

Nombre del Grupo: Northwest Financial Association
Fecha de entrada en vigencia del Plan: January 1, 2027



Atención médica para todas sus edades y etapas

La vida está llena de momentos e hitos significativos.



Cuando esos momentos incluyan un cambio en sus necesidades de **atención médica**, estará **preparado** para lo que le depare la vida, con un plan de salud galardonado a su disposición. Puede sentirse **seguro** sabiendo que cuenta con múltiples formas de acceder a una atención de calidad.

Cuando sus necesidades cambien, podrá sentirse tranquilo al saber que eligió **el plan de salud adecuado para brindarle el mejor servicio en todas las etapas de su vida.**

Premios y reconocimientos

- America's Greatest Workplaces for Diversity (Mejores lugares de trabajo para la diversidad de Estados Unidos), Newsweek, 2024
- America's Best Midsize Employers (Mejores empresas medianas de Estados Unidos), campeón 4 años, Forbes, 2024
- Outstanding Corporation in Philanthropy (Corporación Destacada en Filantropía), Association of Fundraising Professionals Alaska Chapter, 2022



Para obtener más información, mire nuestro video de la marca.

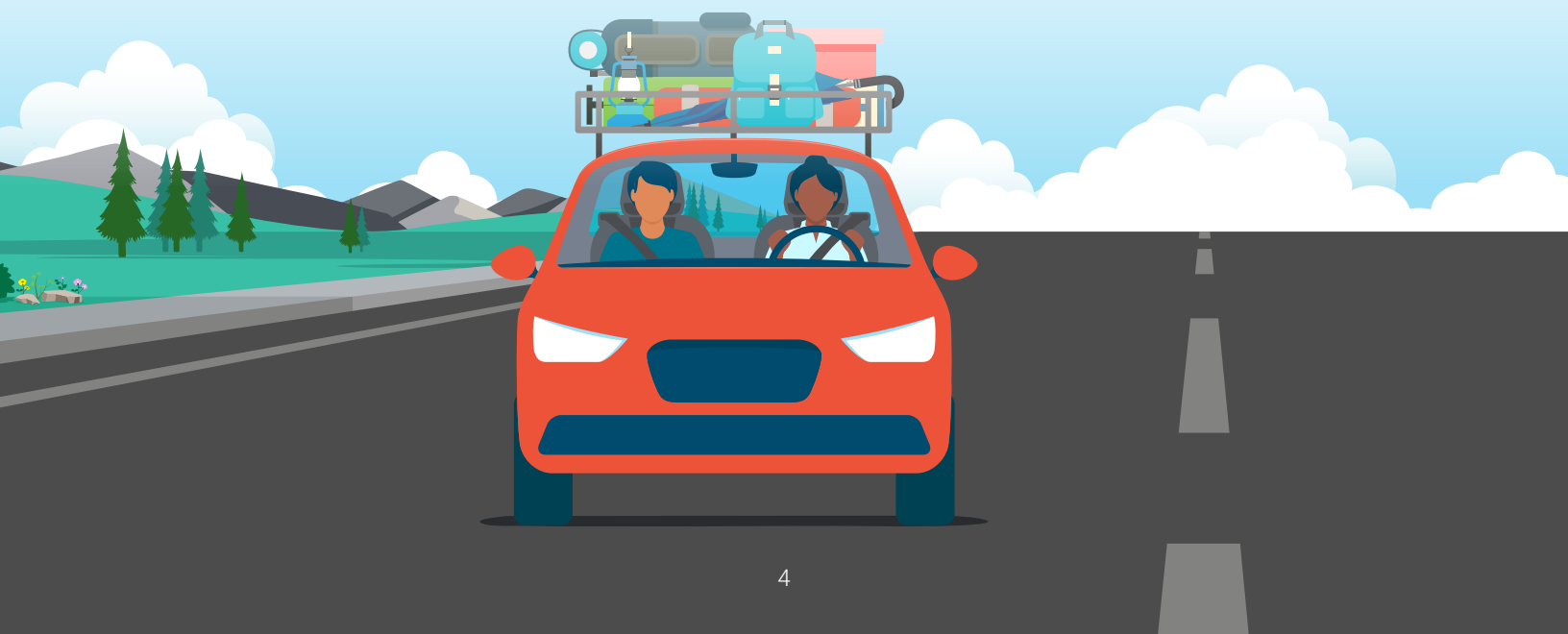
Dondequiera que vaya

En casa, en todo el país y en todo el mundo: **el poder de Blue está con usted.**

