farmacia con servicio de correo.
- Lea y escriba reseñas de proveedores y centros médicos.

Sus documentos

- Descargar formularios para las presentaciones de reclamaciones, solicitudes de medicamentos, autorizaciones y más.

Herramientas de ahorro

- Calcule los costos del tratamiento y los servicios de los proveedores específicos, en función de los beneficios de su plan** —con nuestra herramienta de Cálculo de Costo del Tratamiento.
- Compare hospitales para determinar cuál es mejor para la atención que necesita con nuestras herramientas de Comparación de Proveedores
- Busque información sobre medicamentos y farmacias con nuestra herramienta de Determinación de precios de medicamentos

Ayuda

- Enviar una pregunta o un mensaje seguro por medio del "Message Center" (Centro de mensajes).

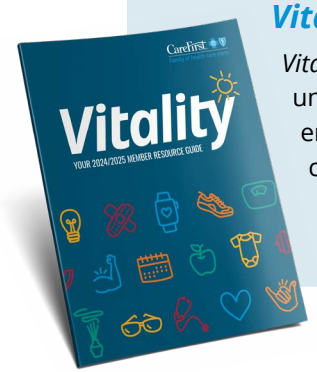
Cómo registrarse en Mi Cuenta

Suscribirse es simple y solo lleva unos pocos minutos.

- Vaya a **carefirst.com/myaccount** y seleccione *Registrarse ahora*.
- Luego, siga los pasos para completar su registro.

Para registrarse, necesitará:

- Su número de identificación de afiliado o los últimos cuatro dígitos de su número de seguro social



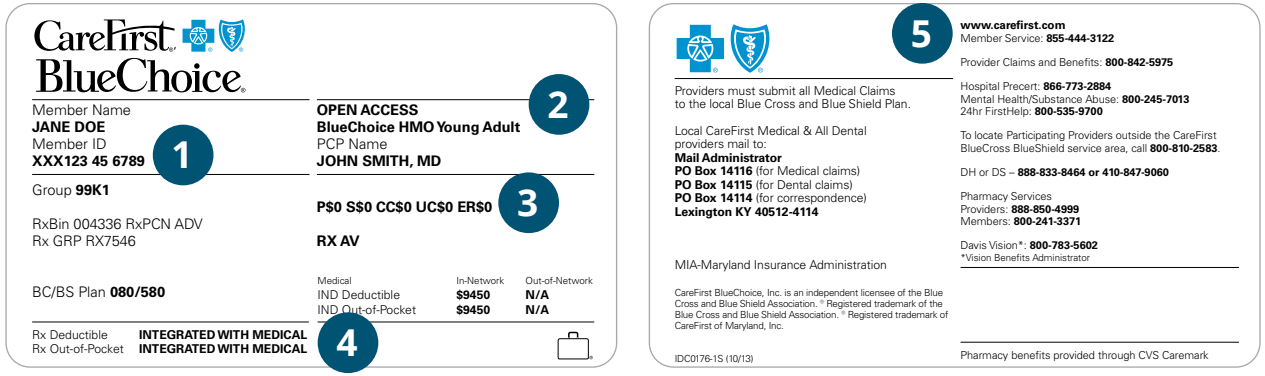
Vitality: su Guía de Recursos para Afiliados

Vitality reúne información importante sobre su plan en un solo lugar. Obtenga consejos útiles sobre recursos en línea, acceso a atención, medicamentos con receta y cobertura para aprovechar al máximo su plan CareFirst. Las versiones digitales descargables están disponibles en inglés, español y mandarín en **carefirst.com/vitality**.

** La información del cálculo de costos está destinada a ser utilizada como una herramienta de referencia para su conveniencia y no sustituye el asesoramiento médico ni el tratamiento que proporcionan un profesional médico.

Tarjeta de identificación del afiliado

Su tarjeta de identificación del afiliado lo identifica como afiliado de CareFirst. Muestra información importante sobre usted y sus beneficios cubiertos. Siempre debe presentar su tarjeta de identificación cuando reciba servicios para que CareFirst pueda procesar su reclamación y ayudarlo a pagar el costo de la atención.



1. **Identificación del Afiliado** (también llamado número de suscriptor o identificación de paciente)—el número que los proveedores necesitan para verificar la cobertura.
2. **Identificador del plan y nombre del PCP**—el nombre de su plan y de su proveedor de atención primaria; dependiendo de su plan de salud, es posible que también vea "No se Requiere PCP".
3. **Información de copago de beneficios**—su copago es una cantidad fija en dólares que usted paga cuando visita a su médico, especialista u otro proveedor para recibir servicios.
4. **Deducible y gasto máximo de bolsillo**: máximos dentro y fuera de la red que requiere su plan.
5. **Información de contacto**—números de teléfono y direcciones importantes.

Abreviaturas y otros términos

C—Clínica
CC—Atención de conveniencia
DSalud Dental
- **DP**—Salud dental preferida
- **DT**—Salud dental tradicional
- **DE**—Salud dental EPR, PPT

ER—Sala de emergencias
FAM—Familia o Padre e Hijo
INDIndividual
Open Access—No se necesitan derivaciones
P—Atención primaria
PD—Odontología pediátrica
PV—Visión pediátrica
P&C—Padres e hijos
RX—Farmacia
RxBIN, RxPCN, RxGrp—Códigos que las farmacias utilizan para enviar las reclamaciones de pago
S o SPEC—Especialista
S&S—Suscriptor y cónyuge
UR—Atención de urgencia
V o VC—Visión
- **AV**—Visión adulta
- **VU**—BlueVision Plus

¿Perdió su tarjeta de identificación del afiliado de CareFirst? Siempre puedes verla o imprimirla a través de Mi Cuenta.

Servicios básicos de atención médica

Dependiendo de su plan CareFirst, los servicios de atención médica que se enumeran a continuación están disponibles a bajo costo o sin costo alguno. Verifique su resumen de beneficios o materiales de inscripción para obtener información específica del plan.

Permanencias en el hospital (con autorización previa): Su plan médico CareFirst cubrirá las internaciones de pacientes en un hospital. Asegúrese de obtener autorización previa de su proveedor.

Pruebas de laboratorio, radiografías, imágenes: Los servicios cubiertos incluyen pruebas de laboratorio, radiografías y otras pruebas especializadas de diagnóstico por imágenes (resonancia magnética [IRM], tomografía computarizada [TC], tomografía por emisión de positrones [TEP], etc.) solicitadas por su proveedor.

Maternidad: su cobertura incluye visitas al médico antes y después de que nace su bebé, incluidas las permanencias en el hospital. De ser necesario, su cobertura también incluye visitas a domicilio después del nacimiento del bebé.

Servicios de salud mental y trastorno por uso de sustancias: su cobertura incluye el tratamiento de salud conductual, tal como psicoterapia y asesoramiento, los servicios para tratar la salud mental y conductual de los pacientes internados y el tratamiento para el trastorno por consumo de sustancias.

Recetas: Muchos problemas de salud se tratan mediante medicación, por lo que CareFirst ofrece un plan de medicamentos con receta seguro, conveniente y rentable.

Pruebas exploratorias preventivas: Su plan incluye cobertura para pruebas exploratorias como exámenes físicos a adultos, control de presión arterial y colesterol, visitas al obstetra/ginecólogo, mamografías y exámenes de próstata y colorectales.

Visitas por enfermedad: Cobertura para visitas presenciales o virtuales con su PCP. También se incluyen visitas a centros médicos de conveniencia.

Servicios de especialistas: Los proveedores especialistas están incluidos en su plan. El plan BlueChoice HMO Referral es el único plan médico en el que necesitará una derivación de su PCP antes de visitar a un especialista. Los especialistas son médicos o enfermeras que están altamente capacitados para tratar determinadas afecciones, como los cardiólogos o los dermatólogos.

Controles del niño sano: todos los controles del niño sano y vacunas están cubiertas.

Cobertura de Medicamentos con Receta

Tomar los medicamentos según lo prescrito por su médico es esencial para mantenerse saludable o mejorar.

