

Aproveche al máximo su membresía





Mucho más

que un plan de seguro de salud

Le damos la bienvenida a Medical Mutual. Nuestro objetivo es ayudarlo a elegir las mejores opciones de salud posibles y minimizar los costos de atención médica. Ofrecemos una variedad de programas, descuentos, herramientas y recursos que le permiten lograr exactamente esto.

Muchas formas de ahorrar

Mientras Medical Mutual busca de manera constante formas de aumentar la rentabilidad de su plan de seguro de salud, hay distintas cosas que usted puede hacer para reducir los gastos de su atención médica.

Permanezca en la red

Ahorre dinero, utilice médicos, hospitales y otros proveedores y centros de atención médica que pertenezcan a la red de su plan. Realizar consultas fuera de la red de su plan puede costarle más y es posible que algunos servicios no estén cubiertos. Utilice nuestra herramienta Find a Provider (Buscar un proveedor) en My Health Plan (Mi plan de salud), nuestro sitio web seguro para miembros, para encontrar proveedores dentro de la red de su plan antes de recibir cualquier tratamiento o procedimiento.

Evite acudir a la sala de emergencias por enfermedades y lesiones menores

En el caso de lesiones o enfermedades que no pongan en peligro su vida, visitar a su proveedor de atención primaria, un centro de atención de urgencia o una clínica de su comodidad para recibir tratamiento puede resultar una alternativa rentable a la sala de emergencias (Emergency Room, ER). Las visitas a la sala de emergencias pueden significar largas esperas y elevados costos de bolsillo.

Sepa qué está cubierto

Revise el Resumen de beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC) de su plan antes de recibir un servicio o procedimiento para averiguar lo que está cubierto. Un SBC es un documento que resume información importante sobre la cobertura en términos simples de comprender. Para obtener ayuda, también puede comunicarse con nuestros especialistas de atención al cliente llamando al número que aparece en su tarjeta de identificación.

Cúidese

Prevenir una enfermedad es una carga menor que tratarla. Es por esto que los controles anuales con su médico son tan importantes. Su plan incluye beneficios preventivos que cubren visitas de bienestar, exámenes y vacunas. El monto de la cobertura puede variar en función del plan en particular, pero los costos de bolsillo probablemente serán más bajos que el costo del tratamiento de una enfermedad avanzada.



MedMutual Total Health™

Programas y descuentos

Con Total Health, usted recibe acceso a recursos clínicos personalizados de primer nivel que ayudan a mejorar su bienestar general y a ahorrar dinero al abordar los riesgos de salud lo antes posible.

Control de afecciones crónicas

Los programas, como el asesoramiento de salud digital y telefónico, el monitoreo remoto avanzado y la fisioterapia virtual, le ofrecen un apoyo personalizado para satisfacer sus necesidades y ayudarlo a alcanzar sus objetivos de salud personales. Usted es elegible para participar sin costo si le diagnosticaron alguna de estas afecciones crónicas:

- Asma
- Insuficiencia cardíaca (IC)
- Arteriopatía coronaria (AC)
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Diabetes
- Hipertensión
- Dolor musculoesquelético
- Problemas de salud pélvica (para personas con anatomía vaginal, independientemente de su identidad de género)

Llame a nuestros especialistas en apoyo a la salud poblacional al 1-800-590-2583 para obtener más información o inscribirse. Los especialistas están disponibles de lunes a viernes, de 8 a. m. a 4 p. m. (el correo de voz confidencial está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana).



Apoyo para la maternidad

Si está por tener un bebé, descargue la aplicación MedMutual Maternity. Ofrece una variedad de recursos y herramientas para ayudar a las familias a prepararse para la llegada del bebé. Visite [MedMutual.com/MaternityApp](https://www.medmutual.com/MaternityApp) para obtener más información.

Para los embarazos que se consideran de alto riesgo, ofrecemos acceso a un enfermero profesional especializado en la atención de maternidad de alto riesgo. Llame a nuestro equipo de Administración de casos al 1-800-258-3175 para obtener más información.

WeightWatchers®

Los miembros de Medical Mutual ahorran casi el 50 % del costo habitual de una membresía de WeightWatchers. Para obtener más información, llame al 1-800-251-2583 o visite [WeightWatchers.com/us/MMOMembers](https://www.WeightWatchers.com/us/MMOMembers).

Pivot (dejar de fumar)

¿Desea dejar el hábito de fumar? Nos hemos asociado con Pivot para ayudarle a dejar de fumar para siempre. Pivot es una aplicación personalizada que ofrece contenido específicamente adaptado a sus objetivos, acceso directo a un asesor de salud y terapia de reemplazo de nicotina sin cargo alguno para usted. Visite Pivot.co/MedMutual para comenzar.

