

CASCADE DESIGNS®

# Guía Para Miembros

Uso De Sus Beneficios RGA | Programas Y Servicios Adicionales | Fundamentos  
Del Plan De Salud

---

Año del plan 2023-2024



Regence

*Group Administrators*

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield  
Association Serving Select Counties in Washington

# Su Guía Para Una mejor atención médica con RGA

Gracias por ser miembro de RGA (Regence Group Administrators, Inc.). Independientemente de que sea nuevo en RGA o haya sido miembro durante años, queremos asegurarnos de que tenga las herramientas y los recursos que necesita para aprovechar al máximo su plan de salud.

Su viaje de atención médica es una experiencia muy personal. Y, a veces, puede ser bastante confuso y complicado. RGA está aquí, por teléfono y en línea, para ayudarle a encontrar fácilmente las respuestas que necesita para tomar decisiones de atención médica más informadas. Ya sea que necesite buscar médicos, saber qué está cubierto en su plan o si necesita explicaciones simples sobre términos de atención médica confusos, RGA está aquí para ayudarle a entender sus beneficios para que pueda mantenerse saludable y ahorrar dinero.

## Acerca de esta guía

Tómese unos minutos para revisar esta guía. Proporciona información sobre cómo usar sus beneficios del plan, incluyendo:



Cómo buscar proveedores de atención médica dentro de la red



Cómo presentar un reclamo



Cómo entender sus declaraciones de explicación de beneficios



Herramientas y recursos en línea disponibles para ayudarle en el camino



Programas y servicios adicionales ofrecidos como complemento a su plan de salud



Este folleto solo pretende ser un resumen de los servicios para el miembro. Los niveles de beneficios y cobertura varían según el plan y se explican con mayor detalle en la descripción resumida del plan y en otros documentos formales del plan. Consulte en esos documentos los detalles de su cobertura médica, incluidos los deducibles, copagos, coseguro y servicios cubiertos.

*Regence Group Administrators proporciona servicios de pago de reclamos administrativos únicamente y no asume ningún riesgo financiero u obligación alguna con respecto a los reclamos.*



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PEGPRW-0629023

# Bienvenido al portal del miembro de RGA

Acceda rápida y fácilmente a sus beneficios y servicios en un solo lugar utilizando nuestro portal seguro para miembros.

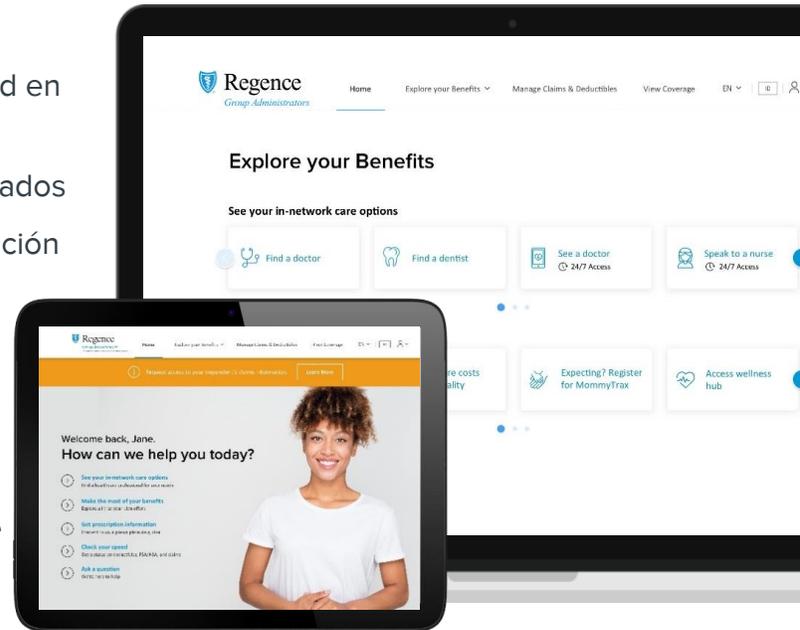
## Conéctese a su plan de salud

- Acceda a reclamos, deducibles y gastos para toda la familia
- Encuentre médicos o hospitales dentro de la red en su área
- Conéctese con su plan de medicamentos recetados
- Vea, imprima o comparta su tarjeta de identificación
- Verifique su cobertura para servicios
- Explore descuentos exclusivos y mucho más

## ¿Crear una cuenta por primera vez?

Antes de comenzar, necesitará su número de identificación de empleado ubicado en su tarjeta de identificación de miembro. Si no tiene su número de identificación de empleado, llame a nuestro número de Atención al Cliente que aparece en la parte inferior de la página.

1. Visite [accessrga.com](https://accessrga.com). A continuación, seleccione el botón “RGA Member Login” (Inicio de sesión para miembros de RGA) en la parte superior de su pantalla.
2. En la página de inicio de sesión, seleccione “Create an Account Now” (Crear una cuenta ahora) y siga las instrucciones introduciendo su nombre completo, ID de empleado y fecha de nacimiento como se muestra en su tarjeta de identificación de miembro.
3. Confirme su dirección de correo electrónico con el código de verificación que se le envió.  
¡Está listo para usar el portal de miembros!



El portal para miembros solo es compatible con las últimas versiones de Chrome, Edge, Safari y Firefox.

*\*Nota: No todos los títulos mostrados anteriormente están disponibles para todos los planes de salud. Algunos planes mostrarán diferentes íconos y recursos.*

## ¿Ya tiene una cuenta?

Está listo. Inicie sesión en el nuevo portal de miembros con su dirección de correo electrónico y contraseña habituales.

## No olvide sus marcadores guardados

La dirección web del nuevo portal miembro ha cambiado. Si ha guardado marcadores del portal, actualícelos a las nuevas direcciones web cuando inicie sesión por primera vez.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda, comuníquese con nuestro equipo de atención al cliente de RGA llamando al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro de lunes a viernes de 6:00 a.m. a 6:00 p.m. hora del Pacífico.

# Bienvenido a la aplicación móvil de RGA

Acceda de forma rápida y segura a sus beneficios y servicios en casa o en cualquier otro lugar.

Utilice la aplicación móvil de RGA para acceder a herramientas útiles como:

**Buscar proveedores u hospitales en la red:** Con un solo clic, olvídense de las conjeturas en cuanto a buscar médicos, hospitales o clínicas en la red de su plan

**Acceder a reclamos y beneficios:** Compruebe el estado de los reclamos abiertos, vea los deducibles anuales, copagos y máximos de desembolso directo para toda la familia

**Ver su tarjeta de identificación de miembro digital:** ¡No vuelva a perder su tarjeta de identificación de miembro!

**Administrar su Centro de mensajes:** Envíe y reciba mensajes seguros hacia y desde nuestro equipo dedicado de Atención al Cliente

**Clic para llamar:** Conéctese con solo pulsar un botón para hablar con nuestro equipo de Atención al Cliente

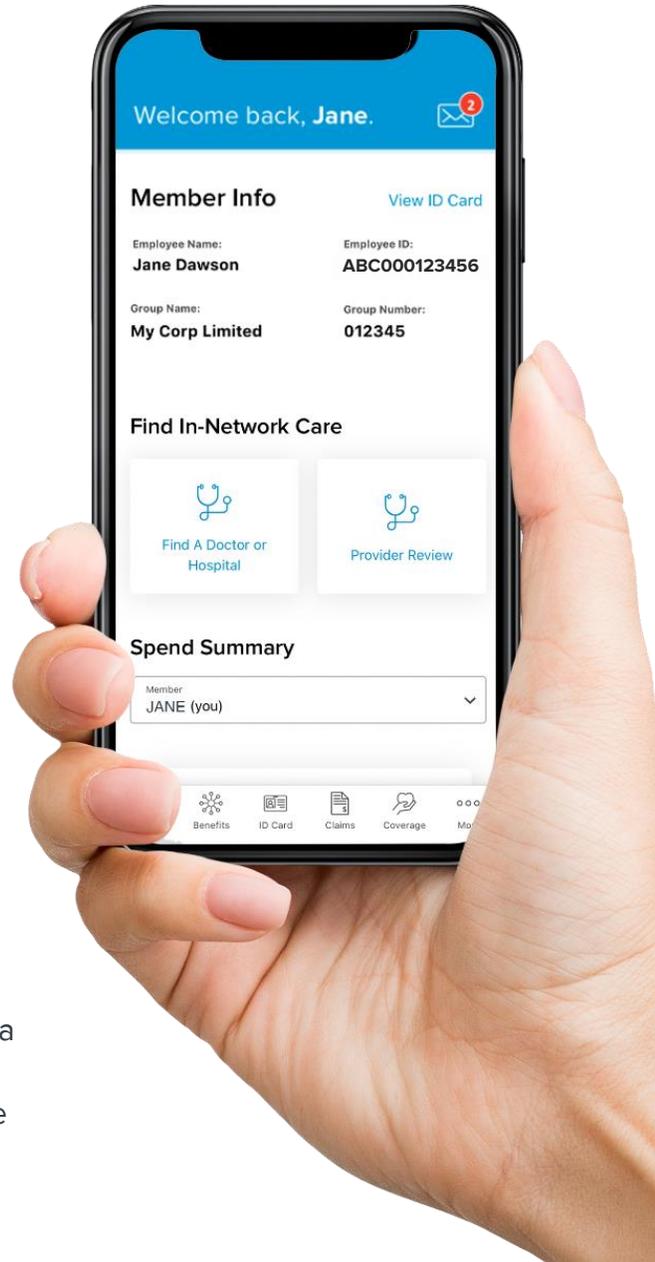
**Conectarse con más:** Mantenga los servicios y descuentos ofrecidos por su plan al alcance de su mano

## Empezar

Descargue gratis en Apple y Google Play Stores



Después de descargar la aplicación móvil de RGA, inicie sesión con su cuenta existente o cree su cuenta en [accessrga.com](https://accessrga.com). A continuación, seleccione el botón “RGA Member Login” (Inicio de sesión para miembros de RGA) en la parte superior de su pantalla. Utilice su número de identificación de empleado que se encuentra en su tarjeta de identificación de miembro y siga las instrucciones de la página de inicio de sesión para crear su cuenta.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda, comuníquese con nuestro equipo de atención al cliente de RGA llamando al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro de lunes a viernes de 6:00 a.m. a 6:00 p.m. hora del Pacífico.

# Cómo decirle al consultorio de su médico acerca de RGA

Muchas personas piensan que Regence Group Administrators (RGA) es en realidad Regence BlueShield. Este es un error honesto. Ambos administramos beneficios de salud. Y nuestros nombres y nuestros logotipos son casi los mismos. Eso es porque estamos, de hecho, relacionados. Pero RGA es una empresa separada con nuestros propios planes de salud, y diferentes direcciones y números de teléfono.

## ¿Por qué es importante esto?

El consultorio del médico podría ponerse en contacto con Regence BlueShield por error y decirle que usted no aparece como miembro. Eso se debe a que el consultorio de su médico nombró al plan de salud incorrecto. El pago de reclamos puede retrasarse, o incluso denegarse, si su reclamo se envía a Regence en lugar de a Regence Group Administrators.

Asegúrese de que se pongan en contacto con **Regence Group Administrators**

## ¿Cómo puedo ayudar a aclarar la confusión?

- 1 Cuando muestre su tarjeta de identificación de miembro de RGA en el consultorio de su médico, asegúrese de decir que está inscrito en **Regence Group Administrators** y no en Regence.



- 2 Señale los números de teléfono, dirección postal e identificación del pagador de reclamos que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro.