A nivel local, nuestra amplia red se basa en relaciones sólidas con proveedores, hospitales y especialistas.

En todo Estados Unidos, puede visitar a los proveedores en la red en cualquier parte del país con el programa BlueCard®.

En todo el mundo, puede recibir atención en casi 200 países y territorios con el programa Blue Cross Blue Shield Global Core.



A portrait of a man with dark hair and a slight smile, wearing a light-colored striped button-down shirt over a white t-shirt. He is leaning against a large tree trunk. The background is a soft-focus outdoor scene with green and orange foliage. The text "Estamos a su disposición, dondequiera que esté." is positioned to the right of the man, flanked by two horizontal blue lines.

Estamos a su
disposición,
dondequiera
que esté.

Atención donde y cuando la necesite

Nuestro propósito es mejorar la vida de los clientes a través de una atención médica que funcione mejor. Una de las principales formas de lograrlo es dándole acceso a la atención cuando y donde la necesite.

Red Con el respaldo de Blue Cross Blue Shield Association, Primera Blue Cross tiene la red de proveedores más grande del país. Más del 90% de los médicos y hospitales de todo el país está en toda nuestra red, por eso es fácil obtener atención de alta calidad al mejor precio posible.

Atención primaria En un estudio reciente, más de un tercio de los estadounidenses declararon haber tenido problemas para encontrar un médico en los últimos tres años.* Para hacer frente a la escasez de médicos, Primera está invirtiendo en programas educativos destinados a aumentar el número de futuros proveedores de atención primaria.

Atención virtual A través de múltiples opciones, puede recibir tratamiento por teléfono, mensaje de texto o video dondequiera que vaya y cuando lo necesite:

Atención
primaria

Atención de
urgencia

Atención de
salud mental

Atención
especializada

Cualquier tipo de atención que necesite

Tiene muchas maneras de obtener atención de calidad.

**Línea de enfermería
las 24 horas (\$0)**

Llame a la línea de enfermería gratuita las 24 horas cuando desee asesoramiento sobre un problema de salud. Puede hablar sobre sus síntomas con una enfermera registrada y averiguar cuál es la mejor manera de recibir atención. El número está disponible al dorso de su tarjeta de identificación de miembro y en la aplicación móvil de Primera.

Atención virtual (\$0-\$)

Evite la molestia, la espera y el costo de visitar a un proveedor en persona recibiendo la atención de proveedores, terapeutas y otros especialistas incluidos en la red, cuando se encuentre fuera de casa o desde la comodidad de su hogar. Inicie sesión en la aplicación móvil de Primera para ver los servicios de atención virtual disponibles a través de su plan, en la página de inicio Find Care (Encontrar atención).

Visita al consultorio (\$)

Visite el consultorio de un proveedor para realizar exámenes, radiografías, análisis de laboratorio y obtener otros servicios médicos en persona.

**Atención de urgencia
(\$\$)**

Obtenga atención para afecciones o enfermedades como infecciones de oído, gripe, esguinces u otras lesiones menores.

**Sala de emergencias
(\$\$\$)**

Acuda a la sala de emergencias más cercana para obtener atención inmediata por afecciones que pongan en riesgo su vida o que sean graves, como dolor abdominal intenso, dificultad para respirar, entumecimiento súbito, pérdida del conocimiento o quebraduras de huesos.

¿Es miembro actualmente? Obtenga información sobre su plan en su teléfono.



Descargue la aplicación de Primera para obtener acceso fácil, conveniente y constante a la información del plan de salud. Disponible para iOS y Android.