Con su plan médico CareFirst se incluyen beneficios de medicamentos con receta que incluyen:

- Acceso a miles de medicamentos con receta cubiertos
- Farmacia con Servicio de Correo, una opción rápida y conveniente para la repetición de una receta por medio de la entrega a domicilio
- Programas médicos y de farmacias coordinados que lo ayudan a mejorar su salud integral y a reducir los costos

Herramientas y recursos en Internet

Para aprovechar al máximo su plan de medicamentos con receta, es importante que se mantenga informado. Nuestras herramientas y recursos interactivos y fáciles de usar están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Para ver si un medicamento está cubierto, buscar una farmacia y obtener más información sobre los medicamentos, visite **carefirst.com/rx** y luego haga clic en *Herramientas de medicamentos* a la izquierda de la pantalla de navegación.

Puede acceder a aún más herramientas y recursos a través de Mi Cuenta en **carefirst.com/myaccount**.

- **A través de un navegador o la aplicación:** inicie sesión en Mi Cuenta y haga clic en *Recursos de Medicamentos y Farmacia* en los enlaces rápidos.

Cómo comprender su formulario

Un formulario (o lista de medicamentos) es una lista de medicamentos con receta cubiertos. Nuestra lista de medicamentos es revisada y aprobada por un comité nacional independiente compuesto por médicos, farmacéuticos y demás profesionales de la atención médica que se aseguran de que los medicamentos que figuran en el formulario sean seguros y clínicamente efectivos.

Los medicamentos con receta que figuran en el **formulario de CareFirst** se dividen en niveles. Estos niveles incluyen medicamentos sin costo compartido, genéricos, de marca preferida, de marca no preferida, medicamentos especiales preferidos y no preferidos. El nivel en el cual se encuentra el medicamento determina su costo compartido.

	Niveles de Medicamentos
Nivel 0: **$0 en Medicamentos**	■ Los medicamentos preventivos (por ejemplo, estatinas, aspirina, ácido fólico, flúor, suplementos de hierro, productos para dejar de fumar y anticonceptivos femeninos aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos, FDA [por sus siglas en inglés]) se ofrecen sin costo compartido si su médico los receta conforme a determinados criterios médicos. ■ Los medicamentos quimioterapéuticos orales y los insumos para la diabetes (por ejemplo, jeringas con insulina, agujas de pluma, lancetas, tiras de medición e hisopos con alcohol) también están disponibles sin ningún costo compartido.
Nivel 1: **Medicamentos Genéricos $**	■ Los medicamentos genéricos son los mismos que los medicamentos de marca en cuanto a dosis, seguridad, potencia, forma de administración, calidad, características de rendimiento y uso propuesto. ■ En general, los medicamentos genéricos cuestan menos que los medicamentos de marca.
Nivel 2: **Medicamentos de Marca Preferida $$**	■ Los medicamentos de marca preferida son medicamentos de marca que podrían no estar disponibles en su forma genérica pero que son elegidos por su rentabilidad en comparación con otras alternativas. Su costo compartido superará el costo de los medicamentos genéricos, pero será inferior al de los medicamentos de marca no preferida. Si un medicamento genérico se vuelve disponible, es posible que el medicamento de marca preferida pase a la categoría de medicamento de marca no preferida.
Nivel 3: **Medicamentos de Marca no Preferida $$$**	■ Los medicamentos de marca no preferida a menudo tienen una opción genérica o de marca preferida en cuyo caso el costo compartido será inferior.
Nivel 4: **Medicamentos Especiales Preferidos $$$$**	■ Los medicamentos especiales preferidos se pueden utilizar para tratar problemas de salud complejos o raros. Es posible que estos medicamentos tengan un costo compartido inferior al de los medicamentos especiales no preferidos.
Nivel 5: **Medicamentos Especiales no Preferidos $$$$$**	■ Los medicamentos especiales no preferidos a menudo tienen una opción de medicamentos especiales en cuyo caso el costo compartido será inferior.

Recuerde: Si el costo de su medicamento es inferior a su copago o coseguro, usted solo pagará el costo del medicamento. Cuando alcance su deducible (si corresponde según su plan), podrá pagar un copago o coseguro diferente por medicamentos según el nivel del medicamento. Es posible que algunos medicamentos no estén cubiertos en función de su plan. Existe un proceso de excepción si por motivos médicos necesita que le cubran un medicamento excluido. Verifique su resumen de beneficios o materiales de inscripción para obtener información específica del plan. También puede ver información específica sobre costos compartidos en **Mi Cuenta**.

Lista de Medicamentos Preferidos

La Lista de Medicamentos Preferidos de CareFirst incluye medicamentos genéricos y de marca preferida seleccionados por su calidad, eficacia y seguridad por un comité nacional de Farmacia y Terapéutica (P&T, por sus siglas en inglés) de nuestro gerente beneficios farmacéuticos. Mediante el uso de la Lista de Medicamentos Preferidos, usted puede trabajar con su médico o farmacéutico para tomar decisiones seguras y rentables que le permitan administrar mejor su atención médica y sus gastos de bolsillo. Los medicamentos no preferidos no forman parte de la Lista de Medicamentos Preferidos; aún así están cubiertos, pero sujetos a los máximos costos compartidos. Además, es posible que algunos medicamentos que se incluyen en la Lista de Medicamentos Preferidos no estén cubiertos en su plan. Para ver su formulario y la Lista de Medicamentos Preferidos, visite **carefirst.com/rx**.

Dos formas de surtir recetas

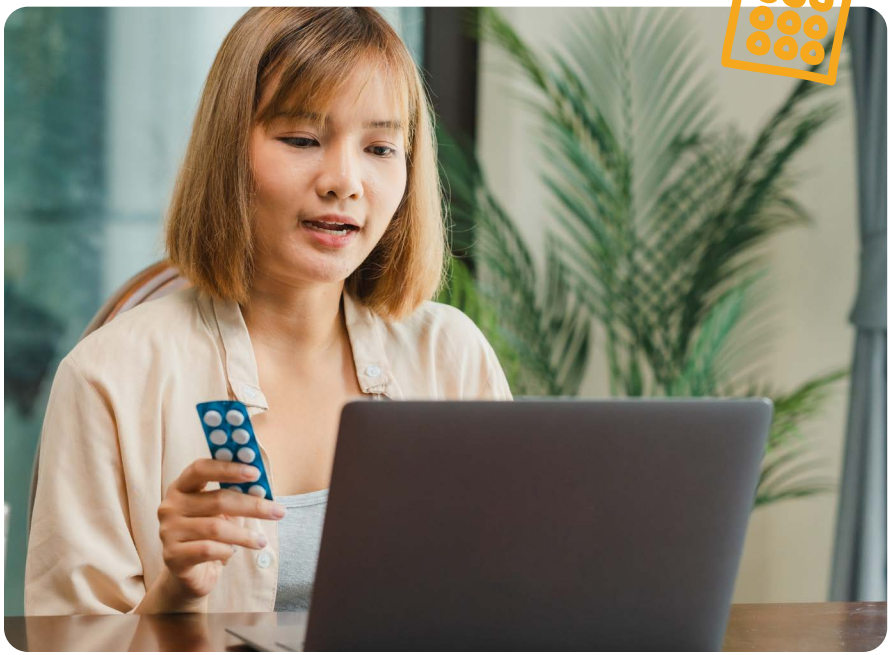
Farmacias de venta al público

Al tener acceso a 66,000 farmacias en todo el país, usted puede usar nuestra herramienta **Encontrar una Farmacia** para encontrar una farmacia participante que sea conveniente. Asegúrese de llevar consigo su receta y la tarjeta de identificación del afiliado cuando surta las recetas.

Farmacia de pedidos por correo

El pedido por correo es una forma conveniente de surtir sus recetas, especialmente para resurtir medicamentos que se toman con frecuencia. Usted puede registrarse por Internet a través de **Mi Cuenta**. Una vez que se registre, podrá:

- resurtir recetas por Internet, por teléfono o por correo electrónico;
- seleccionar la ubicación de entrega;
- consultar con farmacéuticos por teléfono las veinticuatro horas del día, los siete días de la semana;
- programar resurtidos automáticos;
- Recibir avisos por correo electrónico del estado del pedido



Formas de ahorrar

A continuación, incluimos algunas formas de ayudarlo a ahorrar en los costos de sus medicamentos con receta.