The image shows the back of a Regence Group Administrators ID card. The card is white with a blue border. At the top left is the Regence logo. Below it, the text reads: 'An independent licensee of the BCBSA serving select counties in Washington'. The main body of the card contains several sections of text. On the right side, there is a section titled 'www.accessrga.com' with contact information: 'Customer Care: 866-738-3924', 'Provider Locator: 800-810-2583', 'Eligibility: 800-676-2583', and 'Pharmacy Benefits: 800-XXX-XXXX'. Below this is a section titled 'Important - Preauthorization may be a plan requirement. To avoid potential benefit penalties, call Customer Care.' and another section titled 'RGA provides administrative claims payment services only and does not assume any financial risk or obligation with respect to claims.' At the bottom, it says 'This card is not an authorization for services or a guarantee of payment.' and 'Pharmacy benefits administrator'. Three yellow arrows point from the right side of the card to the contact information, the 'Important' section, and the 'RGA provides administrative claims payment services' section. On the left side, two yellow arrows point from the text 'Cómo presentar reclamos' and 'Dirección postal' to the corresponding sections on the card.

Si usted o el consultorio de su médico tienen alguna pregunta sobre sus beneficios para miembros o la cobertura del plan, póngase en contacto con RGA al **1-866-738-3924** o **visite [accessrga.com](http://accessrga.com)**

Visite [accessrga.com](http://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA



**Group Administrators**

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

©2023, Regence Group Administrators

PEGHRRW-06292023

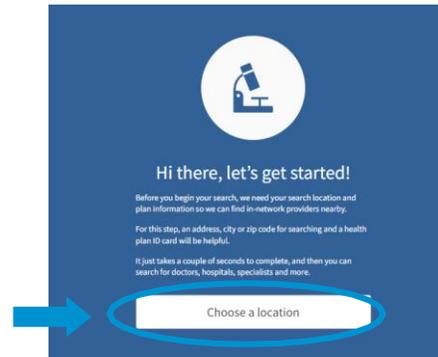
# Cobertura nacional para miembros en todos los estados

Dondequiera que se encuentre, la membresía de RGA le da acceso a las ventajas y al apoyo local que ofrece la Blue Cross Blue Shield Association (BCBSA) a través del programa nacional BlueCard®. Los miembros que buscan atención fuera del noroeste del Pacífico (Washington, Oregon, Idaho y Utah) pueden usar los consejos que se encuentran a continuación para navegar por nuestros servicios nacionales.

## Antes de su visita

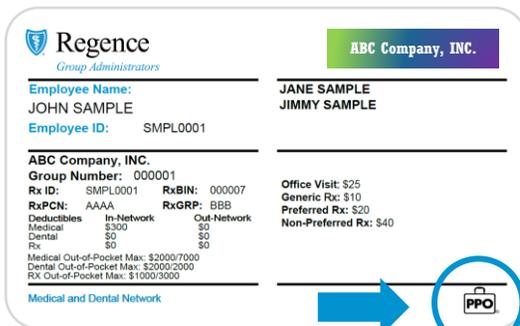
Compruebe que su proveedor médico o dental esté dentro de la red en <https://wa.accessrga.com/find-a-provider>

- Ingrese su ubicación en la nueva pantalla para buscar proveedores de red en su área.



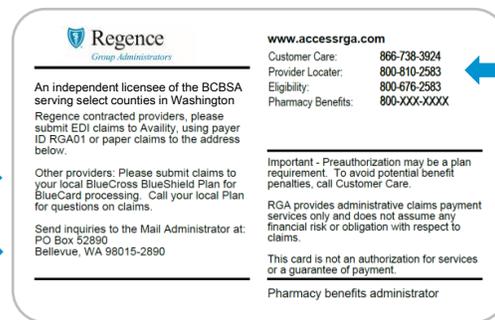
## Durante su visita

Traiga su tarjeta RGA con usted y muéstresela a su proveedor, asegurándose de que el proveedor vea:



Cómo presentar  
reclamos  
MÉDICOS

Cómo presentar  
reclamos  
DENTALES Y DE  
ARTÍCULOS  
PARA LA VISTA



Números de  
teléfono para  
confirmar la  
elegibilidad y  
la cobertura  
de beneficios

En la parte delantera:  
El **logotipo de la maleta** indica que usted es miembro del programa BlueCard®.

En la parte posterior:  
Puede encontrar información precisa para enviar **reclamos** y **consultas**.

*\*Nota: No todos los detalles de beneficios anteriores se aplican a todos los planes de salud. Las tarjetas de identificación muestran distinta información según su plan de salud.*

## Después de su visita

Cómo presentar un reclamo a la red nacional RGA:

- Los **reclamos** médicos deben enviarse al plan Blue en su estado. Normalmente, su proveedor presenta el reclamo por usted. Si tiene que presentar su propio reclamo, pida a su proveedor que llene el formulario específico (CMS 1500 HCFA) y póngase en contacto con el equipo de Atención al Cliente de RGA para confirmar dónde y cómo puede enviarlo.
- Los reclamos **dentales y de artículos para la vista** deben enviarse a: RGA PO Box 52890 – Bellevue, WA 98015-2890 (como se indica al dorso de su tarjeta). Las consultas sobre reclamos deben dirigirse al Equipo de Atención al Cliente de RGA, o puede enviar sus reclamos o preguntas a RGA en su portal para miembros.

El **Equipo de atención al cliente de RGA** está disponible de lunes a viernes de 6:00 a. m. a 6:00 p. m. hora del Pacífico llamando al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro.

Visite [accessrga.com](https://wa.accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

©2023, Regence Group Administrators

PEGNCRW--06292023

# El comprador tenga cuidado– Los riesgos de elegir un proveedor fuera de la red

## Aviso importante sobre beneficios fuera de la red

### ¿Qué es una red?

Una red es un grupo de médicos, hospitales y otros proveedores de atención médica. Dentro de la red se refiere a un proveedor de atención médica que tiene un contrato para proporcionar los servicios de atención médica de su plan de salud a los miembros de su plan a una tarifa negociada previamente. Fuera de la red se refiere a un proveedor de atención médica que no tiene contrato.

#### Proveedores dentro de la red

No le facturará cargos por encima de la tarifa contratada

Por lo general se cubre en un porcentaje más alto por su plan

Se aplica a su deducible estándar

Se aplica a su máximo estándar de desembolso

Directo presentan reclamos por usted

Cumple con nuestros estándares de calidad

#### Proveedores fuera de la red

Pueden facturarle la cantidad que quieran cobrar

Por lo general, su plan se cubre en un porcentaje menor

Pueden tener un deducible por separado

Pueden tener un máximo de desembolso directo por separado

Pedirán que presente reclamos por su cuenta

No hemos revisado su calidad

Pueden solicitar el pago por adelantado

### Cómo paga su plan los servicios OON Precios fuera de la red

Debido a que los proveedores fuera de la red (OON) pueden facturarle el precio que quieran, su plan analiza el precio regional promedio para el servicio que está recibiendo (utilizando las tarifas de Medicare como punto de referencia, que generalmente es significativamente más bajo que una tarifa contratada dentro de la red). Esto se llama la cantidad máxima permitida, y luego paga un porcentaje basado en el diseño de cobertura de beneficios de su plan.

#### ¡Advertencia de riesgo de facturación de saldo fuera de la red!

Se le puede facturar el saldo restante por cualquier cosa que exceda la cantidad máxima permitida, incluso si su beneficio muestra una cobertura fuera de la red al 100 %.<sup>1</sup> En este caso, **el Plan pagará el 100 % de la cantidad máxima permitida, no el 100 % de los cargos facturados por el proveedor.**

#### Ejemplo de costo de cirugía dentro de la red versus fuera de la red

Usted elige un proveedor INN	Usted elige un proveedor ONN
El proveedor cobra \$20,000 por una cirugía	Provider charges \$45,000 for a surgery
El plan cubre \$15,000, el monto de la tarifa negociada previamente	Plan covers \$10,000, 100% of the maximum allowed amount
El proveedor no tiene permitido facturarle por la diferencia	Provider may bill you for the \$35,000 difference

1. Dependiendo del tipo de servicio, puede tener protecciones de facturación de saldo bajo la Transparencia en la Cobertura (Tic).



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PENBBRW-06152023

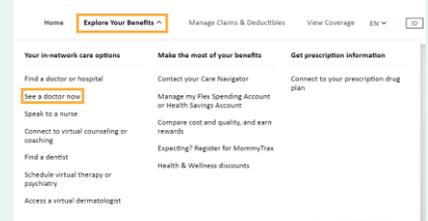
# Encuentra un Medico u Hospital en la red RGA

Su plan le brinda acceso a las redes de proveedores de atención médica más grandes del noroeste del Pacífico y a una gran red de proveedores cuando viaja dentro de los EE. UU. Elija proveedores dentro de la red para obtener atención de calidad al mejor precio y la mejor protección contra la facturación de saldos.

## Conéctese a través de su portal para miembros de RGA

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione el botón Inicio de sesión de miembro de RGA en la parte superior de la página para acceder a la experiencia de búsqueda completa.

- 1 Después de iniciar sesión en su cuenta RGA, seleccione “Explore Your Benefits” (Explorar sus beneficios) y luego seleccione “Find a Doctor or Hospital” (Buscar médicos u hospitales)

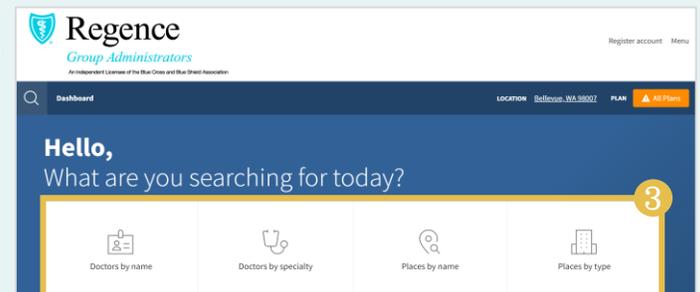


- 2 Introduzca un lugar. También puede cambiar a su ubicación actual a través de

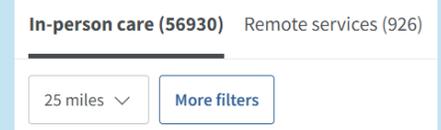


- 3 En la pantalla principal, seleccione uno de los cuadros de categoría e ingrese la información solicitada y haga clic en el botón  para generar resultados

- **Doctores por nombre:** buscar por un médico específico
- **Doctors por especialidad:** buscar médicos especializados en una enfermedad determinada
- **Lugares por nombre:** buscar por nombre de hospital
- **Lugares por tipo:** : buscar por laboratorios, hospitales, centro de atención de urgencia o servicios de emergencia



- 4 Perfeccione los resultados de su búsqueda usando la herramienta “More Filters” (Más filtros) en el lado izquierdo de la pantalla o vea médicos que brinden telemedicina haciendo clic en la pestaña “Remote Services”, en la parte superior izquierda.



- 5 Los resultados se pueden ver en un mapa haciendo clic en el botón "Mapa" en la parte superior derecha.

Descargo de responsabilidad: Siempre llame al proveedor Y al centro para verificar el estado dentro de la red antes de programar y antes de recibir servicios. No todos los servicios realizados por proveedores dentro de la red están cubiertos. Revise los documentos resumidos del plan (haga clic en la pestaña Ver cobertura y haga clic en Detalles del plan de beneficios) para obtener más información sobre los servicios cubiertos y excluidos.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda, comuníquese con nuestro equipo de atención al cliente de RGA llamando al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro de lunes a viernes de 6:00 a.m. a 6:00 p.m. hora del Pacífico.