Apoyo de salud que satisface sus necesidades

Algunos problemas de salud no son simples.

Si siente que necesita ayuda con una afección crónica, enfermedad u hospitalización, los médicos de apoyo para la salud personal están disponibles para brindarle asistencia según sus necesidades.

Al trabajar con el servicio **Apoyo para la salud personal**, estará en mejores condiciones para hacer lo siguiente:

- Controlar una afección, como el asma, la diabetes o la enfermedad cardíaca
- Cuidarse a sí mismo o a un ser querido para evitar otra internación después de una estadía en el hospital
- Hacer las preguntas correctas sobre una enfermedad o un procedimiento

¿Es miembro actualmente? Conéctese con un médico de Apoyo para la salud personal llamando al **888-742-1479**.



Conozca la profunda diferencia que Bella experimentó en su trayectoria de atención gracias al **Apoyo para la salud personal**.

Acceso a todos los niveles de atención de la salud mental

A veces no es una dolencia física lo que altera nuestras vidas.

Quizás no podamos deshacernos de los sentimientos de tristeza, agotamiento o enojo. Tal vez dependamos demasiado de sustancias como el alcohol para transitar el día. De hecho, la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (National Alliance on Mental Illness, NAMI) informa que 1 de cada 5 adultos y 1 de cada 6 jóvenes de 6 a 17 años en EE. UU. experimentan una enfermedad mental cada año. Y, trágicamente, el suicidio es la segunda o tercera causa principal de muerte entre las personas de 10 a 34 años.*

Cada plan Premera cubre las consultas por salud mental y también la visita estándar al consultorio de su proveedor de atención primaria. No hay límites de visitas. Y tiene muchas opciones para obtener atención, de manera que pueda encontrar el tipo de atención que se adapte a su vida y a sus necesidades, ya sea una visita virtual, una cita presencial o una hospitalización.

“

Es importante que todos tengamos personas en nuestras vidas con las que sentimos que podemos ser abiertos y honestos. Tener ese sistema de apoyo juega un papel vital en el trabajo a través de nuestros pensamientos y sentimientos. Pero para hacer eso, tiene que haber un cambio en la forma en que pensamos sobre este tema. Podemos acabar con el estigma en torno a los problemas de salud mental y forjar un nuevo camino a seguir para todos nosotros, pero solo cuando reconozcamos que todos estamos juntos en esto. ”

Dra. Josephine Young, directora médica de Premera



Encuentre más información sobre cómo obtener atención de salud mental o por consumo de sustancias en premera.com/visitor/mentalhealth.

*"Suicidio". Instituto Nacional de la Salud Mental de EE. UU. Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. www.nimh.nih.gov/health/statistics/suicide. Consultado el 9 de julio de 2025.

Recibirá atención preventiva sin cargo

Cuando recibe atención preventiva de rutina de un proveedor dentro de la red, usted no paga por ella: su plan de salud la cubre por completo.

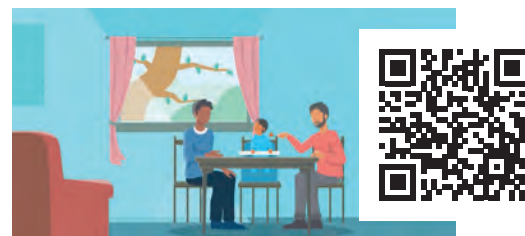
En virtud de la Ley de Cuidado de Salud Asequible (ACA), todos los planes de salud cubren ciertos servicios preventivos sin costo de su bolsillo. Estos incluyen:

- Exámenes de bienestar de rutina
- Pruebas y exámenes de detección
- Vacunas
- Medicamentos y suplementos
- Salud reproductiva y de la mujer

Nota: Esta no es una lista completa de los servicios preventivos cubiertos. Los servicios incluidos en las categorías anteriores pueden tener requisitos de edad, riesgo y otros requisitos para ser considerados preventivos. Visite premera.com/visitor/care-essentials para obtener más información sobre atención preventiva. Los miembros actuales pueden iniciar sesión en premera.com para consultar los beneficios específicos cubiertos por su plan.