- **Use medicamentos genéricos**: pueden costar hasta un 80% menos que los mismos medicamentos, pero de marca. Los medicamentos genéricos, elaborados con los mismos ingredientes activos que sus equivalentes de marca, también son equivalentes en cuanto a dosis, seguridad, potencia, calidad, rendimiento y uso específico.
- **Use medicamentos que aparecen en la Lista de Medicamentos Preferidos:** dicha lista identifica medicamentos genéricos y de marca preferida que podrían permitirle ahorrar dinero.
- **Use la herramienta de Determinación de Precios de Medicamentos**: esta herramienta le permite comparar el costo de un medicamento comprado en una farmacia con la compra del mismo medicamento mediante un pedido por correo, así como ver los medicamentos genéricos disponibles a un precio menor.
- **Use el pedido por correo**: utilizar nuestra Farmacia con Servicio de Correo obtendrá la conveniencia adicional de recibir sus medicamentos con receta directamente en su hogar. Además, si paga un coseguro por sus medicamentos de mantenimiento, es posible que el costo integral del medicamento sea menor si lo pide por correo, lo cual reduce sus gastos de bolsillo.

¿Tiene preguntas sobre sus beneficios de medicamentos con receta? Comuníquese con los servicios de farmacia de CareFirst al 800-241-3371.

Odontología y Oftalmología Pediátrica

Cobertura para sus hijos menores de 19 años sin costo adicional.

Odontología pediátrica

La salud de los dientes de su hijo también tiene un impacto importante en la digestión, la tasa de crecimiento y muchos otros aspectos de la salud general. Es por eso que todos los planes médicos de CareFirst brindan beneficios dentales a niños menores de 19 años sin costo adicional. Elija entre más de 4,500 proveedores dentales en Maryland, Washington, DC y VA del norte y 135,000 dentistas a nivel nacional.

Visite carefirst.com/doctor y seleccione la red del Plan Preferred Dental (PPO y Pediatría) para acceder a nuestro directorio de proveedores.

	Dentro de la red	Fuera de la red
	EL AFILIADO PAGA	
Costo Individual por Pago	Incluido en la prima de su plan médico: sin cargo mensual adicional	
Deducible	$25 Individual por año calendario (Aplica a las Clases II, III y IV)	$50 Individual por año calendario (Aplica a las Clases II, III y IV)
Red	Más de 4,500 proveedores en DC, MD y VA del norte. 135,000 dentistas a nivel nacional.	
Servicios Preventivos y de Diagnóstico (Clase I) *Exámenes bucales, radiografías, tratamientos con flúor, selladores, tratamientos paliativos*	Sin cargo	20% del Beneficio Cubierto* (sin deducible)
Servicios Básicos (Clase II) *Empastes, extracciones simples, periodoncia no quirúrgica*	20% del Beneficio Cubierto* después del deducible	40% del Beneficio Cubierto* después del deducible
Servicios Complejos: quirúrgicos (Clase III) *periodoncia quirúrgica, endodoncia, cirugía bucal*		
Servicios Complejos: restaurativos (Clase IV) *Incrustaciones, recubrimientos, dentaduras postizas, coronas*	50% del Beneficio Cubierto* después del deducible	65% del Beneficio Cubierto* después del deducible
Servicios de Ortodoncia (Clase V) *Cuando sean médicamente necesarios*	50% del Beneficio Cubierto* (sin deducible)	65% del Beneficio Cubierto* (sin deducible)

No todos los servicios y procedimientos están cubiertos en su contrato de beneficios. Este resumen del plan es solo para fines comparativos y no crea derechos no crea derechos que no otorgue el plan de beneficios.

* CareFirst BlueCross BlueShield y CareFirst BlueChoice, Inc. Los pagos (de CareFirst) se basan en el Beneficio Cubierto de CareFirst. Los dentistas participantes aceptan el 100% del beneficio cubierto de CareFirst como pago completo por los servicios cubiertos. Los dentistas no participantes pueden facturar al afiliado cualquier monto que supere el beneficio cubierto. Los proveedores no están obligados a aceptar los beneficios permitidos de CareFirst en servicios no cubiertos (en el plan) Esto significa que es posible que deba pagar el monto total facturado a su dentista por estos servicios no incluidos (en el plan). A criterio de su dentista, puede optar por aceptar el beneficio cubierto de CareFirst, pero no está obligado a hacerlo. Hable con su dentista sobre el costo de cualquier servicio dental.

Visión pediátrica

Estos importantes beneficios para la visión se ofrecen a los afiliados de su familia hasta los 19 años a través de nuestro administrador de red, Davis Vision*, sin costo adicional.

Para miembros de la familia de hasta 19 años, nuestros beneficios para la visión pediátrica incluyen:**

- Un examen de la vista sin cargo dentro de la red por año calendario, o
  - Hasta $40 de reembolso por un examen fuera de la red por año calendario
- Sin copago por la recolección de Davis Vision (dentro de la red):
  - Marcos y cristales de anteojos básicos o lentes de contacto
- Reembolso por lentes monofocales, hasta $40, y marcos, hasta $70, de un proveedor fuera de la red

Para un examen de la vista de rutina, simplemente llame y programe una cita con uno de los muchos proveedores de Davis Vision. Recuerde, los beneficios para la visión pediátrica enumerados anteriormente están disponibles para los afiliados de su familia hasta los 19 años sin cargo adicional a su prima mensual.

Para localizar un proveedor de atención de la visión, comuníquese con Davis Vision al **800-783-5602**.

O visite **carefirst.com/doctor** y seleccione la red *BlueVision, BlueVision Plus, Pediatric Vision* (Davis Vision) para acceder a nuestro directorio de proveedores.

Formas de ahorrar en atención dental y oftalmológica pediátrica

Si permanece dentro de la red, puede ahorrar en servicios dentales y oftalmológicos pediátricos. Utilice el Plan Preferred Dental Network y Davis Vision Network cuando busque atención para sus dependientes menores de 19 años.

* CareFirst se asocia con Davis Vision para ofrecer una extensa red nacional de optometristas, oftalmólogos y ópticos. Davis Vision es una empresa independiente que brinda servicios administrativos para el cuidado de la vista a CareFirst BlueCross BlueShield y CareFirst BlueChoice, Inc. (CareFirst) afiliados. Davis Vision es el único responsable de los servicios que brinda.

** Recuerde: De acuerdo con las disposiciones de la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio (ACA), cada plan CareFirst incluye cobertura dental básica y beneficios para la visión para niños de hasta 19 años.

Recursos en Línea para Afiliados

Olvídese del papel y acceda a información adicional.

Sea el primero en enterarse de noticias y actualizaciones importantes de CareFirst

Elija la conveniente entrega electrónica de alertas, recordatorios, explicaciones de beneficios (EOB) y otras comunicaciones al brindarnos su consentimiento electrónico.

1. Inicie sesión en **carefirst.com/myaccount**
2. Haga clic en su nombre en la parte superior, luego seleccione *Communications Preferences* (Preferencias de Comunicación)
3. Haga clic en *Edit* (Editar) junto a *Electronic Communications*
4. Marque las casillas de la información que desea y presione *Save* (Guardar)

Síganos

Facebook: **carefirst.com/facebook**

Instagram: **carefirst.com/Instagram**

X: **carefirst.com/x**

YouTube: **carefirst.com/youtube**

LinkedIn: **carefirst.com/linkedin**

Sitios web importantes

¿Necesita atención?

- CloseKnit (atención virtual): **closeknithealth.com**
- Herramienta Buscar un médico: **carefirst.com/doctor**
- Línea que brinda asesoramiento de enfermeras las 24 horas del día: **800-535-9700**

Comprender y administrar su plan

- Mi Cuenta (portal para afiliados): **carefirst.com/myaccount**
- Aplicación móvil CareFirst (Mi Cuenta): **carefirst.com/mobileaccess**
- Recetas: **carefirst.com/rx**
- Guía de Recursos para Afiliados de Vitality: **carefirst.com/vitality**
- Explicación de beneficios (EOB): **carefirst.com/eob**

Salud, bienestar y descuentos para afiliados

- CareFirst WellBeing: **carefirst.com/wellbeing**
- Recurso digital de salud conductual: **carefirst.com/bhdr**
- Servicios adicionales de salud mental: **carefirst.com/mentalhealth**
- Si usted o un conocido suyo está en crisis, marque **988** o comuníquese con la Línea de Apoyo de CareFirst al **800-245-7013**
- Información, consejos y herramientas de salud: **carefirst.com/livinghealthy**
- Programa de Descuentos para Afiliados de Blue365: **carefirst.com/wellnessdiscounts**

¿Viaja fuera de EE. UU.?