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

# Total Care (Atención integral) para el paciente

## Atención basada en el valor

Total Care (Atención integral) reconoce a los médicos que se centran en el cuidado de la salud en lugar de en el cuidado de enfermos. Esos médicos van más allá para mejorar la salud general de sus pacientes, proporcionándoles servicios preventivos y asesoramiento para el bienestar, además de trabajar con pacientes con enfermedades crónicas para satisfacer mejor sus necesidades de atención. Total Care (Atención integral) es la atención médica coordinada, centrada en el paciente y, en muchos casos, más asequible.

## Atención coordinada para una mejor salud

Como fuertes defensores de los pacientes, los médicos de Total Care (Atención integral) se centran en:

- Ayudar a los pacientes a permanecer saludables a través de la atención preventiva y los programas de bienestar.
- Apoyar a los pacientes para tomar mejores decisiones de atención médica.
- Coordinar la atención de pacientes en todo el espectro de la atención médica.
- Ampliar el acceso a atención primaria a través de un horario de atención extendido y llamadas de seguimiento.
- Reducir o eliminar las visitas innecesarias a la sala de emergencias.

# Total Care

## Encuentre un médico de Total Care

Todos los médicos de Total Care (Atención integral) exhiben un logo de Total Care en la sección de calidad. También puede filtrar su búsqueda de médicos de Total Care siguiendo estos pasos:

- 1 Visite [wa.accessrga.com/find-a-provider](https://wa.accessrga.com/find-a-provider)
- 2 Introduzca su código postal
- 3 Haga clic en “Advanced Search” (Búsqueda avanzada)
- 4 Seleccione la casilla “Total Care”

QUALITY

Total Care

Quality details

Filters

X

Search Area  
25 miles

Patient Age  
All ages

Languages Spoken by Provider

Accepting New Patients

Show Primary Care Providers

Quality

Total Care  
Total Care (TC)

Total Care (TC)

Hello,  
What are you searching for today?

Doctors by name

Doctors by specialty

Places by name

Places by type

Search all

Advanced Search



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington como el estado en el que tiene su sede el empleador que patrocina este plan de salud

# Distinción Azul

## Atención especializada



Cuando usted o su familia necesitan atención especializada, desean tener acceso a los proveedores que mejor se adapten a sus necesidades. Elegir el médico u hospital adecuado es importante. Algunos médicos y hospitales pueden tener más experiencia en ciertas áreas de atención especializada que otros, lo que puede afectar la calidad y los resultados de la atención que recibe.

Es por eso que las compañías Blue Cross and Blue Shield crearon un programa de reconocimiento nacional, Blue Distinction Specialty Care, para facilitarle la búsqueda de atención de calidad adecuada para usted.

### Reconocer la calidad y el valor

Los hospitales y los médicos son reconocidos a través de Blue Distinction, con dos designaciones disponibles en once áreas de atención especializada:

#### Blue Distinction® Center

Demostrar atención de calidad y experiencia en tratamiento

#### Blue Distinction® Center+

Demostrar una atención más asequible además de atención de calidad y experiencia en tratamiento

- Cirugía Bariátrica
- Cuidado del cáncer\*
- Cuidado cardíaco
- TLMMunoterapia celular – CAR-T\*
- Cuidado de la fertilidad
- Terapia génica\*
- Reemplazo de rodilla y cadera
- Atención de maternidad
- Cirugía de columna
- Tratamiento y recuperación del uso de sustancias\*
- Trasplantes

La calidad es clave. Solo aquellos proveedores que primero cumplan con las medidas de calidad objetivas establecidas a nivel nacional para los Centros Blue Distinction serán considerados para su designación como Blue Distinction Center+.

\*Designación de Blue Distinction Center solamente.

### Evaluación de lo que importa

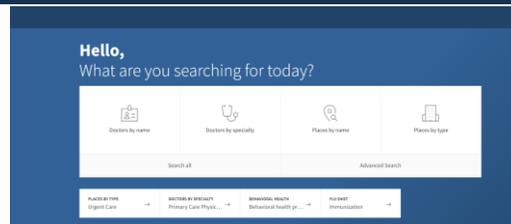
Las designaciones Blue Distinction Center y Blue Distinction Center+ se otorgan a médicos y hospitales en función de una evaluación exhaustiva y objetiva de su desempeño en las áreas que importan la experiencia en atención y tratamiento de mayor calidad. Los proveedores designados por Blue Distinction tienen un historial comprobado de brindar atención de mejor calidad que aquellos sin estos reconocimientos.

### Encontrar un centro de distinción azul cerca de usted

Los Centros Blue Distinction y Blue Distinction Centers+ están disponibles en todo el país, y encontrar uno es fácil. Para localizar un proveedor:

- Visite <https://wa.accessrga.com/find-a-provider>
- Escriba "blue distinction" en la búsqueda de todos o seleccione lugares por tipo y filtre por "Blue Distinction Center"
- Llame al número gratuito que figura en su tarjeta de membresía

Los Centros de Distinción Azul (BDC) cumplieron con las medidas generales de calidad, desarrolladas con aportes de la comunidad médica. Un Plan Local Blue puede requerir criterios adicionales para los proveedores ubicados en su propia área de servicio; para más detalles, póngase en contacto con RGA. Blue Distinction Centers+ (BDC+) también cumplió con las medidas de costos que abordan la necesidad de los consumidores de atención médica asequible. El costo de la atención de cada proveedor se evalúa utilizando datos de su Plan Local Blue. Los proveedores en CA, ID, NY, PA y WA pueden estar en dos áreas de Local Blue Plans, lo que resulta en dos evaluaciones del costo de la atención; y sus propios Planes Azules Locales deciden si una o ambas evaluaciones del costo de la atención deben cumplir con los criterios nacionales de BDC+. Los criterios nacionales para BDC y BDC+ se muestran en [www.bcbs.com](http://www.bcbs.com). Los resultados individuales pueden variar. Para obtener detalles sobre el estado dentro de la red de un proveedor o la cobertura de su propia póliza, comuníquese con RGA y pregúntele a su proveedor antes de hacer una cita. Ni BCBSA ni ningún Plan Blue son responsables de cargos no cubiertos u otras pérdidas o daños que resulten de Blue Distinction u otra información o atención del buscador de proveedores recibida de Blue Distinction u otros proveedores. RGA, licenciario independiente de la BCBSA.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PPSBDRW-06292023

# Extensores de red

Las siguientes ofertas son una extensión de su red de proveedores. El tratamiento hospitalario y residencial puede requerir una autorización previa.

Extensor de red	Centro de atención	Digital y En persona	Estado(s) disponible (s)*	Comencemos
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trastorno por consumo de sustancias</li> <li>• Salud Mental General</li> </ul>	Sí	WA	Llame al 1-866-323-2596 o visite <a href="http://www.eleanorhealth.com">www.eleanorhealth.com</a>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trauma</li> <li>• Trastorno por consumo de sustancias</li> <li>• Soporte LGBTQ</li> <li>• Ambulatorio Intensivo</li> <li>• Terapia Dialéctica Conductual</li> </ul> <p><i>Se especializa en adolescentes y adultos jóvenes</i></p>	Sí	WA, OR, ID, UT	Llame al 1-866-540-1828 o visite <a href="http://www.charliehealth.com">www.charliehealth.com</a>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trastorno por consumo de sustancias</li> <li>• Tratamiento de salud mental</li> </ul>	Sí	WA, OR	Llame al 1-877-361-9611 o visite <a href="http://www.hazeldenbettyford.org">www.hazeldenbettyford.org</a>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atención de urgencias</li> <li>• Atención Primaria</li> <li>• Atención especializada</li> </ul>	Sí	WA, OR, ID	Visite <a href="http://zoomcare.com/schedule">zoomcare.com/schedule</a> o descargue la aplicación para iOS o Android
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visitas a domicilio de atención de urgencia</li> </ul>	No, en persona Solamente	WA, OR, ID	Visite <a href="http://request.dispatchhealth.com">request.dispatchhealth.com</a>

\*Es posible que no esté disponible en todos los condados estatales. Se aplican deducibles y copagos estándar. Charlie Health, Eleanor Health, Haselden Betty Ford, ZoomCare y Dispatch Health son compañías separadas.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](http://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

# Extensores de la Red de Salud Conductual Digital

Las siguientes ofertas solo digitales son una extensión de su red de proveedores y están disponibles en Oregón, Utah, Idaho y condados selectos de Washington.\*

Extensor de red	Centro de atención	Servicios ofrecidos	Para empezar
	<b>Salud mental general</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Depresión</li> <li>• Trastornos de la alimentación</li> <li>• Consumo de sustancias</li> <li>• Sueño</li> <li>• Identificar las luchas</li> <li>• Problemas crónicos</li> <li>• Trauma y dolor</li> <li>• Relaciones, vida saludable</li> </ul>	<p>Asesoramiento y terapia – Encuentre un terapeuta disponible en minutos y envíe mensajes privados (texto, voz y video) el mismo día que se registre para recibir apoyo.</p> <p>Evaluación y manejo de medicamentos- Encuentre un prescriptor psiquiátrico disponible en minutos. Con Talkspace Psychiatry, puede programar una cita por video con un proveedor con licencia en el estado que se especialice en evaluación psiquiátrica.</p>	<p>Regístrese en <a href="https://talkspace.com/partnerinsurance">talkspace.com/partnerinsurance</a></p> <p>Complete la Herramienta de búsqueda de proveedores QuickMatch™</p> <p>Revise sus mejores coincidencias y elija su proveedor personal</p> <p>Programa una sesión introductoria gratuita de 10 minutos o un mensaje de inmediato</p>
	<b>Obsesivo Trastorno compulsivo (TOC)</b>	<p>Conéctese con un terapeuta con licencia capacitado en TOC y Prevención de Exposición y Respuesta (ERP) para sesiones presenciales en vivo.</p> <p>Obtenga apoyo entre sesiones de herramientas de autoayuda personalizadas y comunidades de apoyo entre pares.</p>	<p>Visite <a href="http://www.nocd.com">www.nocd.com</a> o llame al 312- 766-6780</p>
	<b>Trastornos por consumo de sustancias</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trastorno por consumo de opioides (OUD)</li> <li>• Trastorno por consumo de alcohol (AUD)</li> </ul>	<p>Recibir atención ambulatoria para toda la persona coordinada por médicos expertos con experiencia en medicina familiar y psiquiatría.</p> <p>Boulder Care combina medicamentos, entrenamiento entre pares, coordinación de la atención y otras herramientas de recuperación para ayudar a las personas a lograr vidas más felices y saludables.</p>	<p>Visite <a href="http://start.boulder.care">start.boulder.care</a> o llame al (866) 347 -9635</p>

Se aplican deducibles y copagos estándar. Talkspace, NOCD y Boulder son compañías separadas. No disponible en los siguientes condados de WA: Kittitas, Benton, Franklin, Adams, Whitman, Lincoln, Spokane, Stevens, Orielle, Pend, Ferry, Okanogan y Chelan.

# Cobertura nacional para miembros en todos los estados

Cuando usted es miembro de Regence Group Administrators (RGA), tiene la tranquilidad de saber que, dondequiera que esté, puede acceder a sus beneficios del plan de salud.

## Cobertura en todo el país

No importa dónde se encuentre en los Estados Unidos, estará cubierto por su Plan RGA. Si viaja o reside fuera del noroeste del Pacífico (Washington, Oregón, Idaho y Utah), tiene acceso a la red y descuentos de ahorro negociados con proveedores de atención médica en cada estado.