Consulte a su proveedor de atención primaria para averiguar qué servicios son adecuados para usted.

Elija un proveedor de atención primaria



Reserve una visita de atención preventiva



Comprenda las visitas de atención preventiva



Simplifique su vida con la atención virtual

Ya sea que esté buscando atención primaria o de salud mental, nuestros servicios de atención virtual priorizan sus necesidades y brindan atención de calidad.

La enfermedad se puede presentar en cualquier momento. Entonces, ¿por qué esperar hasta el horario de atención para abordar sus inquietudes médicas? Los proveedores están a solo unos clics de distancia, listos para ofrecerle la atención que necesita. Evite la espera y el costo de la atención presencial con una consulta de atención virtual.

Para obtener más información sobre las opciones de atención virtual disponibles para usted, inicie sesión en su cuenta en premera.com o comuníquese con su representante de RR. HH.



¿Es miembro actualmente? Inicie sesión en la aplicación móvil de Premera para ver los servicios de atención virtual disponibles a través de su plan, en la página de inicio Find Care (Encontrar atención).



Además, hay muchas maneras fáciles de administrar su atención

Estas son algunas de las tareas que hay que realizar una vez que comience en el plan. Le facilitarán la gestión de su atención en el futuro.



Cree una cuenta



Cuando crea una cuenta en premera.com, puede hacer lo siguiente:

- **Realizar el seguimiento de sus costos de atención** (como deducible y desembolso máximo)
- **Resurtir o administrar sus recetas** y recibir recordatorios de dosis
- **Encontrar médicos, hospitales y farmacias** que estén en su red
- **Comparar precios en procedimientos médicos**, servicios y medicamentos con receta
- **Leer más** sobre los detalles de sus beneficios

Descargue la aplicación



Nuestra aplicación móvil ofrece el acceso más rápido a la información y la atención del plan.



La aplicación móvil Premera garantiza que siempre tenga acceso a la información de su plan de salud, dondequiera que esté.

- Buscar médicos y otros proveedores
- Hacer un seguimiento de sus reclamos
- Mostrar prueba de cobertura con su tarjeta de identificación virtual
- Ver qué servicios de atención virtual están disponibles para usted
- Conectarse con los proveedores de atención virtual
- Tener visitas de atención virtual con su proveedor

Descargue la aplicación móvil de Premera en **Android** o **iOS**.



Reciba descuentos



Blue365 es un programa de descuentos en salud y bienestar disponible para los miembros de Premera Blue Cross.

Blue365 ofrece descuentos durante todo el año en inscripciones a gimnasios, equipos de acondicionamiento físico, audífonos, anteojos recetados, opciones de alimentación saludable y mucho más. Ingrese a blue365deals.com/premera para crear una cuenta gratuita y explorar todos los descuentos disponibles.

Llámenos



Si prefiere hablar por teléfono, llame a nuestro equipo de Servicio al Cliente al 800-722-1471.

Estamos disponibles para asistirlo de lunes a viernes, de 5:00 a. m. a 8:00 p. m. (hora del Pacífico).



A los recién llegados, a
los jóvenes de corazón y a
todos los demás, estamos
a su disposición.



Comenzar con sus beneficios de farmacia

Con los beneficios de farmacia de Primera Blue Cross, nuestro objetivo es garantizar que su plan sea fácil de entender y que sus medicamentos sean fáciles de administrar.

Aquí tiene información para comenzar.



Encontrar un medicamento

Cada lista de medicamentos cubiertos (formulario) incluye miles de medicamentos recetados. Para saber si su medicamento está cubierto por su plan, o si tiene alguna restricción:

- Visite la página [Covered Drugs \(Medicamentos cubiertos\)](#)
- Inicie sesión en su cuenta en [premera.com](#)



Encontrar una farmacia

Use la herramienta [Find a Doctor \(Buscar un médico\)](#) para buscar farmacias dentro de la red de su plan.