- Aplicación móvil Global Core: **bcbsglobalcore.com/Home/MobileApp**
- Llame al **800-810-BLUE (2583)** para obtener información sobre médicos, hospitales y otros profesionales de atención médica o para recibir servicios de asistencia médica.

Derechos y responsabilidades

Aviso sobre Prácticas de Privacidad

CareFirst BlueCross BlueShield y CareFirst BlueChoice, Inc. (en conjunto, CareFirst) se comprometen a mantener la información de los afiliados de forma privada. Según la Ley de Portabilidad y Responsabilidad de los Seguros de Salud de 1996 (HIPAA), debemos enviar nuestro Aviso sobre Prácticas de Confidencialidad solo a los afiliados que pertenezcan a grupos completamente asegurados. La notificación resume los usos y divulgaciones de información protegida sobre salud, los derechos individuales y la responsabilidad de CareFirst de proteger la información de salud de los afiliados.

Para obtener una copia de nuestro Aviso sobre Prácticas de Confidencialidad, visite el sitio **carefirst.com** y haga clic en *Privacy Statement* en la parte inferior de la página, luego haga clic en *Health Information* y, en *Notice of Privacy Practices*. O llame al número de teléfono de Servicios para el Afiliado que está en su tarjeta de identificación del afiliado. Los afiliados de grupos con seguro propio deben comunicarse con su departamento de Recursos Humanos para recibir una copia del Aviso sobre Prácticas de Confidencialidad. Si no sabe si su empleador tiene un seguro propio, comuníquese con su departamento de Recursos Humanos.

Satisfacción del afiliado

CareFirst quiere conocer sus inquietudes o quejas para brindarle una solución. Contamos con procedimientos que abordan tanto problemas médicos como no médicos. Si se presenta una situación para la cual tiene una pregunta o dificultad, puede hacer lo siguiente:

1. Si su comentario o preocupación se relaciona con la calidad del servicio recibida de un representante de CareFirst o con problemas administrativos (por ejemplo, inscripción, reclamaciones, facturas, etc.), debe comunicarse con Servicios para el Afiliado. Si nos envía sus comentarios por escrito, incluya su número de identificación de afiliado y proporcione el mayor detalle posible sobre los eventos. Incluya su número de teléfono para contacto durante el día, para que podamos comunicarnos con usted directamente si necesitamos más información.
2. Si su preocupación o queja se relaciona con la calidad de atención o la calidad de servicio recibido de un proveedor específico, comuníquese con Servicios para el Afiliado. Un representante llevará un registro de sus inquietudes y podrá solicitarle un resumen de los problemas por escrito. Para escribirnos directamente con una inquietud sobre la calidad de la atención o el servicio, puede enviar un correo electrónico a: **quality.care.complaints@carefirst.com**
3. Puede enviarnos una queja por escrito por fax al: **301-470-5866**
4. Puede escribirnos a: Departamento de Calidad de Atención de CareFirst BlueCross BlueShield, P.O. Box 17636 Baltimore, MD 21297

Si nos envía sus comentarios por escrito, incluya su número de identificación de afiliado y proporcione todos los detalles posibles sobre el evento o el incidente. Incluya su número de teléfono para contacto durante el día, para que podamos comunicarnos con usted directamente si necesitamos más información. Nuestro Departamento de Calidad de la Atención investigará sus inquietudes, compartirá los problemas con el proveedor involucrado y solicitará una respuesta. Le enviaremos un resumen de los resultados obtenidos. Las quejas de los afiliados de CareFirst se guardan en nuestros archivos de proveedores y se analizan cuando se deba considerar la continuación de la participación de dichos proveedores en CareFirst.

Estos procedimientos también se describen en la Evidencia de Cobertura.

Si necesita ayuda para resolver una controversia relacionada con una factura o el pago del plan de salud o el proveedor de atención médica, comuníquese con la Unidad de Defensa y Educación en Salud de la División de Protección del Consumidor de la Fiscalía General en **877-261-8807**.

Personas con problemas auditivos

Para comunicarse con un representante de Servicios para los Afiliados, elija el número de asistencia para personas con problemas auditivos según la región donde tiene cobertura.

Programa de Retransmisión de Maryland: **800-735-2258** National Capital Area TTY: **202-479-3546**. Tenga a mano su número de Servicios para el Afiliado.

Ayuda con el idioma

Ofrecemos servicios de intérpretes por medio de Servicios para el Afiliado. Cuando llame a Servicios para el Afiliado, informe al representante que necesita ayuda con el idioma.

Recuerde: CareFirst valora la oportunidad de mejorar el nivel de calidad de atención y los servicios disponibles para usted. Como afiliado, no se le anulará la inscripción ni recibirá una sanción por presentar una queja o una apelación.

Confidencialidad de la información del suscriptor/afiliado

Todos los planes de salud y proveedores deben dar información a los afiliados y pacientes acerca de la protección de su información. Recibirá un Aviso sobre Prácticas de Confidencialidad de CareFirst o de su plan de salud y también de sus proveedores cuando visite su consultorio.

CareFirst ha implementado políticas y procedimientos para proteger la confidencialidad de la información de los afiliados. Su información confidencial incluye la información de salud protegida (PHI), ya sea oral, escrita o por medio electrónico, y otra información financiera no pública. Dado que somos responsables por la cobertura de su seguro, de asegurarnos de que se abonen sus reclamaciones y de que usted pueda obtener servicios importantes relacionados con su atención médica, tenemos permitido usar y compartir (proporcionar) su información para estos fines. En ocasiones, incluso la ley nos exige que divulguemos su información en determinadas situaciones. Usted también tiene ciertos derechos respecto de su propia información de salud protegida bajo su nombre.

Nuestras responsabilidades

Estamos obligados por ley a mantener la privacidad de su PHI y a contar con los procedimientos adecuados para tal fin. Según la legislación estatal y federal sobre Privacidad, tenemos derecho a usar y compartir su PHI para tratamiento, actividades de pago y operaciones de atención médica, como se explica en el Aviso sobre Prácticas de Confidencialidad. Podemos compartir su información de salud protegida con el patrocinador del plan o el empleador para que cumplan con funciones de administración de los planes. El Aviso se envía a todos los titulares de la póliza al momento de la inscripción.

Sus derechos

Usted tiene los siguientes derechos sobre su propia información de salud protegida. Usted tiene derecho a:

1. Pedir que limitemos la PHI que usemos o divulguemos para pagos u operaciones de atención médica.
2. Pedir que nos comuniquemos con usted en relación a su información en una forma alternativa o en un lugar alternativo si cree que la divulgación de toda o parte de su PHI puede ponerlo en peligro.
3. Inspeccionar y copiar su PHI que se encuentre en un conjunto de registros designados, que incluye su historia clínica.
4. Solicitar que cambiemos su información, si cree que su PHI es incorrecta o está incompleta.
5. Pedir una explicación respecto a ciertas divulgaciones de su PHI que se hayan realizado por otros motivos y no para tratamiento, pagos u operaciones de atención médica.
6. Brindarnos autorización por escrito para utilizar su información de salud protegida o divulgarla a cualquier persona para cualquier finalidad no incluida en este aviso.

Consultas y quejas

Si tiene una consulta relacionada con su privacidad, comuníquese con la Oficina de Privacidad de CareFirst al **800-853-9236** o envíe un mensaje de correo electrónico a **privacy.office@carefirst.com**.