## Cómo acceder a su cobertura nacional:

- Siempre lleve con usted su tarjeta de identificación de RGA con usted.
- Para encontrar médicos y hospitales dentro de la red, inicie sesión en el portal para miembros de RGA en [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione "Buscar un médico u hospital".
- Haga clic en la imagen del estado o región donde desea buscar.
- Ingrese la ciudad, el estado y el código postal donde desea buscar.
- Llame al Equipo de atención al cliente de RGA al **1-866-738-3924** para cualquier precertificación o preautorización requerida.
- Cuando llegue al consultorio u hospital del médico de la red, muéstrelas su tarjeta de identificación de miembro de RGA. El proveedor puede encontrar al dorso de la tarjeta la información y los datos de contacto para preguntar sobre su cobertura de beneficios y para averiguar cómo presentar el reclamo.

## En todo el mundo

No debe tener que pagar por cualquier servicio médico cubierto, excepto los gastos de desembolso directo (servicios no cubiertos, deducible, copago y coaseguro) que normalmente pagaría. Tampoco debe tener que presentar ningún formulario de reclamo.

## Cómo presentar un reclamo en el portal de miembros de RGA:

- 1 Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y luego haga clic en el botón Inicio de sesión de miembro de RGA en la parte superior de la página.
- 2 Después de iniciar sesión en el portal del miembro de RGA, en la parte superior de la pantalla, seleccione "Manage Claims and Deductibles" (Gestionar reclamos y deducibles).
- 3 Seleccione el botón "Submit a Claim" (Presentar un reclamo).
- 4 Para presentar un reclamo, primero deberá adjuntar los siguientes tres (3) documentos:
  1. El formulario de reclamo completado.
  2. La factura detallada de su proveedor de atención médica.
  3. El recibo detallado que muestre la constancia de pago.
- 5 Después de haber presentado su reclamo, puede visitar la página "Manage Claims and Deductibles" (Gestionar reclamos y deducibles) para ver el estado de su reclamo.

**Nota:** Las reclamaciones pueden tardar hasta 30 días en aparecer en su portal de RGA.

En una emergencia, vaya directamente al hospital más cercano.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PETHTRW-06292023

# Beneficios del plan de salud cuando viaja al extranjero

Cuando usted es un miembro de Regence Group Administrators (RGA), tiene la tranquilidad de saber que, dondequiera que esté, puede acceder a sus beneficios del plan de salud.

## En todo el mundo

A través del programa Blue Cross Blue Shield Global Core, usted tiene acceso a médicos y hospitales de todo el mundo.



Antes de salir de los Estados Unidos, verifique sus beneficios internacionales con RGA, ya que la cobertura puede ser diferente fuera del país.



Siempre lleve con usted su tarjeta de identificación de RGA con usted.



Si necesita localizar a un médico u hospital mientras viaja fuera de los EE. UU., llame al Centro de Servicio Blue Cross Blue Shield Global Core al 1-800-810-2583 o llamar a cobrar al 1-804-673-1177 (disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana). Un coordinador de asistencia y un profesional médico organizarán una cita u hospitalización, si es necesario.



Asegúrese también de ponerse en contacto con el servicio de Atención al Cliente de RGA al 1-866-738-3924 para cualquier precertificación o autorización previa necesaria.

## Para la atención hospitalaria organizada por el Centro de Servicio Global:

El Centro de Servicio organizará la facturación directa, lo que significa que el hospital presentará el reclamo en su nombre. No debe tener que pagar por adelantado la atención hospitalaria en los hospitales participantes de Blue Cross Blue Shield Global Care, excepto los gastos de desembolso directo (servicios no cubiertos, deducible, copago y coaseguro) que pagaría usted normalmente.

## Para la atención para pacientes ambulatorios o atención hospitalaria no organizada a través del Centro de Servicio Global:

Es posible que deba pagar por adelantado la atención recibida de un médico u hospital no participante. Para obtener el reembolso, complete un Formulario de reclamo internacional de Blue Cross Blue Shield Global Core, disponible en el sitio web de Blue Cross Blue Shield Global Core ([www.bcbsglobalcore.com](http://www.bcbsglobalcore.com)) y en el Portal del miembro RGA en "Download Member Forms" (Descargar Formularios del miembro). A continuación, envíe el formulario compilado con las facturas al Centro de Servicio Global: la dirección está en el formulario.



La aplicación BCBS Global Core está disponible para dispositivos Apple y Android. Visite la tienda de aplicaciones correspondiente o [www.bcbsglobalcore.com/home/mobileapp/](http://www.bcbsglobalcore.com/home/mobileapp/) para descargar la aplicación más reciente para su dispositivo (pueden aplicarse tarifas de su proveedor de servicios inalámbricos).

En una emergencia, vaya directamente al hospital más cercano.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](http://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PETHTRW-06292022

# Comenzar con su plan de la vista de RGA

## Saber qué está cubierto

Acceda a sus beneficios de la vista en línea desde el portal del miembro de RGA.

*\*Si esta es su primera vez en el portal del miembro, deberá registrarse y crear una cuenta. Asegúrese de tener a la mano su tarjeta de identificación de miembro de RGA.*

- 1 Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione el estado de Washington.
- 2 Seleccione el botón RGA Member Login (Inicio de sesión de miembros de RGA) en la parte superior de la página.  

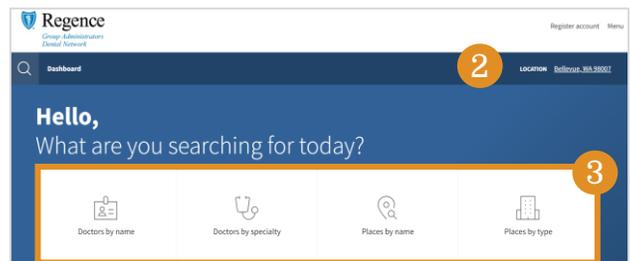
- 3 Después de iniciar sesión en el portal del miembro RGA, puede seleccionar la pestaña “View Coverage” (Ver cobertura) en la barra de navegación superior.
- 4 Luego haga clic en “Benefit Plan Details” (Detalles de los beneficios del plan) y abra su “Vision Benefits Summary” (Resumen de los beneficios de la vista).

## Busque proveedores para su examen de la vista

Inicie sesión en el portal del miembro de RGA para buscar proveedores de atención de la vista en la red de RGA.

**Nota:** La ventaja de usar un proveedor dentro de la red es que facturarán a RGA en su nombre.

- 1 Después de iniciar sesión, seleccione “Find a Doctor” (Buscar médicos) en la pantalla inicial.
- 2 Introduzca un lugar. También puede cambiar a su ubicación actual si selecciona la flecha.
- 3 En el campo al lado de la categoría menú, ingrese **optometría**, **oftalmología** o el nombre de un proveedor específico.



## Presentar su reclamo de atención de la vista

Si recibió un examen de la vista de un proveedor de atención de la vista fuera de la red o compró artículos (anteojos o lentes de contacto), debe enviar un reclamo para obtener el reembolso.

Recopile e incluya recibos que indiquen quién fue el proveedor y cuál fue el servicio que se proporcionó (incluya el diagnóstico y los códigos CPT). Asegúrese de que su proveedor no facture a RGA.

Para presentar su reclamo en nuestro portal:

- 1 Ingrese en el portal del miembro y seleccione “Manage Claims and Deductibles” (Gestionar reclamos y deducibles) en la barra de navegación superior. Desde esta pantalla, desplácese hacia abajo y seleccione el botón azul “Submit a claim” (Presentar un reclamo).
- 2 Complete y envíe el formulario de reclamo digital y cargue sus recibos detallados usando las instrucciones paso a paso que aparecen en la pantalla.

También puede siempre llamar al equipo de atención al cliente de RGA si tiene preguntas, de lunes a viernes de 6:00 a.m. a 6:00 p.m. hora del Pacífico al 1-866-738-3924.

**Descargo de responsabilidad:** Siempre llame al proveedor y al centro, los resultados de la búsqueda pueden incluir centros donde no todos los proveedores del personal están dentro de la red o mostrar centros fuera de la red si algún profesional dentro de la red trabaja en ese centro. Consulte con su proveedor y centro para verificar que sean proveedores dentro de la red.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PVSGSRW-05182023

# Cómo comenzar con su plan de beneficios de farmacia

Usted tiene opciones para tomar el control de su atención: verificar los costos de los medicamentos, encontrar una farmacia dentro de la red, surtir nuevas recetas, ordenar resurtidos y más en línea o sobre la marcha.

## Acceder a sus beneficios

Usted puede conectarse a los beneficios de su farmacia mediante su portal de miembros de RGA al visitar [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccionar Washington.

- 1 Inicie sesión en su cuenta de RGA, seleccione "Explore Your Benefits" (Explorar sus beneficios) y luego seleccione "Connect to Your Drug Plan" (Conectarse con su plan de medicamentos).
- 2 La primera vez que visite el sitio web del gerente de beneficios de la farmacia, necesitará crear una cuenta. Tenga en cuenta que si tiene una cuenta de RGA, necesitará crear una cuenta separada para este sitio web. Asegúrese de tener a la mano su tarjeta de identificación de miembro de RGA.
- 3 Una vez que haya iniciado sesión, puede administrar su perfil, descubrir maneras de ahorrar y ver su historial de recetas, incluyendo hasta 24 meses de todas las recetas procesadas a través de sus beneficios de farmacia.

## Encuentre farmacias en su red

Su administrador de beneficios de farmacia ofrece una amplia red nacional de más de 68,000 farmacias participantes en todo Estados Unidos.

Encuentre una farmacia dentro de la red cerca de usted yendo al "Localizador de farmacias" en el sitio web del administrador de beneficios de farmacia. Busque usando su código postal actual o ciudad y estado, y limite los resultados por farmacias específicas.

Puede surtir una receta y usar sus beneficios de farmacia en cualquier farmacia que forme parte de la red minorista.

## Conozca su cobertura

Averigüe si un medicamento está cubierto por su plan y cuánto costará utilizando la herramienta Check Drug Cost & Coverage, donde también puede encontrar oportunidades de ahorro de medicamentos e inscribirse para recibir notificaciones por correo electrónico cuando haya una receta de menor costo disponible.

### Sugerencia útil

Escanee este código QR y cargue la aplicación móvil de su plan de farmacia. Escanee su receta para surtirla, reciba recordatorios de resurtido, sepa cuándo su medicamento está disponible en la farmacia y lleve consigo su tarjeta de identificación y su lista de medicamentos.



Si tiene preguntas sobre sus beneficios de farmacia o necesita ayuda para acceder a sus beneficios de farmacia, llame al número de beneficios de farmacia que se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro de RGA.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visit [accessrga.com](https://accessrga.com) and select Washington to log in to your RGA account

# Consejos útiles de recetas y farmacias

Si su farmacia no puede surtir su receta o procesar sus beneficios de farmacia, consulte estas preguntas para ayudarlo a determinar la fuente del problema y la posible solución.

## ¿Tiene la farmacia su información más actualizada?

Asegúrese de mostrar su tarjeta de identificación de miembro de RGA actual cada vez que surta una receta. La farmacia puede tener una tarjeta de identificación incorrecta o antigua en el archivo. Además, asegúrese de que la farmacia esté usando el número RxID (Identificación de la receta) en la parte frontal de su tarjeta de identificación y no su número de identificación de empleado. Si la farmacia necesita ayuda, puede comunicarse con el número de Beneficios de farmacia que aparece al dorso de su tarjeta de identificación.