Más información

La [Guía de Beneficios de Farmacia](#) contiene información adicional que le será útil, incluyendo cómo funcionan los precios de los medicamentos recetados.

Términos que debe conocer

Formulario

Una lista de medicamentos cubiertos por un plan de medicamentos recetados. También se llama lista de medicamentos del formulario.

Nivel

Dentro de una lista de medicamentos (formulario), los medicamentos se dividen en categorías o niveles, cada uno con un copago o coseguro diferente.

Copago

Una tarifa fija que usted paga cuando surte recetas. El copago puede variar según el nivel en el que se encuentren los medicamentos.

Coseguro

Su parte del costo de los medicamentos. Por ejemplo, si su plan paga el 90%, su coseguro (la parte que paga usted) es el 10% restante.

¿Es miembro actualmente?

Encuentre los detalles de su plan de farmacia en su tarjeta de identificación o en la [aplicación móvil de Primera](#).



Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

059788spa (09-01-2026)

Ahorre en recetas

Conserve más dinero con estos consejos sencillos.



¿Es miembro actualmente?

Inicie sesión en su cuenta en premera.com para administrar sus recetas:

- Verifique si sus medicamentos están cubiertos
- Compare costos
- Encuentre farmacias dentro de la red
- Ordene y renueve sus medicamentos recetados

El alto costo de los medicamentos es uno de los factores principales del aumento en los gastos de atención médica. Trabajamos para mantener sus costos de bolsillo lo más bajos posible, brindándole acceso a una amplia red de farmacias con tarifas competitivas.

Así puede reducir sus costos en medicamentos recetados:

Elija medicamentos genéricos. Son igual de efectivos que los medicamentos de marca, pero cuestan menos. La próxima vez que necesite una receta nueva, pregúntele a su proveedor sobre las opciones genéricas disponibles.

Considere los medicamentos biosimilares. Estos medicamentos son altamente similares a un medicamento biológico y ya han sido aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. (FDA). La próxima vez que necesite una receta nueva, pregúntele a su proveedor si hay un biosimilar disponible.

Reciba las recetas en la puerta de su domicilio. Ahorre en sus medicamentos recetados eligiendo la entrega a domicilio. Este servicio es parte de su beneficio de farmacia. Visite la página de Farmacia en premera.com para obtener información y formularios de pedido.



Ahorre en recetas

Conserve más dinero con estos consejos sencillos.



¿Es miembro actualmente?

Inicie sesión en su cuenta en premera.com para administrar sus recetas:

- Verifique si sus medicamentos están cubiertos
- Compare costos
- Encuentre farmacias dentro de la red
- Ordene y renueve sus medicamentos recetados

El alto costo de los medicamentos es uno de los factores principales del aumento en los gastos de atención médica. Trabajamos para mantener sus costos de bolsillo lo más bajos posible, brindándole acceso a una amplia red de farmacias con tarifas competitivas.

Así puede reducir sus costos en medicamentos recetados:

Elija medicamentos genéricos. Son igual de efectivos que los medicamentos de marca, pero cuestan menos. La próxima vez que necesite una receta nueva, pregúntele a su proveedor sobre las opciones genéricas disponibles.

Considere los medicamentos biosimilares. Estos medicamentos son altamente similares a un medicamento biológico y ya han sido aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. (FDA). La próxima vez que necesite una receta nueva, pregúntele a su proveedor si hay un biosimilar disponible.

Reciba las recetas en la puerta de su domicilio. Ahorre en sus medicamentos recetados eligiendo la entrega a domicilio. Este servicio es parte de su beneficio de farmacia. Visite la página de Farmacia en premera.com para obtener información y formularios de pedido.



Atención virtual: en cualquier momento y en cualquier lugar

Atención primaria, urgente y de salud mental

La enfermedad se puede presentar en cualquier momento. Obtenga respuesta a sus preguntas médicas por un proveedor con atención virtual las 24 horas del día, los 7 días a la semana.

