



Lista de verificación para la consulta anual de bienestar

El bienestar comienza con el conocimiento. Su cobertura UT CARE™ Medicare PPO incluye una consulta anual de bienestar con un copago de \$0 a través de su prestador de servicios médicos. Utilice esta lista de verificación para guiar la conversación.

Hable con su médico sobre lo siguiente	Fecha en que se completó / Apuntes
☐ Todos sus problemas médicos y tratamientos actuales	
☐ Medicamentos recetados y de venta libre	
☐ Cualquier dolor que tenga y lo que haga al respecto	
☐ Dificultades con las actividades diarias	
☐ Su nivel de actividad física	
☐ Problemas de equilibrio o caídas recientes	
☐ Dificultades con el control de la vejiga	
☐ Problemas de sueño o pérdida de memoria	
☐ Consumo de tabaco, alcohol o drogas	
☐ Consultas en un hospital o en salas de emergencias en los últimos 90 días	
Complete estos exámenes básicos	Fecha en que se completó / Apuntes
☐ Presión arterial	
☐ Estatura, peso e índice de masa corporal (BMI, en inglés)	
☐ Azúcar en la sangre y examen ocular de retina (si corresponde)	
Revise sus exámenes preventivos y vacunas	Fecha en que se completó / Apuntes
☐ Vacuna anual contra la gripe	
☐ Examen de densidad ósea	
☐ Examen de detección de cáncer colorrectal	
☐ Mamografía	
☐ Vacuna contra la pulmonía	

Esta lista de verificación para la consulta anual de bienestar también se encuentra disponible en la sección de “Healthy Living” en www.bcbstx.com/retiree-medicare-ut

Continúe en el reverso ➡

Registro de medicamentos recetados y de venta libre

Blue Access for MembersSM (BAMSM)

Todo lo que necesita saber sobre su cobertura, en un solo lugar.

Encuentre su historial de reclamaciones médicas y más información a través del portal Blue Access for Members (BAM). En BAM puede ver detalles sobre los servicios médicos, encontrar un médico, solicitar o imprimir su tarjeta de asegurado, informarnos sobre cómo le gustaría que nos comuniquemos con usted, entre otros.

Comenzar es fácil.

Puede iniciar sesión en BAM desde el sitio web para asegurados. O bien, con su teléfono inteligente y tarjeta de asegurado, envíe **BCBSTXAPP** por mensaje de texto* al **33633** para descargar la aplicación móvil y poder usar BAM dondequiera que se encuentre.



* Podrían aplicarse tarifas por mensajería de texto y transmisión de datos.

Esta información no es una descripción completa de los servicios médicos incluidos. Comuníquese con la aseguradora para obtener más información. Si tiene alguna otra duda o inquietud, comuníquese al número en su tarjeta de asegurado.

UT CARE™ Medicare PPO es una cobertura PPO de acceso abierto. En ocasiones, puede recibir comunicaciones automatizadas que hacen referencia a la cobertura denominada “Blue Cross Group Medicare Advantage Open Access (PPO)SM”. Esta cobertura también se refiere a UT CARE Medicare PPO.

Blue Cross and Blue Shield of Texas, que se refiere a HCSC Insurance Services Company (HISC) y a GHS Insurance Company (GHSIC), ofrece las coberturas PPO. Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company (HCSC), ofrece las coberturas PPO disponibles como prestación laboral o a través de sindicatos. HCSC, HISC y GHSIC son licenciatarias independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. HCSC, HISC y GHSIC son organizaciones Medicare Advantage que tienen contrato con Medicare. La posibilidad de solicitar cobertura de estas pólizas depende de la renovación de los contratos.