## ¿Necesita una autorización previa para la receta?

Su médico puede recetar medicamentos que necesiten una autorización previa debido al formulario (lista de medicamentos cubiertos) de su plan. En esos casos, su médico tendrá que solicitar una autorización previa, ya sea por teléfono o por fax.

Informaremos a usted y a su médico después de que se revise la información proporcionada a fin de determinar si el medicamento cumple con los criterios de cobertura de su plan. Si se aprueba la autorización previa, la farmacia surtirá su receta.

Si su médico cambia la dosis o la frecuencia de su receta, o aumenta el número de resurtidos, su médico puede necesitar volver a autorizar su receta antes de que la farmacia pueda surtirla.

## ¿Cubre su plan la receta?

Algunas recetas pueden estar excluidas de su plan, incluso las que ha surtido antes, si ha habido un cambio en un formulario o lista de medicamentos cubiertos. Llame al número de Beneficios de farmacia al dorso de su tarjeta de identificación para determinar si su receta está cubierta actualmente. Si no es así, un medicamento genérico equivalente o similar puede estar disponible para que usted los surta. En algunos casos, es posible que se necesite una nueva receta de su médico.

Si sigue experimentando algún problema, o si necesita una receta de inmediato y sus beneficios se ven denegados en la farmacia, póngase en contacto con nuestro equipo de Atención al Cliente llamando al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro. Estamos disponibles de 6:00 a.m. a 6:00 p.m. hora del Pacífico, de lunes a viernes.



# Regence

*Group Administrators*

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PECHHRW-09022023

# Medicamentos de especialidad

Si está tomando o se le receta un medicamento especializado, un miembro de nuestro equipo de Apoyo con medicamentos puede comunicarse con usted para ayudarlo a recibir el medicamento a un menor costo.

## Programa de administración de medicamentos especializados

Nuestro equipo de Apoyo de medicamentos especializados trabaja para hacer la transición de los medicamentos especializados a un menor nivel de atención, donde y cuando sea seguro hacerlo.

La transición a un nivel de atención más bajo significa que recibirá el mismo tratamiento, con apoyo clínico adecuado, a un costo menor y, a menudo, en un lugar más conveniente, como un sitio de infusión independiente o su hogar.

Si bien no todos los medicamentos son apropiados para este programa, nuestro equipo busca continuamente los que lo son. Si existe la oportunidad de hacer la transición de su atención a un nivel inferior, nuestro equipo de Apoyo de medicamentos especializados coordinará con usted y su proveedor para que su tratamiento no se interrumpa.



### ¿Qué es un medicamento especializado?

Los medicamentos especializados se administran como infusión o inyección y se utilizan para tratar condiciones crónicas y complejas. A pesar de que no hay muchos de ellos, pueden ser costosos, ya que requieren un manejo especial y la supervisión de un profesional calificado de atención médica.



# Regence

*Group Administrators*

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PECHTH-06152023

# Su Cuenta de ahorros para la salud (HSA)

Con una HSA de HealthEquity, sus contribuciones, intereses y crecimiento están libres de impuestos. Si tiene un plan de salud de deducible alto que califica, una HSA puede ayudarlo a pagar los gastos médicos, dentales y de la vista que califiquen. También tiene opciones para invertir.

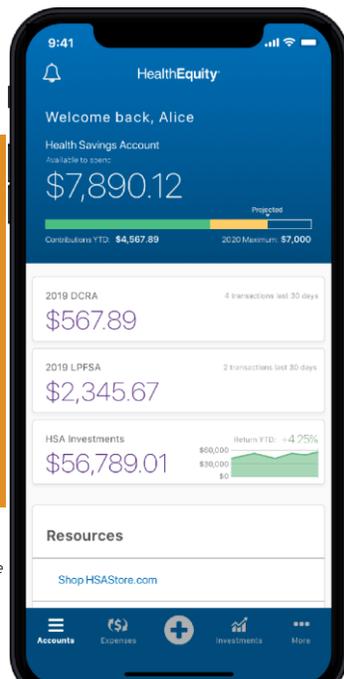
Para comenzar a ahorrar, acceda a sus beneficios de HealthEquity a través del portal RGA ingresando a [accessrga.com](https://accessrga.com).



Busque su paquete de bienvenida por correo postal. Vendrá directamente de **HealthEquity**

## Administrar su cuenta desde cualquier lugar

Aproveche el cómodo acceso con la aplicación móvil de HealthEquity, disponible en Apple Store y Google Play.



*Nota: La pantalla de su aplicación podría ser distinta al ejemplo que se muestra aquí. Se mostrará información diferente según su plan de salud.*

Si necesita ayuda para acceder o usar sus fondos de la HSA, comuníquese con el Equipo de Servicios para Miembros de HealthEquity al 1-866-346-5800 o [memberservices@healthequity.com](mailto:memberservices@healthequity.com).

## Acceder a sus beneficios

Puede acceder a sus beneficios de HealthEquity a través de su portal RGA yendo a [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccionando Washington.

1

Inicie sesión en su cuenta de RGA, seleccione "Explore Your Benefits" (Explorar sus beneficios) y luego seleccione "Manage your Flex Spending or Health Savings Account" (Administrar su cuenta de gastos flexibles o cuenta de ahorros para la salud). Esto le llevará al sitio web de HealthEquity.

2

La primera vez que visite [HealthEquity.com](https://HealthEquity.com), tendrá que crear una cuenta. Considere que, incluso si tiene una cuenta de RGA, tendrá que crear una cuenta separada para [HealthEquity.com](https://HealthEquity.com).

3

Haga clic en "Login" (Iniciar sesión) y seleccione "HealthEquity" en el menú desplegable de la esquina superior derecha.

4

Haga clic en "Create username and password" (Crear nombre de usuario y contraseña). HealthEquity le guiará por el resto.

5

Desde su portal de miembros de HealthEquity, puede ver el saldo y los detalles de su cuenta, pagar a un proveedor, hacer contribuciones, cargar documentación, descargar declaraciones y formularios, y hacer un seguimiento de sus inversiones.

## Maximizar sus ahorros

6

Maximice sus ahorros de salud ahora y en el futuro. Visite <https://healthequity.com/learn/hsa/> para determinar sus posibles ahorros fiscales y saldos futuros, y para aprender acerca de sus opciones de inversión y en qué puede gastar sus fondos.



# Regence

## Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

HealthEquity es una compañía separada que presta servicios de salud orientados al consumidor a miembros de RGA

©2023, Regence Group Administrators

PHSGSRW-06292023

# Haga rendir sus dolares de medicamentos recetados en su plan de salud de deducible alto

Con un plan de salud de deducible alto (HDHP), usted es responsable de pagar el costo total de sus gastos médicos y de medicamentos recetados que califiquen hasta que alcance el deducible. A continuación se presentan algunas maneras de hacer que los viajes a la farmacia sean menos costosos.



## Pregúntele a su médico o farmacéutico sobre opciones genéricas menos costosas.

Los medicamentos genéricos son tan efectivos como los de marca. Tienen la misma potencia, dosis, seguridad y calidad que sus equivalentes de marca, y pueden costar hasta 80% menos.



## Maximice sus contribuciones a la HSA.

Para ahorrar lo máximo que pueda a lo largo del tiempo, asigne el monto máximo de contribución para cada año fiscal, según lo determine el IRS.



## Use el servicio de pedidos por correo para medicamentos de mantenimiento.

Si usted está tomando un medicamento de mantenimiento, por lo general puede obtener un suministro de 90 días por el costo de un suministro de 60 días mediante el uso de un servicio de pedidos por correo.



## Compare precios.

Pruebe las herramientas de comparación de costos en línea, como Healthcare Bluebook, para ayudarle a encontrar un precio justo para los medicamentos en su área.



## Deje dinero en su Cuenta de ahorros para la salud (HSA) al final del año.

Sus fondos de HSA se transferirán de un año del plan a otro. Le permite libertad de maniobra al dejar fondos en su cuenta al final del año para usarlos al principio del próximo año, antes de que comiencen sus contribuciones. De esa manera, evitará pagar impuestos sobre sus gastos médicos calificados.



# Regence

*Group Administrators*

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PERXPDRW-06292023

# Cómo presentar un reclamo a RGA

Si recibe servicios médicos, dentales o de la vista de un proveedor fuera de la red (OON), se le puede pedir que pague los cargos por adelantado. En algunos casos, el profesional de atención médica OON presentará el reclamo por usted; sin embargo, no están obligados a hacerlo.

Si el procedimiento/servicio está cubierto en virtud de sus beneficios fuera de la red disponibles del plan (sujeto a cualquier deducible o copago aplicable), usted puede ser elegible para un reembolso.

Para presentar un reclamo de reembolso, elija la opción a continuación que se adapte más a usted:



## Opción 1: Presentación electrónica

### A DocuSign

- 1 Ingrese a <https://wa.accessrga.com/news-and-resources/member-forms>
- 2 Desplácese hasta **Member Reimbursement Claim Form (Formulario de reclamo de reembolso al miembro)** y haga clic en **Complete Online (Completar en línea)**
- 3 Complete y envíe el formulario y una copia de su recibo detallado o factura a través de DocuSign

- OR -

### B Portal del miembro de RGA

- 1 Inicie sesión en el portal del miembro: <https://mportal.accessrga.com/login?context=rgawa>
- 2 En el portal del miembro, haga clic en **Manage Claims & Deductibles (Manejar reclamos y deducibles)**, haga clic en **Submit a Claim (Presentar un reclamo)**, y siga las instrucciones; asegúrese de cargar también una copia de su recibo detallado o factura



## Opción 2: Presentación en papel

- 1 Ingrese a <https://wa.accessrga.com/news-and-resources/member-forms>
- 2 Desplácese hasta **Member Reimbursement Claim Form (Formulario de reclamo de reembolso al miembro)** y haga clic en **Download pdf (Descargar pdf)**
- 3 Complete el formulario en un software compatible con archivos en formato PDF, como Adobe Reader o Acrobat.
- 4 Utilice una de las opciones de envío a continuación:

**A Envíe por fax** el formulario completado y una copia de su factura y/o recibo detallados al: **866-458-5488**

- OR -

**B Envíe por correo postal** el formulario completado con una copia de su factura o recibo detallados a:  
**RGA**  
**Attn: Claims Department**  
**PO Box 85008**  
**Bellevue, WA 98015-5008**

## IMPORTANTE:

Recuerde que su presentación de reclamos debe incluir los siguientes códigos para evitar retrasos o denegaciones. Estos datos se pueden localizar a menudo en el estado de facturación del proveedor:

- Códigos de procedimiento o servicio (CPT o HCPC)
- Códigos de diagnóstico (en formato ICD)
- Número NPI del proveedor
- Número de identificación fiscal (TIN) del proveedor

**Tenga en cuenta: Los reclamos pueden tardar hasta 25 días en aparecer en su portal de RGA.**

Todos los reclamos para reembolso se deben enviar en el plazo de un año a partir de la fecha en que se prestó el servicio.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://wa.accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PECHTH-06152023

# Cómo registrarse para EOB electrónicas

La Explicación de beneficios (Explanation of Benefits, EOB) es un documento que se genera cuando RGA procesa un reclamo presentado por usted o su proveedor de atención médica. Las EOB pueden ayudarle a entender mejor cómo funciona su plan de salud. Puede recibirlas por correo postal, pero también puede acceder a estas de manera electrónica.