Ya sea que se trate de atención primaria, urgente o de salud mental, la red virtual de Primera prioriza las necesidades de nuestros miembros. Los proveedores están a solo unos clics de distancia y listos para ofrecerle la atención que necesita.*



Atención primaria por video y mensajes de texto cuando la necesite. Los proveedores de medicina general y atención primaria están disponibles para responder sus preguntas. También pueden diagnosticar y tratar enfermedades o afecciones crónicas. Inicie sesión en la [aplicación móvil de Primera](#) para acceder a Transcarent desde la sección Find Care (Encontrar atención).



Los miembros de 6 años o más pueden recibir terapia de salud mental por teléfono o videollamada. Los servicios de psiquiatría y manejo de medicamentos también están disponibles para los miembros de 18 años o más. Inicie sesión en la [aplicación móvil de Primera](#) para acceder a Spring Health desde la sección Find Care (Encontrar atención).



Hable con un terapeuta autorizado a través de mensaje de texto o video para atención de salud mental no urgente. Inicie sesión en la [aplicación móvil de Primera](#) para acceder a Talkspace desde la sección Find Care (Encontrar atención).

*Si ya tiene las aplicaciones de Transcarent, Spring Health o Talkspace descargadas, puede seguir utilizándolas tal cual. No es necesario que acceda a ellas a través de la aplicación móvil de Primera.

Transcarent, Spring Health y Talkspace son compañías independientes que brindan servicios de atención virtual en nombre de Primera Blue Cross.

Atención primaria de Kinwell

Redefiniendo la experiencia de la atención primaria para los miembros de Primera Blue Cross

Kinwell atiende sus necesidades de salud física y mental mediante equipos de atención ubicados en el mismo centro, que priorizan un enfoque integral centrado en la persona, incluyendo una coordinación fluida de la atención, citas oportunas y apoyo continuo.

La atención primaria avanzada de Kinwell incluye:

- Servicios preventivos integrados y atención de salud conductual
- Programación sencilla de citas en línea para consultas presenciales o de atención virtual
- Derivaciones coordinadas para atención especializada
- Programas de apoyo y orientación para un estilo de vida saludable
- Consultas más largas con su profesional clínico.

¿ES MIEMBRO ACTUALMENTE?

Escanee el código QR o visite kinwellhealth.com para programar una cita virtual o en persona hoy mismo.



Ubicaciones de clínicas

- | | |
|---------------------------------|----------------|
| 1 Spokane (North Country Homes) | 9 Poulso |
| 2 Spokane Valley | 10 Mill Creek |
| 3 Spokane (6th & Washington) | 11 Olympia |
| 4 East Wenatchee | 12 Westlake |
| 5 Pasco | 13 Ballard |
| 6 Renton | 14 Bellingham |
| 7 Lynnwood | 15 Redmond |
| 8 Denny Way | 16 Federal Way |

¿Necesita atención de inmediato?

La Clínica de atención virtual (Virtual Care Clinic) ofrece citas disponibles para el mismo día y el día siguiente para los miembros que residen en el estado de Washington.

"Fue increíble. [Mi proveedor] se tomó el tiempo necesario para escuchar y responder todas mis preguntas. No me sentí apresurado. Fue una de las mejores citas médicas que he tenido. Estoy muy agradecido de haber hecho el cambio. Definitivamente lo recomendaré". — **Paciente de Kinwell**

Matchmaker™ para la Salud Conductual

Los cambios y la incertidumbre pueden afectar su salud mental, pero puede ser difícil encontrar un proveedor de salud mental que acepte pacientes nuevos.



Matchmaker™ para la Salud Conductual le brinda una lista de proveedores en la red que se adaptan a sus necesidades y preferencias. Este servicio es confidencial y está disponible sin costo para los miembros de Primera.

Nuestros especialistas en vinculación con servicios de salud conductual lo ayudan a encontrar proveedores en la red, tanto presenciales como virtuales, que aceptan nuevos pacientes. (Cuando consulte a un proveedor, seguirán aplicándose los copagos o deducibles correspondientes).