Línea telefónica de enfermería las 24 horas

Si tiene una pregunta sobre salud, una lesión menor o una pregunta médica, puede obtener respuestas de un experto clínico las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Atendida por enfermeros profesionales totalmente calificados, nuestra Línea telefónica de enfermería se ofrece sin cargo a los miembros. Simplemente llame al 1-888-912-0636 y tenga a mano su número de identificación de miembro.

Descuentos para gimnasios

Ahorre dinero en membresías de gimnasios, equipos para hacer ejercicio en el hogar, programas de nutrición y más. Ingrese a My Health Plan (Mi plan de salud), haga clic en Healthy Living (Vida saludable) y luego en Fitness (Gimnasios).

Otros descuentos

Nos hemos asociado a diferentes proveedores y esto nos permite ofrecer descuentos en una variedad de productos y servicios de salud únicos. Puede encontrar más detalles en My Health Plan (Mi plan de salud), en la pestaña Healthy Living (Vida saludable).

My Health Plan

Adquiera un mayor control de sus beneficios de salud

My Health Plan, nuestro sitio web seguro para miembros, facilita y agiliza la administración de su plan y su salud en línea. Le permite comparar sus opciones de atención médica de modo que pueda tomar mejores decisiones y minimizar los costos.

Puede consultar su deducible, revisar la Explicación de beneficios (Explanation of Benefits, EOB), buscar un médico, comparar costos y acceder a una amplia gama de información valiosa que le ayudará a mantenerse saludable. Además, encontrará información sobre una variedad de programas, descuentos, herramientas para ahorrar dinero y recursos educativos.

Crear su cuenta es simple. Simplemente visite [MedMutual.com/Member](https://www.MedMutual.com/Member). Haga clic en el botón Register for an Account (Registrar una cuenta).

The screenshot shows the 'My Health Plan' dashboard for a user named Jane C. Doe. The dashboard is divided into several sections:

- Header:** Includes the Medical Mutual logo, a navigation menu (Dashboard, Claims & Balances, Benefits & Coverage, Resources & Tools, Healthy Living, My Profile), and links for Contact Us and Logout.
- My Health Plan:** A teal banner with the user's name and a welcome message.
- Viewing:** A dropdown menu set to 'Family'.
- Benefit Period:** A text box showing 'January 1st through December 31st'.
- Deductible & Coinsurance:** A section showing the user's current deductible and coinsurance amounts, along with progress bars and a 'View Details' button.
- Claims Snapshot:** A table showing the user's most recent claims, including the date of service, type, and claim number. A 'View Your Claims' button is located below the table.
- Actions and Messages:** Two tabs on the right side of the dashboard, with a 'Please Confirm Your Email Address' message displayed below them.

DATE OF SERVICE	TYPE	CLAIM #
07/12/2020	Medical	0004446784-000
07/12/2020	Medical	0014446784-000
07/12/2020	Medical	0034446784-000
07/12/2020	Medical	0035409979-000
07/01/2020	Medical	0056720719-000



Conozca My Health Plan

Reclamaciones y saldos

En esta pestaña, puede ver reclamaciones, consultar los saldos de su cuenta de ahorros de salud (health savings account, HSA), cuenta de gastos flexibles (flexible spending account, FSA) o acuerdo de reembolso de salud (health reimbursement arrangement, HRA) y ver información detallada sobre deducibles y coseguros. Si tiene un plan individual, también puede pagar su prima.

Beneficios y cobertura

Descubra los beneficios de su seguro de salud y conozca la cobertura de su plan con un clic en esta pestaña. Vea los detalles de su plan, incluidos los beneficios médicos, los máximos y el coseguro, e imprima tarjetas de identificación temporales.

Herramientas de comparación de costos y búsqueda de proveedores

Nuestra herramienta mejorada Find a Provider (Buscar un proveedor) facilita la búsqueda de proveedores dentro de la red. Busque por especialidad, ubicación, afección y más. También puede ver las calificaciones de calidad de los médicos de la red y comparar costos para tomar la mejor decisión para su salud y su presupuesto.

Olvídese del papel

Elija recibir sus declaraciones de la Explicación de beneficios (EOB), SBC y otras comunicaciones de Medical Mutual por medios electrónicos en lugar de hacerlo por correo postal estadounidense.



Aplicación móvil MedMutual

Obtenga acceso a la información que necesite sobre el plan de salud, dondequiera que esté. Puede llevar un seguimiento de las reclamaciones y la información de gastos, usar la herramienta Find a Provider (Buscar un proveedor) y acceder a su tarjeta de identificación. Incluso puede enviar por correo electrónico o fax su tarjeta de identificación a su proveedor.

Puede encontrar la aplicación MedMutual en App Store® o Google Play™. O bien, escanee el código QR para descargarla ahora mismo.



MEDICAL MUTUAL®

100 American Road

Cleveland, OH 44144-2322

MedMutual.com