## Deje de usar papel

- 1 Visite [accessrga.com](https://accessrga.com), elija Washington y haga clic en el botón “RGA Member Login” (Inicio de sesión de miembros de RGA) en la parte superior de la página.
- 2 Inicie sesión en su portal del miembro y seleccione el ícono del perfil situado en la parte superior derecha.
- 3 Seleccione “Communication Preferences” (Preferencias de comunicación) en el menú desplegable.
- 4 Seleccione “Email” (Correo electrónico) en las preferencias de comunicación de EOB.
- 5 Una vez que se inscriba, comenzará a recibir avisos de EOB en su correo electrónico después del procesamiento completo de su reclamo de servicios de atención médica. Serán de Healthcare Management Administrators con el asunto “New Explanation of Benefits Available to View” (Nueva explicación de beneficios disponible para ver). Este mensaje por correo electrónico es solo un aviso de que tiene un EOB disponible para que lo vea en su portal del miembro.

## Acceda a sus EOB en línea

- 1 Visite [accessrga.com](https://accessrga.com), elija Washington y seleccione el botón RGA Member Login (Inicio de sesión de miembros de RGA) en la parte superior de la página
- 2 Inicie sesión en el portal del miembro y seleccione “Manage Claims and Deductibles” (Gestionar reclamos y deducibles) en la barra de navegación superior.
- 3 Desplácese hacia abajo y haga clic en un número de reclamo con un estado de reclamo de “Complete: Paid” (Completar: pagado)
- 4 Seleccione “Download Explanation of Benefit” (Descargar Explicación de beneficios)
- 5 Se descargará una versión en PDF.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PEEEERW-06292023

# Entender su Explicación de beneficios (EOB)

## ¿Qué es una Explicación de beneficios?

Comúnmente conocida como una “EOB”, el documento Explicación de beneficios se genera cuando RGA procesa un reclamo presentado por usted o su proveedor de atención médica. La EOB no es una factura, simplemente explica cómo se aplican sus beneficios del plan de salud a un reclamo particular.

## ¿Qué debo hacer con esta información?

Cada vez que reciba una EOB, revísela detalladamente y compárela con la factura o declaración de su proveedor de atención médica. Si tiene alguna pregunta, la información de contacto de RGA figura en la primera página de cada EOB. Al final del documento, se incluye información sobre sus derechos de apelación.

## Cómo leer su EOB

Su EOB contiene mucha información. Una EOB tiene tres partes importantes:

- Un resumen de actividad que muestra los reclamos procesados entre las fechas de tratamiento, descuentos y ajustes, cantidades no cubiertas, qué paga el plan, cantidad adeudada y la cantidad ahorrada.
- Una sección de desglose de reclamos fácil de leer muestra explicaciones detalladas y códigos de razones. Aquí verá más información sobre qué se pagó, cualquier copago y cuál puede ser su responsabilidad de pago.
- Las últimas secciones, My Spend and Family Spend (Mi gasto y el gasto de mi familia), muestran cuánto del reclamo se aplicó a su deducible. También muestra la cantidad restante necesaria para alcanzar su deducible, así como cuán cerca está de su máximo de desembolso directo para el año.

Page 2 of 3  
THIS IS NOT A BILL

**SUMMARY OF ACTIVITY**

This covers claims processed between 05/12/2023 – 06/13/2023

<b>Total Billed Amount</b>	\$193.52	This is the total amount of charges during this period.
<b>Discount &amp; Adjustments</b>	\$85.09	Sample Plan Administrators negotiates discounts with health care professionals and facilities to help you save money.

Page 3 of 3  
THIS IS NOT A BILL

**DETAILED CLAIM BREAKDOWN FOR JOHN SAMPLE**

Provider: DOCTOR DOCTOR MD  
Claim #: 000000-01

Date & Type of Service	Amount Billed	Member Discount	Amount Not Covered	Reason Code	Amount Covered Insurance	Other Insurance Paid	Paid		Patient Responsibility			
							Paid At	What Your Plan Paid	Deductible Amount	Co-Insurance Amount	Co-pay Amount	
05/12-06/13/2023 LABORATORY	\$185.00	\$85.09	\$0.00	PD	\$99.91	\$0.00	80%	\$79.93	\$0.00	\$19.98	\$0.00	
05/12-06/13/2023 ADMINISTRATION FEES	\$5.00	\$0.00	\$0.00	SF	\$5.00	\$0.00	100%	\$5.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	
05/12-06/13/2023 ADMINISTRATION FEES	\$3.52	\$0.00	\$0.00	SF	\$3.52	\$0.00	100%	\$3.52	\$0.00	\$0.00	\$0.00	
<b>TOTALS</b>	<b>\$193.52</b>	<b>\$85.09</b>	<b>\$0.00</b>		<b>\$108.43</b>	<b>\$0.00</b>			<b>\$0.00</b>	<b>\$19.98</b>	<b>\$0.00</b>	
							COB Credit:	\$0.00				
							Adjustments:	\$0.00				
							Plan Paid:	\$88.45	Amount You May Owe:	\$19.98		

**Reason Code/Description**

PD PREFERRED PROVIDER DISCOUNT. THE PATIENT IS NOT RESPONSIBLE FOR THIS AMOUNT.  
SF BLUECARD ACCESS FEE. FOR INTERNAL USE ONLY.

**My Spend**

Out-of-Pocket MedicalRx - In-Network  
2023  
\$90.00 Used / \$6280.00 Remaining  
TOTAL AMOUNT: \$6,350.00

**My Spend**

Deductible Medical - In-Network  
2023  
\$237.55 Used / \$782.45 Remaining  
TOTAL AMOUNT: \$1,000.00

Out-of-Pocket MedicalRx - In-Network  
2023  
\$1330.23 Used / \$5019.77 Remaining  
TOTAL AMOUNT: \$6,350.00

**Family Spend**

Deductible Medical - In-Network  
2023  
\$237.55 Used / \$2782.45 Remaining  
TOTAL AMOUNT: \$3,000.00

Out-of-Pocket MedicalRx - In-Network  
2023  
\$1420.23 Used / \$11279.77 Remaining  
TOTAL AMOUNT: \$12,700.00

For current and up-to-date accumulators, please visit the member portal online!



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PEEHTRW-09022022



# Ofertas y descuentos para miembros

Como miembro de RGA, usted tiene acceso a muchos descuentos en programas, productos y servicios para ayudar a apoyar su salud y bienestar y de su familia. A continuación se muestran algunos ejemplos.



## Descuentos para acondicionamiento físico

Acceso a un programa de membresía en un gimnasio desde \$28 al mes hasta Active&Fit Direct que también



## Servicios de fertilidad

Guardar entre 10%-40% en servicios de fertilidad, incluye IUI y IVF tratamiento, servicios de pruebas genéticas y fertilidad medicamentos.



## Servicios de planificación de comidas

Envío gratuito (\$14.95 valor), comidas nutritivas recién preparadas para usted o sus seres queridos con Mom's Meals NourishCare®.



## Atención de la vista

Ahorre en corrección de la vista con láser, lentes de contacto y anteojos con QualSight LASIK y Zenni Optical.



## Servicios de planificación funeraria

Ahorre el \$50 de la cuota de inscripción y consigue ayuda tomar sobre temas funerarios..



## Refinanciamiento de préstamos estudiantiles

Solución integral para ayudar a los prestatarios a reducir su deuda refinanciando y consolidando sus préstamos estudiantiles.



## Audífonos

Descuentos en audífonos a través de TruHearing y Amplifon



## Ahorro inteligente de Walgreens

Acceda al 20% en descuentos en productos elegibles de salud y bienestar de venta libre de la marca Walgreens.



## Productos para el alivio de la alergia

20% de descuento en productos para el alivio de alergias no farmacológicos (como almohadas, filtros de aire, productos de limpieza y más) de National Allergy Supply.



## Tienda de productos de Fitbit

Ahorra hasta un 30 % en dispositivos Fitbit, accesorios y Fitbit Premium.



## Planes de bienestar para mascotas

Sin cuota de inscripción para Optimum Wellness Plans en Banfield Pet Hospitals (dentro de PetSmart).

## ¿Cómo acceder a sus ofertas y descuentos?

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington. Login (Inicio de sesión de miembros de RGA) en la parte superior de la página. Después de iniciar sesión en su cuenta de RGA, seleccione "Explore Your Benefits" (Explore sus beneficios) y luego seleccione "Health & Wellness Discounts" (Descuentos de salud y bienestar).



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PDDMFRW-08112023

Las ofertas y descuentos son proporcionados por compañías separadas a los miembros de RGA. Estas empresas no ofrecen productos o servicios de BlueCross BlueShield y son las únicas responsables de sus productos o servicios.

# Línea de Asesoramiento de enfermería las 24 horas

Obtenga respuestas a sus preguntas de salud urgentes.



El consejo rápido y experto está a solo una llamada de distancia.

- *¿Es mi dolor en el pecho una señal de un ataque al corazón?*
- *¿Qué es mejor para un músculo adolorido, el calor o el frío? ¿Calor o hielo?*
- *¿Ameritan los calambres en el estómago y la sudoración un viaje a la sala de emergencia?*

Todos hemos tenido preguntas como estas. Ahora puede obtener respuestas confiables cuando llame a la línea de asesoramiento de enfermería. Es su conexión durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana con nuestro equipo clínico de enfermeros, siempre que tenga un problema de salud inesperado. Además, está disponible sin ningún costo para usted.

**Llame a cualquier hora del día o de la noche y un experto estará allí para responder a sus preguntas sobre:**

- Medicamentos
- Pruebas y procedimientos médicos
- Cómo tratar lesiones inesperadas (torceduras de tobillos, huesos rotos, etc.)
- Cuidar de una enfermedad crónica
- Saber cuándo tratar una situación en el hogar o cuándo hay que acudir a la sala de emergencias



**Absolutamente confidencial e incluido como parte de su plan de salud.**

Obtenga respuestas a sus preguntas de salud al llamar al **1-800-807-1370**. Disponible en inglés, español y otros idiomas.

**Consejo rápido:** Escanee este código QR con su teléfono inteligente para guardar el número de teléfono en sus contactos.



*Group Administrators*

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

Carenet Health es una compañía separada que proporciona servicios de línea de asesoramiento de enfermería para los miembros de RGA.

©2023, Regence Group Administrators

PNLMFRW-06292023

# Programa de maternidad

## Planifique más. Preocúpese menos.

El Programa de maternidad de RGA le proporciona recursos y apoyo para un embarazo saludable y un bebé sano.

La asesoría individual de una enfermera de maternidad con experiencia está a solo una llamada telefónica o un clic de distancia. Regístrese hoy con [MommyTrax.com](https://mommytrax.com) para:

- Responder cualquier pregunta que tenga entre consultas con su médico.
- Ayudarle a enfrentar los síntomas comunes del embarazo, como el malestar matutino.
- Identificar posibles complicaciones del embarazo o signos de parto prematuro.
- Ayudarle a mantener una salud óptima durante su embarazo, especialmente con respecto al manejo del estrés, la nutrición y la actividad física.
- Apoyarla después de que su bebé nazca con preocupaciones que pueda tener acerca de la alimentación del bebé, la depresión posparto o la transición al trabajo.

Este programa es completamente confidencial y se incluye como parte de su plan de salud.

Visite [mommytrax.com](https://mommytrax.com) para inscribirse en el Programa de maternidad de RGA.



Inscríbese hoy y reciba...

Vitaminas prenatales y un libro sobre cómo administrar el embarazo, el parto y su recién nacido. Los participantes también reciben una tarjeta de regalo de Amazon de \$50 al finalizar el programa.



## Regence

*Group Administrators*

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

MommyTrax es una compañía separada que presta servicios de programas de maternidad a miembros de RGA.