Declaración de derechos y responsabilidades de los afiliados

Los afiliados tienen derecho a:

1. Ser tratados con respeto y en reconocimiento de su dignidad y derecho a la privacidad.
2. Recibir información sobre el plan de salud, sus servicios, sus profesionales y proveedores y los derechos y responsabilidades de los afiliados.
3. Participar junto a los profesionales de la toma de decisiones relacionadas con su atención médica.
4. Participar en un sincero debate sobre las opciones de tratamiento correspondientes o médicamente necesarios, independientemente del costo o la cobertura del beneficio.
5. Efectuar recomendaciones relacionadas con los derechos y las responsabilidades de los afiliados de la organización.
6. Expresar las quejas o presentar apelaciones acerca del plan de salud o la atención proporcionada.

Los afiliados tienen la responsabilidad de:

1. Proporcionar, en la medida de lo posible, la información que el plan de salud y los profesionales o proveedores necesitan para brindar atención.
2. Comprender sus problemas de salud y participar en el desarrollo de acuerdos mutuos de objetivos de tratamiento en el mayor grado posible.
3. Seguir los planes y las instrucciones de atención acordados con sus profesionales.
4. Pagar copagos o coseguro al momento de recibir el servicio.
5. Presentarse a tiempo a las citas y notificar a los profesionales/proveedores si debe cancelar una cita.

Declaración de las personas elegibles y servicios de promoción de salud y bienestar

Las personas elegibles tienen derecho a:

1. Recibir información sobre la organización, incluso de los servicios de promoción de salud y bienestar proporcionados en representación del empleador o de los patrocinadores del plan, el personal de la organización y las calificaciones del personal y cualquier relación contractual.
2. Rechazar la participación o anular la inscripción en los servicios de promoción de salud y bienestar ofrecidos por la organización.
3. Ser tratados con amabilidad y respeto por parte del personal de la organización.
4. Comunicar quejas a la organización y recibir instrucciones acerca de cómo utilizar el proceso de quejas que comprende los estándares de la organización de puntualidad en la respuesta y la resolución de quejas y problemas de calidad.

Servicios de Rehabilitación

CareFirst cubre servicios de rehabilitación a los afiliados menores de 19 años. Esto incluye servicios de habilitación para tratar defectos genéticos o congénitos de nacimiento, incluidos un defecto existente al nacer o que exista a partir del nacimiento, un defecto hereditario, autismo o un trastorno del espectro autista, y parálisis cerebral.

Los servicios de rehabilitación incluyen terapia del habla, fisioterapia y terapia ocupacional. CareFirst debe aprobar previamente todos los servicios de rehabilitación. Se aplica cualquier deducible, copago o coseguro requerido según su contrato. Se aplican montos máximos de la póliza y límites de beneficios. Los servicios de rehabilitación no se incluyen para calcular el límite máximo de consultas para servicios de terapia.

Recuerde: Cualquier terapia realizada por medio del sistema escolar no estará cubierta por este beneficio. Esta cobertura se aplica solo a contratos firmados con empresas con sede en Maryland. Verifique la cobertura de su contrato para determinar si es elegible para recibir estos beneficios. Si tiene preguntas sobre cualquiera de estos servicios, comuníquese con Servicios para el Afiliado al número de teléfono que aparece en su tarjeta de identificación del afiliado.

Servicios relacionados con mastectomías

CareFirst proporciona cobertura para las visitas a domicilio a afiliados que se sometan a una mastectomía (la extirpación quirúrgica de toda o parte de la mama como resultado de un cáncer de mama) o la extirpación quirúrgica de un testículo. La cobertura incluye una visita a domicilio dentro de las 24 horas siguientes al alta del hospital o de centros de atención ambulatoria y una visita a domicilio adicional si así lo indica el médico del afiliado. Para ser elegible, el afiliado debe estar en el hospital menos de 48 horas o el procedimiento se debe realizar de forma ambulatoria. Esta cobertura se aplica solo a contratos firmados con empresas con sede en Maryland. Verifique la cobertura de su contrato para determinar si es elegible para recibir estos beneficios de procedimientos quirúrgicos.

CareFirst ofrece otros beneficios para servicios relacionados con mastectomías, que incluyen:

1. Todas las etapas de reconstrucción de la mama en la cual se hizo una mastectomía.
2. Cirugía y reconstrucción de la otra mama para lograr una apariencia simétrica.
3. Prótesis (mama artificial) y tratamiento de las complicaciones físicas que se produzcan en todas las etapas de la mastectomía, incluidos los linfedemas (hinchazón).

Usted y su médico determinarán el plan adecuado para tratar su afección. Estos beneficios se darán con los mismos deducibles y coseguro aplicables a otros beneficios médicos y quirúrgicos cubiertos por su plan de salud. Consulte su Guía de Beneficios o Evidencia de Cobertura para obtener más información o llame a Servicios para el Afiliado al número de teléfono que aparece en su tarjeta de identificación del afiliado.

Atención para madres y recién nacidos

Según la Ley de Protección de la Salud de Madres y Recién Nacidos, CareFirst ofrece cobertura para servicios de hospitalización para una madre y el hijo recién nacido por un mínimo de:

1. 48 horas de atención a pacientes internados después de un parto natural sin complicaciones.
2. 96 horas de atención a pacientes internados después de un parto por cesárea sin complicaciones.

Si la madre y el recién nacido se quedan en el hospital durante al menos el período determinado, la cobertura incluye:

1. Una visita a domicilio si lo indica el médico a cargo.
2. La madre puede pedir quedarse menos tiempo si, después de conversar con su médico, decide que necesita menos tiempo para su recuperación.

Si la madre y el recién nacido tienen un período de permanencia en el hospital más corto de lo mencionado, la cobertura incluye una visita a domicilio programada dentro de las 24 horas siguientes al alta del hospital y una visita a domicilio adicional si lo indicara el médico a cargo.

Ley de Revisión de Defensa del Acceso a los Servicios de Atención Médica para Mujeres de 2018

Para nuestros afiliados de Washington, D.C.

Los servicios establecidos a continuación reflejan los servicios preventivos bajo la Ley de Protección al Paciente y Atención de Salud a Bajo Precio. Estos servicios preventivos y anticonceptivos están cubiertos cuando son clínicamente adecuados, conforme a las recomendaciones del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos y evidencia de respaldo. Los servicios se aplican a los planes de DC que han elegido o están obligados a proporcionar estos servicios preventivos. Se podrán aplicar limitaciones respecto de la disponibilidad, el lugar, la frecuencia o el método de servicio o tratamiento.

Estos servicios preventivos se ofrecen sin costo alguno para usted. Esto significa que no tiene que pagar un copago o coseguro, incluso si no ha alcanzado su deducible. Los suscriptores siguen siendo responsables de su parte de las primas

Niños

Controles del niño sano (hasta los 21 años) que incluyen:

- Evaluaciones de alcohol y drogas en niños mayores
- Prueba exploratoria de autismo
- Evaluación del riesgo de paro cardíaco
- Determinadas pruebas exploratorias de diagnóstico para recién nacidos
- Displasia de cuello uterino en mujeres sexualmente activas
- Asesoramiento para ciertas enfermedades de transmisión sexual para personas con mayor riesgo
- Prueba de detección de depresión
- Pruebas exploratorias del desarrollo (menores de 3 años)
- Barniz de flúor
- Asesoramiento en salud, alimentación y control del peso
- Prueba exploratoria de audición para recién nacidos
- Prueba exploratoria de hematocritos o hemoglobina
- Evaluación de la infección por hepatitis B
- Prueba exploratoria de VIH
- Pruebas de detección de plomo
- Prueba exploratoria de obesidad
- Evaluación del riesgo de suicidio
- Prueba exploratoria de consumo de tabaco y asesoramiento para dejar de fumar
- Prueba exploratoria oftalmológica

Vacunas para niños:

- COVID-19
- Difteria, tétanos, tos ferina
- Hepatitis A y hepatitis B
- Virus del papiloma humano (VPH)
- Poliomielitis inactivada
- Influenza
- Influenza B
- Sarampión, paperas y rubéola
- Meningococo
- Neumococo
- Rotavirus
- Varicela

Adultos

Las consultas por cuidados preventivos incluyen:

- Prueba exploratoria (por única vez) de aneurisma aórtico abdominal
- Prueba exploratoria de consumo excesivo de alcohol
- Prueba exploratoria de anemia
- Cáncer de mama (mamografía)
- Pruebas de BRCA para detectar riesgo de cáncer de mama/ovario y asesoramiento genético
- Apoyo a la lactancia, insumos y asesoramiento
- Prueba exploratoria de cáncer de cuello uterino
- Prueba exploratoria de colesterol
- Prueba exploratoria de cáncer de colon
- Atención y asesoramiento de anticonceptivos, incluidos métodos alternativos
- Prueba de detección de depresión
- Prevención de caídas, fisioterapia y suplemento de vitamina D (VL*) para evitar caídas de los adultos que viven en comunidad (aquellos que no se encuentran en centros de vida asistida u hogar de ancianos), tengan 65 años o más y presenten un riesgo elevado de sufrir caídas.
- Anticonceptivos y asesoramiento aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA)
- Truvada genérica (emtricitabina/tenofovir disoproxil fumarato) (nombre de marca (P) solo cuando el medicamento genérico equivalente es inapropiado desde el punto de vista médico, según lo determine el proveedor de atención médica de la persona), incluido el control de medicación, asesoramiento preventivo o visitas al consultorio que pueden incluir los siguientes servicios:
  - Consejería de adherencia
  - Prueba de creatinina
  - Pruebas exploratorias de hepatitis B y hepatitis C
  - Prueba de embarazo
  - Detección y asesoramiento sobre ITS
- Pruebas de detección de diabetes gestacional
- Asesoramiento en salud, alimentación y control del peso para adultos que califican
- Prueba exploratoria de hepatitis B y hepatitis C
- Prueba exploratoria de presión arterial elevada
- Prueba exploratoria de VIH
- Pruebas de ADN para detección de VPH
- Prueba exploratoria y asesoramiento en violencia doméstica, relaciones interpersonales y vínculo con pareja íntima
- Prueba exploratoria de cáncer
- Prueba exploratoria de obesidad
- Prueba exploratoria de osteoporosis
- Pruebas exploratorias de incompatibilidad Rh e infección del tracto urinario en mujeres embarazadas
- Enfermedades de transmisión sexual
- Prueba exploratoria de tuberculosis
- Prueba exploratoria de diabetes tipo 2
- Prueba exploratoria de consumo de tabaco y asesoramiento para dejar de fumar

Anticonceptivos aprobados por la FDA:

- Capuchón cervical (R) con espermicida (VL*)
- Sistema de implante anticonceptivo (colocado por su médico)
- Parche anticonceptivo (R)
- Anillo anticonceptivo (R)
- Diafragma (R) con espermicida (VL*)
- Preservativo femenino (VL*)
- Aplicaciones móviles de fertilidad**
- DIU (colocado por su médico)
- Píldora del día después (solo genérica) (VL*)

- Anticonceptivos orales (de marca [R] solo cuando el medicamento genérico equivalente es médicamente inapropiado, según lo determine el proveedor de atención médica de la persona). Se necesita autorización previa y revisión médica de anticonceptivos orales de marca.
- Anticonceptivos orales (genéricos) (R)
- Vacuna/inyección[1] (solo genéricos) (R)
- Espermicida (VL*)
- Esponja (VL*) con espermicida (VL*)
- Implante de esterilización
- Cirugía de esterilización

Vacunas para adultos:

- COVID-19
- Hepatitis A y B
- Herpes zóster
- VPH

Para obtener información sobre los servicios preventivos, consulte **healthcare.gov/coverage/preventive-care-benefits**. Para verificar sus beneficios, consultar su contrato de beneficios y sus materiales de inscripción, o iniciar sesión en Mi Cuenta en **carefirst.com/myaccount**.

* Requiere una receta de un médico o de un DC, farmacéuticos de la red certificados por la Junta para anticonceptivos. Los medicamentos recetados deben surtirse en una farmacia de la red para obtener la cobertura de cero costo compartido.
Puede recibir un suministro de hasta 12 meses de anticonceptivos de una vez. Pregúntele a su médico o farmacéutico si tiene alguna pregunta sobre la cantidad de administración.

** No se puede enviar tanto a la HSA como a la FSA para el reembolso

[1] Incluye la marca Depo-SubQ Provera 104 (inyección)

(P) Se requiere receta; (VL) venta libre

Aviso de Prohibición de Discriminación y Disponibilidad de Servicios de Ayuda con el Idioma

(ACTUALIZADO EL 15 DE ABRIL DE 2025)

CareFirst BlueCross BlueShield, CareFirst BlueChoice, Inc. y todas sus filiales corporativas (CareFirst) cumplen con las leyes federales vigentes de derechos civiles y no discriminan en función de raza, color, nacionalidad, edad, incapacidad o sexo. CareFirst no excluye a las personas ni las trata de forma diferente debido a la raza, el color, la nacionalidad, la edad, alguna incapacidad o el sexo.

CareFirst:

- Brinda ayuda y servicios gratuitos a personas que tienen alguna incapacidad para comunicarse efectivamente con nosotros, tales como:
  - intérpretes calificados del lenguaje de señas; e
  - información escrita en otros formatos (impresiones grandes, audios, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- Brinda servicios de idiomas gratuitos a personas cuya lengua materna no es el inglés, tales como:
  - intérpretes calificados; e
  - información escrita en otros idiomas

Si necesita alguno de estos servicios, comuníquese al 855-258-6518.

Si considera que CareFirst no ha proporcionado estos servicios o que ha discriminado de alguna manera en función de la raza, el color, la nacionalidad, la edad, la incapacidad o el sexo, puede presentar una queja formal a nuestro Coordinador de Derechos Civiles de CareFirst por correo, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja formal, nuestro Coordinador de Derechos Civiles de CareFirst está a su disposición para ayudarlo.

Para presentar una queja sobre alguna violación de los derechos civiles federales, póngase en contacto con el Coordinador de Derechos Civiles según se indica a continuación. No envíe pagos, consultas sobre reclamaciones u otra documentación a esta oficina.

Coordinador de Derechos Civiles, Oficina Corporativa de Derechos Civiles

Domicilio Postal	P.O. Box 14858 Lexington, KY 40512
Dirección de Correo Electrónico	**civilrightscoordinator@carefirst.com**
Número de Teléfono	410-528-7820
Número de Fax	410-505-2011

También puede presentar una reclamación de derechos civiles ante el Departamento de Servicios Humanos y de Salud de los Estados Unidos, Oficina de Derechos Civiles, en forma electrónica por medio del portal de Reclamos de la Oficina de Derechos Civiles, que podrá encontrar en **https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf**, o por correo o en forma telefónica al:

Departamento de Servicios Humanos y de Salud de los Estados Unidos
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Podrá encontrar los formularios de queja en **http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html**.

CareFirst BlueCross BlueShield es el nombre comercial compartido de CareFirst of Maryland, Inc. y Group Hospitalization and Medical Services, Inc. CareFirst of Maryland, Inc., Group Hospitalization and Medical Services, Inc., CareFirst BlueChoice, Inc., The Dental Network y First Care, Inc. son licenciatarias independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. En el Distrito de Columbia y Maryland, CareFirst MedPlus es el nombre comercial de First Care, Inc. En Virginia, CareFirst MedPlus es el nombre comercial de First Care, Inc. de Maryland (utilizado en Virginia por First Care, Inc.). Blue Cross®, Blue Shield® y los símbolos de la Cruz y el Escudo son marcas de servicio registradas de Blue Cross and Blue Shield Association, asociación de planes independientes de Blue Cross y Blue Shield.

Attention (English): This notice contains information about your insurance coverage. It may contain key dates and you may need to take action by certain deadlines. You have the right to get this information and assistance in your language at no cost. Members should call the phone number on the back of their identification card. All others may call 1-855-258-6518 and wait through the dialogue until prompted to push 0. When an agent answers, state the language you need and you will be connected to an interpreter.