Comuníquese con servicio al cliente al número que se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro para solicitar ayuda para encontrar un proveedor.

Cuando esté listo, visite member.primera.com/welcome para obtener información adicional sobre sus beneficios, cómo encontrar atención y más.



Una Licenciataria Independiente de Blue Cross Blue Shield Association

Tratamiento para el consumo de sustancias

Encuentre la atención y el apoyo adecuados para abordar el consumo de sustancias y la recuperación.

Tiene acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana, al tratamiento para el trastorno por consumo de sustancias con el apoyo de un profesional con licencia.

Más del

17%

de la población de los Estados Unidos informa que experimenta un trastorno por consumo de sustancias.¹

Boulder

Boulder es una clínica digital que ofrece apoyo a largo plazo y tratamiento de telesalud para abordar el consumo de sustancias, incluidos los trastornos por consumo de alcohol y opioides. Los tratamientos se basan en la amabilidad, el respeto y el apoyo incondicional.

(El tratamiento asistido por medicamentos está disponible en los siguientes estados: Alaska, Colorado, Idaho, North Carolina, Ohio, Oregon, Utah y Washington).

Workit Health

Workit Health ofrece tratamiento virtual a través de terapia, asesoramiento y apoyo con medicamentos adaptados a sus objetivos y cronograma de recuperación.

El tratamiento asistido por medicamentos está disponible en Arizona, California, Florida, Illinois, Michigan, Montana, Nuevo México, New Jersey, Ohio, Oklahoma, Texas y Washington.

¿Es miembro actualmente?

Inicie sesión en la [aplicación móvil de Premera](#) y seleccione **Find Care** (Encontrar atención) para acceder a Boulder y Workit Health.²

¹Publicaciones de la Encuesta Nacional sobre la Salud y el Consumo de Drogas (National Survey on Drug Use and Health, NSDUH) de 2022". SAMHSA.gov, www.samhsa.gov/data/release/2022-national-survey-drug-use-and-health-nsduh-releases. Consultado el 15 de mayo de 2024.

²Si ya tiene descargadas las aplicaciones de Boulder Care y/o Workit Health, puede seguir utilizándolas tal cual. No es necesario que acceda a través de la aplicación móvil de Premera.

Boulder Care y Workit Health son compañías independientes que brindan servicios virtuales de atención para consumo de opioides y para trastorno por consumo de alcohol en nombre de Premera Blue Cross.



Mejore su experiencia de salud con la aplicación Wellframe

Descargue Wellframe y acceda a recursos digitales diseñados para ayudarle a alcanzar sus objetivos de salud.

Este programa de salud digital ofrece consejos para navegar por el sistema de atención médica, recursos para el apoyo a la salud mental y herramientas útiles para la administración de la salud, como:

- Gestión de la medicación
- Manejo del dolor
- Rastreador de actividad física
- Orientación nutricional

Este beneficio está incluido en su plan de salud sin costo adicional.

Para comenzar:



Escanee el código QR o descargue la aplicación Wellframe desde [App Store](#) o [Google Play](#).

- Si el código de acceso no se rellena automáticamente al registrarse, ingrese: **helpwellpbc**
- Si está usando un dispositivo Apple, y se le solicita, seleccione "Allow Paste" (Permitir pegar).
- Tenga a mano su tarjeta de identificación de miembro de Primera para ingresar su número de identificación de miembro.
- Siga las instrucciones para completar su registro.



Si tiene una afección crónica, cardíaca o de salud mental, un médico de apoyo personal se comunicará con usted a través de la aplicación para ayudarlo a manejar un nuevo diagnóstico o alcanzar sus objetivos de salud.

Wellframe es una compañía independiente que presta servicios de asistencia digital en nombre de Primera Blue Cross.

Apple y el logotipo de Apple son marcas comerciales de Apple Inc., registradas en EE. UU. y en otros países. App Store es una marca de servicio de Apple Inc., registrada en EE. UU. y en otros países.

Google Play y el logotipo de Google Play son marcas comerciales de Google Inc.