©2023, Regence Group Administrators

PMTMFRW-06292023

# Telesalud con MDLIVE



Atención médica | Salud conductual

## Conéctese con un médico, terapeuta o psiquiatra en su horario, en cualquier momento y en cualquier lugar.

Consulte a un médico certificado por la junta las 24 horas del día, los 7 días de la semana por teléfono, video seguro o a través de la aplicación MDLIVE. Las citas de terapia y psiquiatría se pueden programar con días de anticipación en lugar de meses de anticipación con la mayoría de los proveedores.

Cuando no se siente bien, entrar al consultorio de un médico puede ser un verdadero dolor... desde faltar al trabajo o levantarse del sofá, a quedarse atascado en la sala de espera de atención de urgencia. Con su beneficio de telesalud, puede ahorrar tiempo y dinero al consultar a médicos de MDLIVE para afecciones que no sean de emergencia. Los médicos de MDLIVE pueden incluso enviar una receta a su farmacia más cercana (si es necesario). A continuación se indican algunas de las situaciones que pueden tratar los médicos de MDLIVE..

Las afecciones médicas comunes incluyen:

- Alergias
- Resfrío/Gripe
- Estreñimiento
- Tos
- Diarrea
- Problemas del oído
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Picaduras
- Náuseas/Vómitos
- Conjuntivitis
- Erupción
- Dolor de garganta
- Problemas urinarios/infecciones del tracto urinario

Salud conductual y psiquiatría:

- Adicciones
- Ansiedad
- Problemas en niños y adolescentes
- Depresión
- Cómo hacer frente a la pérdida y al dolor
- Asesoramiento y orientación para padres
- Trastornos de pánico

## Comience con MDLIVE

### Regístrese en el portal de miembros de RGA

1. Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington.
2. Seleccione el botón RGA Member Login (Inicio de sesión de miembros de RGA) en la parte superior de su pantalla
3. Inicie sesión en su portal de miembro o cree una cuenta en pocos minutos al seleccionar "Create an account" (Crear una cuenta) al pie de la pantalla de inicio de sesión.
4. Una vez haya iniciado sesión, desplácese hacia abajo de su panel de inicio en "Explore Your Benefits" (Explore sus beneficios) y seleccione el ícono etiquetado "See a doctor now" (Consultar a un médico ahora) para acceder a MDLIVE.

### O regístrese con un asistente de salud virtual



Les presento a Sophie, ¡su asistente de salud virtual! Sophie hace que crear una cuenta sea rápido y fácil usando su teléfono inteligente. Consulte a un médico en minutos, ¡en cualquier momento, en cualquier lugar!

Envíe un mensaje de texto a Sophie en **RGA** al **635483** y siga el enlace para registrarse. También puede activar su cuenta o hable con un médico ahora en [www.mdlive.com/rga](https://www.mdlive.com/rga) o llame al **1-877-596-8826**.



Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

MDLIVE es una compañía separada que presta servicios de telesalud a miembros de RGA.

©2023, Regence Group Administrators

PMBGSRW-06292023

MDLIVE podría no estar disponible en determinados estados y está sujeto a normas estatales. MDLIVE no reemplaza al médico de atención primaria, no es un producto de seguro y podría no sustituir la atención en persona en todos los casos o en todas las afecciones. MDLIVE no receta sustancias controladas por la DEA y no puede recetar medicamentos no terapéuticos ni otros medicamentos que puedan ser perjudiciales a causa de su potencial de abuso. MDLIVE no garantiza que los pacientes recibirán una receta. Los profesionales de la atención médica que utilizan la plataforma tienen el derecho de denegar la atención si según su criterio profesional un caso no es apto para fines de telesalud o si sus servicios pueden ser utilizados indebidamente. MDLIVE y el logotipo MDLIVE son marcas registradas de MDLIVE, Inc. y no pueden utilizarse sin permiso por escrito. Para consultar las condiciones de uso completas visite <https://www.mdlive.com/terms-of-use/>.

# Experiencia de compra de atención médica personalizada

## Compre y compare los costos del procedimiento



El lugar en el que busca atención médica es importante. Lo ayudamos a tomar decisiones informadas sobre sus opciones de atención médica. No tiene que pagar de más para recibir atención de calidad.

Su plan proporciona acceso gratuito a Healthcare Bluebook, lo que facilita la comparación de los costos estimados de los procedimientos entre los centros, incluido el importe de su deducible personal y el costo compartido del desembolso directo.

En cuestión de minutos, puede encontrar entre cientos y miles de dólares en ahorros con una simple búsqueda de más de 500 servicios (todos los servicios incluidos 1/1/2024) y recibir sus beneficios personalizados y el estimado de desembolso directo adaptado a su plan de salud.

### ¿Qué es Fair Price (precio justo)?

Fair Price (precio justo) es el monto razonable que debe esperar pagar por un procedimiento o servicio médico.

#### CLASIFICACIÓN DE COSTOS



Al precio justo o por debajo de él



Ligeramente por encima del precio justo



El precio más alto

Healthcare Bluebook usa los signos de color verde, amarillo y rojo para guiarlo hacia centros FairPrice™ (verde).

### Estimación de costos fácil de entender

Vea el ejemplo de la página siguiente, que muestra una gran diferencia de precio y un estimado del costo de desembolso directo.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

Healthcare Bluebook es una empresa separada que brinda servicios de navegación de calidad y costo para los miembros de RGA

©2023, Regence Group Administrators

PBBSEW-05162023

# Sepa a dónde ir

Ahorre tiempo y dinero eligiendo la ubicación correcta cuando sucede algo inesperado. Más de la mitad de las visitas a la sala de emergencias son por asuntos que no son de emergencia.

## Telesalud o proveedor de atención primaria



\*Pregunte si su proveedor de atención primaria ofrece atención virtual

Fiebre leve	Tos	Migraña	Dolor de garganta	Náuseas, vómitos y diarrea	Picaduras de animales o insectos
Infección del tracto urinario	Resfrío, gripe y síntomas de alergia	Conjuntivitis	Sarpullidos y otras afecciones de la piel	Dolor de oído	Salud mental

## Atención de urgencia



Cortes y suturas menores	Quemaduras menores	Esguinces y desgarros
--------------------------	--------------------	-----------------------

## Sala de emergencias



Lesiones en la cabeza	Dolor de pecho o dificultad para respirar	Fiebre alta	Intoxicación o sobredosis de drogas	Quemaduras graves	Traumatismos importantes
Heridas abiertas y sangrado que no se detiene	Confusión o cambios repentinos en el estado mental	Dolor abdominal grave (de estómago)	Tos o vómitos con sangre	Problemas relacionados con el embarazo y fiebre en recién nacidos	Entumecimiento, debilidad o parálisis repentinos

Estas son clínicas establecidas dentro de tiendas minoristas y farmacias. Ofrecen **Clínicas minoristas sin cita previa** servicios limitados, pero generalmente pueden proporcionar atención básica para:

- Síntomas de resfriado y gripe
- Fiebre leve
- Cortes menores
- Condiciones de la piel
- Dolor de garganta

### Utilizing Urgent Care

Cuando surgen accidentes y enfermedades, esté preparado y sepa qué proveedores de atención de urgencia son parte de su red. Los servicios de atención de urgencia son menos costosos que los servicios de la sala de emergencias, y pueden proporcionar atención en el momento, excepto para afecciones más complejas. Use el cuadro de arriba como orientación para conocer el nivel de atención adecuado para su enfermedad. Saber qué servicios están disponibles en su comunidad antes de necesitarlos le permitirá a usted y su familia enfocarse en obtener la atención que necesita para comenzar a sentirse bien.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PEGTUERW-06292023

# Lo que necesita saber acerca de pagar por su atención médica

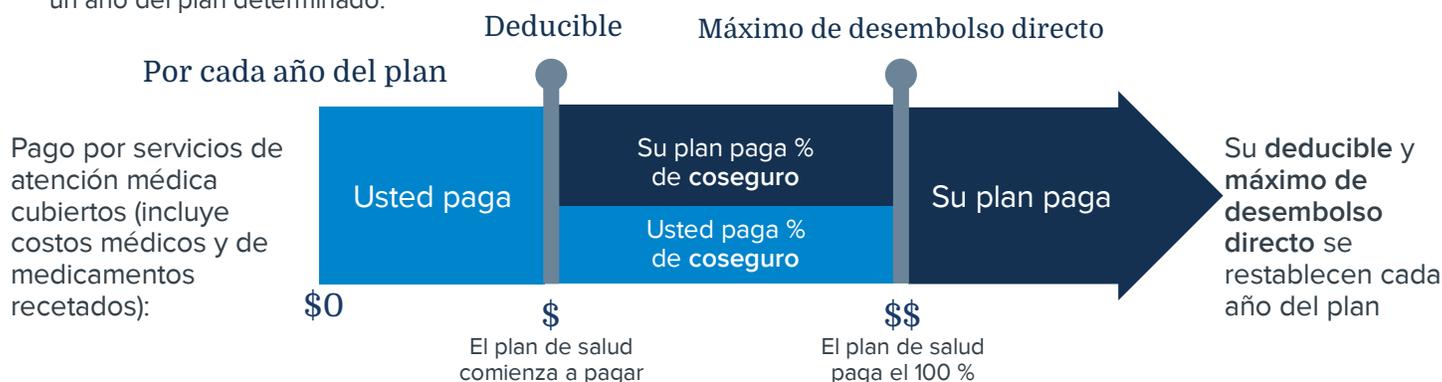
## Términos clave

Su **copago** es la cantidad fija que usted paga por un servicio de atención médica cubierto. Esto generalmente se paga en el momento en que recibe el servicio. El monto en dólares puede variar según el tipo de servicio (visita al consultorio médico versus visita a la sala de emergencias).

Su **máximo de desembolso directo** es lo máximo que pagará por los servicios de atención médica cubiertos en un año del plan determinado.

Su **deducible** es la cantidad que paga por servicios de atención médica cubiertos antes de que su plan de salud comience a contribuir. *Nota: Por lo general, los servicios preventivos como exámenes de bienestar y exámenes preventivos no están sujetos al deducible.*

Su **coseguro** es el porcentaje que usted paga por los servicios de salud cubiertos después de que haya alcanzado su deducible.



## Viaje de atención médica de Joe



Joe hace una cita con su médico para su examen de bienestar anual. Los servicios preventivos están cubiertos al 100 % (dentro de la red) y se exime el deducible. Eso significa que Joe no tiene que pagar nada.



Unos meses más tarde, Joe necesita una radiografía. Todavía no ha alcanzado a su **deducible** para el año del plan, por lo que tiene que pagar el monto total.



Es temporada de gripe y Joe no se siente bien. Programa una cita con su médico. Cuando ingresa al consultorio, paga un **copago**.



Más tarde en el año, el apéndice de Joe reventó y necesitó una cirugía de emergencia. Ya ha alcanzado su deducible, por lo que solo tiene que pagar su parte del **coseguro** hasta que alcance el **máximo de desembolso directo**. A partir de ese momento, su plan de salud pagará el resto.



Si Joe se enferma de nuevo antes del final del año del plan, su plan de salud pagará el 100 % de los servicios cubiertos.



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

PEGPHRW-06292023

# Aspectos básicos del cuidado preventivo

La atención y los servicios preventivos pueden ayudarle a prevenir y evitar enfermedades graves. La capacidad de su médico para diagnosticar y tratar los trastornos de salud y las enfermedades en sus primeras etapas mejora con la atención preventiva.