ማሳሰቢያ (Amharic)፦ ይህ ማሳወቂያ ስለ ኢንሹራንስ ሽፋንዎ መረጃ ይዟል። ቁልፍ ቀኖችን ሊይዝ ይችላል እና በተወሰኑ የግዜ ገደቦች እርምጃ መውሰድ ሊኖርብዎ ይችላል። ይህን መረጃ እና እገዛ ያለ ምንም ወጪ በቋንቋዎ የማግኘት መብት አለዎት። አባላት በአባላት መታወቂያ ካርዳቸው ጀርባ ወዳለው ስልክ ቁጥር መደወል አለባቸው። ሌሎች በሙሉ ወደ 855-258-6518 በመደወል 0ን እንዲጫኑ እስኪጠየቁ ድረስ ምልልሱን መጠበቅ ይችላሉ። አንድ ወኪል ሲመልስ፣ የሚፈልጉትን ቋንቋ ይግለጹ እና ከአስተርጓሚ ጋር ይገናኛሉ።

انتبه (Arabic): يحتوي هذا الإشعار على معلومات حول تغطيتك التأمينية. قد يحتوي على تواريخ رئيسية وقد تحتاج إلى اتخاذ إجراء بحلول مواعيد نهائية معينة. لديك الحق في الحصول على هذه المعلومات والمساعدة بلغتك دون أي تكلفة. يجب على الأعضاء الاتصال برقم الهاتف الموجود على ظهر بطاقة هوية العضوية الخاصة بهم. يمكن للآخرين الاتصال بالرقم 855-258-5618 والانتظار طوال الحوار حتى يُطلب منهم الضغط على الرقم 0. عندما يجيبك أحد الوكلاء، حدد اللغة التي تحتاجها وسيتم توصيلك بمترجم فوري.

মনোযোগ দিন (Bengali): এই বিজ্ঞপ্তিতে আপনার বীমা কভারেজ সম্পর্কে তথ্য রয়েছে। এতে গুরুত্বপূর্ণ তারিখগুলি থাকতে পারে এবং আপনাকে হয়ত নির্দিষ্ট সময়সীমার মধ্যে পদক্ষেপ নিতে হতে পারে। আপনার ভাষায় বিনামূল্যে এই তথ্য এবং সহায়তা পাওয়ার অধিকার আপনার আছে। সদস্যদের তাদের সদস্য পরিচয়পত্রের পিছনে দেওয়া ফোন নম্বরে কল করা উচিত। অন্যরা 855-258-6518 নম্বরে কল করতে পারেন এবং 0 চাপ দেওয়ার জন্য অনুরোধ না করা পর্যন্ত সংলাপের জন্য অপেক্ষা করতে পারেন। যখন একজন এজেন্ট উত্তর দেবেন, তখন আপনার প্রয়োজনীয় ভাষাটি বলুন এবং আপনাকে একজন দোভাষীর সাথে সংযুক্ত করা হবে।

注意（Chinese）：此通知包含有關您的保險範圍的資訊。它可能包含關鍵日期，您可能需要在特定截止日期之前採取行動。您有權免費以您的語言獲取此資訊和協助。會員應撥打會員證背面的電話號碼。其他所有人可以撥打 855-258-6518 並等待對話框，直到提示按 0。當代理商接聽時，請說明您需要的語言，然後您将會與翻譯人員聯繫。

توجه (Farsi): این اطلاعیه حاوی اطلاعاتی درباره پوشش بیمه‌ای شما است. ممکن است شامل تاریخ‌های مهم باشد و لازم باشد تا مهلت‌های مشخصی اقدام کنید. شما حق دارید این اطلاعات و کمک را به زبان خود و به‌صورت رایگان دریافت کنید. اعضا باید با شماره تلفن درج‌شده در پشت کارت شناسایی عضویت خود تماس بگیرند. سایر افراد می‌توانند با شماره *855-258-6518* تماس بگیرند و منتظر بمانند تا دستور داده شود که عدد 0 را فشار دهند. هنگامی که یک نماینده پاسخ داد، زبان مورد نیاز خود را اعلام کنید تا به یک مترجم متصل شوید.

Attention (French): Le présent avis contient des informations essentielles relatives à votre couverture d’assurance. Il peut inclure des échéances importantes nécessitant une action de votre part dans un délai déterminé. Vous avez le droit d’obtenir ces informations ainsi qu’une assistance dans votre langue, et ce, sans frais. Les assurés sont invités à contacter le numéro figurant au verso de leur carte d’adhérent. Toute autre personne peut appeler le 855-258-6518 et patienter jusqu’à l’invitation à composer le 0. Lorsque votre appel sera pris en charge, indiquez la langue souhaitée afin d’être mis en relation avec un interprète.

Achtung (German): Dieser Hinweis enthält Informationen zu Ihrem Versicherungsschutz. Darin sind möglicherweise wichtige Termine aufgeführt und Sie müssen möglicherweise bis zu bestimmten Fristen Maßnahmen ergreifen. Sie haben das Recht, diese Informationen und Unterstützung kostenlos in Ihrer Sprache zu erhalten. Mitglieder sollten die Telefonnummer auf der Rückseite ihres Mitgliedsausweises anrufen. Alle anderen können 855-258-6518 anrufen und den Dialog abwarten, bis sie aufgefordert werden, die 0 zu drücken. Wenn ein Agent antwortet, geben Sie die gewünschte Sprache an und Sie werden mit einem Dolmetscher verbunden.

ध्यान दें (Hindi): इस नोटिस में आपके बीमा कवरेज के बारे में जानकारी है। इसमें महत्वपूर्ण तिथियां हो सकती हैं और आपको निश्चित समय सीमा तक कार्रवाई करनी पड़ सकती है। आपको यह जानकारी और सहायता अपनी भाषा में निःशुल्क प्राप्त करने का अधिकार है। सदस्यों को अपने सदस्य पहचान पत्र के पीछे दिए गए फ़ोन नंबर पर कॉल करना चाहिए। अन्य सभी लोग 855-258-6518 पर कॉल कर सकते हैं और 0 दबाने का संकेत मिलने तक संवाद की प्रतीक्षा कर सकते हैं। जब कोई एजेंट उत्तर दे, तो वह भाषा बताएं जिसकी आपको आवश्यकता है और आपको दुभाषिया से जोड़ा जाएगा।

Leruoanya (Igbo): ọ́kwà a nwere ozi bànyéré mkpuchi megide ihe mberede gị. Ọ nwere ike inwe ụbọchị ndi dị óké ḿkpà ma o nwekwara ike idị mkpa ka imee ihe tupu oge ụfọdụ agafee. Inwere ikike inweta ozi a ya na enyemaka na asụsụ gị n'akwụghị ụgwọ ọbụla. Ndi òtù ga akpọ ọnụọgụgụ ekwenti dị na àzụ́ ḱáàdị njirimara ndi òtù ha. Ndi ọ̀zọ́ nile nwere íke ịkpọ 855-258-6518 ma chere geruo mkparịta ụka ruo mgbe asi ha pịa 0. Mgbe onye ozi zara,kwuo asụsụ ichọrọ, a ga ejikota gi na onye ntughari asụsụ.

Attenzione (Italian): Questa informativa contiene informazioni sulla copertura assicurativa. Potrebbe contenere date importanti e potrebbe essere necessario intraprendere azioni entro determinate scadenze. È possibile ottenere queste informazioni e assistenza nella propria lingua gratuitamente. I membri sono pregati di chiamare il numero di telefono riportato sul retro del proprio tesserino di riconoscimento. Tutti gli altri possono chiamare il numero 855-258-6518 e rimanere in linea fino a quando non viene richiesto di premere 0. Quando un operatore risponde, è necessario indicare la lingua desiderata per essere messi in contatto con un interprete.

주의 (Korean): 이 고지에는 귀하의 보험 적용 범위에 대한 정보가 포함되어 있습니다. 여기에는 주요 날짜가 포함되어 있을 수 있으며, 특정 마감일까지 조치를 취해야 할 수도 있습니다. 귀하는 비용 없이 귀하의 언어로 이러한 정보와 지원을 받을 권리가 있습니다. 회원은 회원증 뒷면에 있는 전화번호로 전화하시기 바랍니다. 회원이 아닌 모든 분들은 855-258-6518 로 전화하여 안내 메시지가 끝날 때까지 기다렸다가 0 을 눌러주세요. 상담원이 통화에 응답했을 때, 필요한 언어를 말씀하시면 통역사와 연결됩니다.