## Servicios preventivos

La mayoría de los planes de salud incluye cobertura para ciertos servicios preventivos cuando se visita un proveedor que forma parte de la red. Los beneficios de atención preventiva varían con la edad y el historial de salud personal. **Utilice la tabla a continuación para iniciar una discusión con su médico sobre lo que es adecuado para usted con respecto a sus servicios preventivos y exámenes de detección.\***

### Atención preventiva general para discutir en todas las edades

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Presión arterial                                   | <input type="checkbox"/> Examen físico   | <input type="checkbox"/> Evaluación de riesgos de estilo de vida    |
| <input type="checkbox"/> Detección de la diabetes                           | <input type="checkbox"/> Visión cada 2 años  | <input type="checkbox"/> Detección del abuso de alcohol             |
| <input type="checkbox"/> Detección de colesterol                            | <input type="checkbox"/> Limpieza dental 1-2 veces al año                              | <input type="checkbox"/> Consejería sobre alimentación              |
| <input type="checkbox"/> Comprobación de la piel                            | <input type="checkbox"/> Vacunas   | <input type="checkbox"/> Consejería sobre obesidad/control del peso |
| <input type="checkbox"/> Detección de la depresión                          | <input type="checkbox"/> Gripe: Anual  | <input type="checkbox"/> Detección del consumo de tabaco            |
| <input type="checkbox"/> Detección de infección de transmisión sexual (ITS) | <input type="checkbox"/> Vacuna de refuerzo contra el tétanos y difteria, cada 10 años |   |

### Atención preventiva general para las personas que están o pueden quedar embarazadas\*\*

#### Edad 19-39

- Hable con su médico para determinar si hay exámenes preventivos adicionales que sean adecuados para usted

#### Personas de sexo femenino asignado al nacer

- Examen clínico de mamas
- Prueba de Papanicolaou
- Examen pélvico
- Mamografía: si es necesario

#### Personas de sexo masculino asignado al nacer

- Examen de testículos

#### Edades 40-64

- Detección del cáncer de pulmón a los 50
- Examen colorrectal a partir de los 45\*\*
- Osteoporosis
- Vacuna contra el herpes zóster: más de 60

#### Personas de sexo femenino asignado al nacer

- Examen clínico de mamas
- Osteoporosis (densidad ósea)
- Examen pélvico y prueba de Papanicolaou, si es necesario
- Mamografía

#### Personas de sexo masculino asignado al nacer

- Examen de próstata
- Examen de testículos

#### Desde 65 años en adelante

- Detección del cáncer de pulmón
- Examen colorrectal
- Osteoporosis (densidad ósea)
- Prevención de caídas
- Prueba de glaucoma
- Vacuna antineumocócica

#### Personas

#### de sexo femenino asignado al nacer

- Examen clínico de mamas
- Examen pélvico y prueba de Papanicolaou, si es necesario

- Mamografía: si es necesario

#### Personas de sexo

#### masculino asignado al nacer

- Aneurisma aórtico abdominal

Consulte el documento de resumen del plan en [accessrga.com](https://accessrga.com) para iniciar sesión en su cuenta de RGA. Para comunicarse con nuestro servicio de atención al cliente llame al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de miembro, de lunes a viernes de 6:00 a. m. a 6:00 p. m., hora del Pacífico para obtener más información sobre sus beneficios de atención preventiva. **\*Consulte con su médico para determinar la atención preventiva adecuada para usted según su historial médico**

\*\*Edad recomendada para adultos en riesgo regular al 30 de abril de 2021 por U.S Preventive Service Task Force

Contenido procedente de la Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud en [Healthcare.gov](https://www.healthcare.gov), Salud Pública, en [PublicHealth.org](https://www.PublicHealth.org), y U.S. Preventive Services Task Force [uspreventiveservicestaskforce.org](https://www.uspreventiveservicestaskforce.org).



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

HEPCPCRW-06292023

# Calendario de examen de niño sano y de vacunación

Directrices de la Academia Estadounidense de Pediatría y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

2 to 5 días de edad	HepB <sup>1</sup>	15-18 meses	DTaP Cualquier vacuna de 12 meses que aún no haya recibido	5-18 años	Vacuna contra la gripe
2 meses	HepB <sup>2</sup> RV <sup>1</sup> DTaP <sup>1</sup> Hib <sup>1</sup> PCV <sup>1</sup> IPV <sup>1</sup>	24 meses	HepA Flu Shot	11 años	DTaP booster Flu shot HPV <sup>1</sup> MCV
4 meses	RV <sup>2</sup> Hib <sup>2</sup> DTaP <sup>2</sup> IPV <sup>2</sup> PCV <sup>2</sup>	3 años	Flu Shot	12 años	HPV <sup>2</sup> Vacuna contra la gripe
6 meses	PVC <sup>3</sup> IPV <sup>3</sup> Flu Shot	4 años	Prueba de detección de la vista y de la audición Varicela Flu shot DTaP IPV MMR	13 años	Examen de sangre de varicela
9-12 meses (1 año)	Hib <sup>4</sup>			16 años	MCV booster

## DEFINICIONES DE VACUNAS + CLAVE

**Varicela:** Varicela (No antes del primer cumpleaños)

**DTaP:** Difteria, tétanos, tos ferina acelular (serie de 3 dosis (3-dose series))

**Flu shot:** Gripe (Anual)

**HepA:** Hepatitis A

**HepB:** Hepatitis B (serie de 3 dosis)

**Hib:** Haemophilus influenza b (serie de 3 o 4 dosis)

**HPV:** Virus del papiloma humano (serie de 2 dosis)

**IPV:** Poliovirus inactivado (serie de 3 dosis)

**PCV:** Neumococo conjugado (serie de 4 dosis)

**MCV:** Enfermedad meningocócica

**MMR:** Sarampión, paperas, rubéola (No antes del primer cumpleaños)

**RV:** Rotavirus (serie de 3 dosis)

1 Primera dosis 2 Segunda dosis 3 Tercera dosis 4 Cuarta dosis



# Regence

Group Administrators

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA

©2023, Regence Group Administrators

HEPCCIH-0515203

# Atención preventiva general para adultos

Ocuparse de su salud con los beneficios de atención preventiva disponibles a través de su proveedor de atención primaria (PCP) generalmente no tiene costo compartido.\*

Todos los adultos deben encontrar un médico de atención primaria de la red y utilizar la tabla siguiente para iniciar una conversación sobre qué servicios preventivos y pruebas de detección son adecuados para usted\*

<input type="checkbox"/> Examen físico anual de bienestar <b>Proyecciones y/o asesoramiento para:</b> Presión arterial <input type="checkbox"/> Diabetes <input type="checkbox"/> Anemia <input type="checkbox"/> Comprobación de la piel <input type="checkbox"/> Depresión, suicidio, violencia familiar <input type="checkbox"/> Hepatitis C, entre 18 y 79 años de edad <input type="checkbox"/> VIH, entre 15 y 65 años <input type="checkbox"/> Infección de transmisión sexual (ITS) <input type="checkbox"/> Enfermedad dental y periodontal	<b>Prueba de detección basada en el riesgo y/o asesoramiento para:</b> <input type="checkbox"/> Abuso de alcohol y drogas <input type="checkbox"/> Consumo de tabaco <input type="checkbox"/> Obesidad y dieta <input type="checkbox"/> Hepatitis B, Tuberculosis <input type="checkbox"/> Colesterol, trastornos lipídicos <input type="checkbox"/> Enfermedad cardíaca, consumo de estatinas <input type="checkbox"/> Diabetes tipo 2 <input type="checkbox"/> Retinopatía si es diabético <input type="checkbox"/> Demencia <b>Vacunas:</b> (al programa completo de los CDC) <input type="checkbox"/> Gripe: anual	<b>Preventive Medications:</b> <input type="checkbox"/> Corticosteroides inhalados si se diagnostica asma <input type="checkbox"/> Insulina y otros agentes que reducen la glucosa, pruebas A1c y glucómetro si es diabético <input type="checkbox"/> Inhibidores de la ECA, betabloqueantes, aspirina si tiene un riesgo alto y cumple con criterios específicos <input type="checkbox"/> Medicamentos para la prevención del VIH (PrEP) si se cumplen determinados criterios. <input type="checkbox"/> Estatinas si es de alto riesgo tiene y más de 40
--	--	--

## Atención preventiva adicional que debe consultar con su médico en función de la edad y los factores de riesgo\*\*

<b>De 19 a 39 años, agregue:</b> Encuentre un proveedor de atención primaria <b>Personas de sexo femenino asignado al nacer</b> <input type="checkbox"/> Examen clínico de mamas <input type="checkbox"/> Mamografía, 1 de referencia <input type="checkbox"/> Pruebas de BCRA 1 y 2 si hay un riesgo alto <input type="checkbox"/> Examen pélvico <input type="checkbox"/> 1 prueba de Papanicolaou cada 2 años <b>Personas de sexo masculino asignado al nacer</b> <input type="checkbox"/> Examen de testículos	<b>De 40 a 64 años, agregue:</b> <input type="checkbox"/> Prueba de detección de cáncer de colon, 45-75 <input type="checkbox"/> Prueba de detección del cáncer de pulmón, 50-80 <input type="checkbox"/> Vacuna contra el herpes zóster, a partir de 50 años <b>Personas de sexo femenino asignado al nacer</b> <input type="checkbox"/> Mamografía, según se recomiende <input type="checkbox"/> Examen de densidad ósea, si es posmenopáusica <b>Personas de sexo masculino asignado al nacer</b> <input type="checkbox"/> Examen de cáncer de próstata <input type="checkbox"/> Examen de testículos	<b>Desde 65 años en adelante, agregue:</b> <input type="checkbox"/> Prevención decaídas <input type="checkbox"/> Prueba de glaucoma <input type="checkbox"/> Deficiencia auditiva <input type="checkbox"/> Vacuna antineumocócica <b>Personas de sexo femenino asignado al nacer</b> <input type="checkbox"/> Examen pélvico y prueba de Papanicolaou, si es necesario <b>Personas de sexo masculino asignado al nacer</b> <input type="checkbox"/> Aneurisma aórtico abdominal y tiene menos de 75 años y ha fumado
---	---	--

Consulte el documento de resumen del plan en [accessrga.com](https://accessrga.com) para iniciar sesión en su cuenta RGA. Comuníquese con Servicio al Cliente llamando al número que figura al reverso de su tarjeta de identificación de miembro, de lunes a viernes, de 6 a. m. a 6 p. m. PT, para obtener más información sobre sus beneficios de atención preventiva.

**\*Consulte con su médico para determinar qué atención preventiva es adecuada para usted en función de sus antecedentes médicos. Es posible que no todos los servicios incluidos aquí califiquen como parte de sus beneficios de atención preventiva. Los servicios realizados para diagnosticar o tratar síntomas o proporcionar atención de rutina para condiciones crónicas pueden estar sujetos a cargos separados. Siempre pregunte a su médico el tipo de servicio que se brinda en su visita. <https://health.gov/myhealthfinder> también es un excelente recurso.**

\*\*edad recomendada para aquellos en riesgo regular al 25 de mayo de 2023, por el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (U.S Preventive Service Task Force 90. Contenido procedente de la Oficina de Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud en [Healthcare.gov](https://www.healthcare.gov), PublicHealth en [PublicHealth.org](https://www.PublicHealth.org), Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) y el Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de EE. UU. [uspreventiveservicestaskforce.org](https://www.uspreventiveservicestaskforce.org). Visite [accessrga.com](https://accessrga.com) y seleccione Washington para ingresar a su cuenta RGA



An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association Serving Select Counties in Washington

©2023, Regence Group Administrators

HEPCGPH-06152023