Baa'ákonínízin (Navajo): Díí bee ił hane'í béeso nich'ą́ąh naa'nil bee nik'é'asti'í bódahólníihgo bee baa dahane'í biyi'. Dayoołkáłí dóó bee ida'ii'aahí háídíí shį́į́ t'áá bich'į'jį' ha'át'íishį́į́ ádadiiliiłígíí biyi'. Díí bee baa dahane'í dóó t'áá jiik'eh nizaad bee nika'e'eyeedgo bee ná'ahoot'i'. Bił hada'dít'éhí binaaltsoos nitł'izhí bee béédahóziní bąąh béésh bee hane'í námboo biká'ígíí yee dahalne' dooleeł. Nááná ła' 855-258-6518 yee dahalne' dóó yáłti'í biba' asdáago niléí ó bił adílchíid hodoo'niidjį'. Naalnishí haadzį́į'go, saad nínízinígíí bee bił hodíilnih dóó ata' yáłti'í bich'į' ni'doolnih.

ध्यान दिनुहोस् (Nepali): यस सूचनामा तपाईंको बीमा कभरेजका बारेमा जानकारी समावेश छ। यसमा प्रमुख मितिहरू हुन सक्छन् र तपाईंले निश्चित समयसीमा भित्र कारबाही गर्नुपर्ने हुन सक्छ। तपाईंलाई यो जानकारी र सहयोग तपाईंको भाषामा निःशुल्क प्राप्त गर्ने अधिकार छ। सदस्यहरूले आफ्नो सदस्य परिचयपत्रको पछाडि रहेको फोन नम्बरमा कल गर्नुपर्छ। अरू सबैले 855-258-6518 मा कल गर्न सक्छन् र ० पुश गर्न प्रेरित नभएसम्म संवादको प्रतीक्षा गर्न सक्छन्। एजेन्टले जवाफ दिँदा, तपाईंलाई चाहिने भाषा बताउनुहोस् र तपाईंलाई दोभाषेसँग जोडिने छ।

Atenção (Portuguese): Este aviso contém informações sobre a cobertura do seu seguro. Ele pode conter datas importantes e você pode precisar tomar medidas dentro de determinados prazos. Você tem o direito de obter essas informações e assistência em seu idioma, sem nenhum custo. Os associados deverão ligar para o número de telefone indicado no verso do seu cartão de identificação de associado. Todos os outros podem ligar para 855-258-6518 e aguardar a mensagem até que seja solicitado a pressionar 0. Quando um agente atender, indique o idioma que você precisa e você será conectado a um intérprete.

Внимание (Russian): В настоящем уведомлении содержится информация о вашем страховом покрытии. Оно может содержать ключевые даты, и вам может потребоваться предпринять действия к определенным срокам. Вы имеете право получить эту информацию и помощь на своем языке бесплатно. Членам профсоюза следует звонить по номеру телефону, указанному на обратной стороне их удостоверения личности. Все остальные могут звонить по номеру 855-258-6518 и дождаться диалога, пока не появится предложение нажать 0. Когда агент ответит, назовите нужный вам язык, и вас соединят с переводчиком.

Fa'alogo (Samoan): O lenei fa'aaliga o lo'o iai fa'amatalaga i vaega e kava e lau inisiua. E ono aofia ai aso taua ma atonu e te manaʻomia ai le faia o se gaioiga i nisi taimi faʻagata. E iai lau aia tatau e maua ai nei fa'amatalaga ma fesoasoani i lau gagana e aunoa ma se totogi. E tatau i sui auai ona vili le numera o le telefoni i tua o le latou pepa faamaonia. O isi uma e mafai ona vala'au i le 855-258-6518 ma fa'atali i le talanoaga se'ia fa'atonuina e oomi le 0. A tali mai se so'o upu, fa'ailoa atu le gagana e te mana'omia ona fa'afeso'ota'i lea o oe i se tagata fa'aliliu.

Pažnja (Serbian): Ovo obaveštenje sadrži informacije o vašem osiguranju. Može sadržati ključne datume i možda ćete morati da preduzmete akciju do određenih rokova. Imate prava da dobijete ove informacije i pomoć na vašem jeziku besplatno. Trebalo bi da članovi nazovu telefonski broj na poleđini svoje članske legitimacije. Svi ostali mogu pozvati 855-258-6518 i sačekati automat dok ne dobiju obaveštenje da pritisnu taster "0". Kada se agent javi, navedite jezik koji vam je potreban i bićete povezani s prevodiocem

Atención (Spanish): Este aviso contiene información sobre su cobertura de seguro. Puede contener fechas clave y es posible que deba tomar medidas antes de determinadas fechas límite. Usted tiene derecho a obtener esta información y asistencia en su idioma sin coste alguno. Los afiliados deben llamar al número de teléfono que figura en el reverso de su tarjeta de identificación del afiliado. Todos los demás pueden llamar al 855-258-6518 y esperar el diálogo hasta que se les solicite presionar 0. Cuando un agente responda, indique el idioma que necesita y se conectará con un intérprete.

Atensyon (Tagalog): Ang abisong ito ay naglalaman ng impormasyon tungkol sa saklaw ng iyong insurance. Maaaring naglalaman ito ng mga mahahalagang petsa at maaaring kailanganin mong kumilos ayon sa ilang partikular na mga deadline. May karapatan kang makuha ang impormasyong ito at tulong sa iyong wika nang walang bayad. Ang mga miyembro ay dapat tumawag sa numero ng telepono sa likod ng kanilang member identification card. Ang lahat ng iba ay maaaring tumawag sa 855-258-6518 at maghintay hanggang sa masabihan na pindutin ang 0. Kapag sumagot ang isang ahente, sabihin ang wikang kailangan mo at ikaw ay ikokonek sa isang tagapagsalin.

توجہ (Urdu): اس نوٹس میں آپ کی انشورنس کوریج کے بارے میں معلومات شامل ہیں۔ اس میں کلیدی تاریخیں شامل ہو سکتی ہیں اور آپ کو کچھ آخری تاریخوں تک کارروائی کرنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ آپ کو یہ معلومات اور مدد اپنی زبان میں، بغیر کسی قیمت کے حاصل کرنے کا حق ہے۔ ممبران کو اپنے رکنیتی کارڈ کی پشت پر دئے گئے فون نمبر پر کال کرنی چاہیے۔ باقی تمام لوگ *855-258-6518* پر کال کر سکتے ہیں اور 0 دبانے کا اشارہ ملنے تک ڈائیلاگ پر انتظار کرنا چاہئیے۔ جب کوئی ایجنٹ جواب دیتا ہے تو اپنی مطلوبہ زبان بتائیں اور آپ کا رابطہ ایک مترجم سے کر دیا جائے گا۔

Lưu ý (Vietnamese): Thông báo này có chứa thông tin về phạm vi bảo hiểm của bạn. Nó có thể chứa các ngày quan trọng và bạn có thể cần phải hành động theo thời hạn nhất định. Bạn có quyền nhận thông tin và hỗ trợ này bằng ngôn ngữ của mình mà không mất phí. Các thành viên nên gọi đến số điện thoại ở mặt sau thẻ thành viên của mình. Những người khác có thể gọi đến số 855-258-6518 và chờ qua hội thoại cho đến khi được nhắc nhấn số 0. Khi có nhân viên trả lời, hãy nêu ngôn ngữ bạn cần và bạn sẽ được kết nối với phiên dịch viên.

CareFirst
Family of health care plans

CONTÁCTENOS:

2024 WORLD'S MOST ETHICAL COMPANIES® ETHISPHERE 12-TIME HONOREE

Los nombres y las marcas "World's Most Ethical Companies" y "Ethisphere" son marcas registradas de Ethisphere LLC.

CareFirst BlueCross BlueShield es el nombre comercial compartido de CareFirst of Maryland, Inc. y Group Hospitalization and Medical Services, Inc. CareFirst of Maryland, Inc., Group Hospitalization and Medical Services, Inc., CareFirst BlueChoice, Inc. y The Dental Network, Inc. son licenciatarias independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. BLUE CROSS®, BLUE SHIELD® y los símbolos de la Cruz y el Escudo son marcas de servicio registradas de Blue Cross and Blue Shield Association, asociación de planes independientes de Blue Cross and Blue Shield.

SPN4551-1E (10/24) ■ SUM7107-1E (8/24)