

# Blue Extras<sup>SM</sup>



**BlueCross BlueShield  
of Texas**

*Experience. Wellness. Everywhere.<sup>SM</sup>*

## Programa de medicina alternativa y complementaria



Su tarjeta de identificación de Blue Cross and Blue Shield of Texas (BCBSTX) siempre ha sido su clave para una buena salud, y ahora tiene más valor que nunca.

**BlueExtras<sup>SM</sup>** nuestro programa de descuentos con valor agregado proporciona a usted y a sus dependientes cubiertos acceso a servicios médicos con descuentos que generalmente no están cubiertos por su plan de beneficios médicos. Estamos continuamente mejorando este programa, estamos emocionados por anunciar la suma de **Medicina alternativa y complementaria (CAM)**.

Healthways WholeHealth Networks, Inc. proporciona a los miembros de BCBSTX acceso a una red nacional de más de 35,000 especialistas, spa y centros de salud y actividad física.

### ¿Qué es CAM?

La medicina alternativa y complementaria incluye una variedad de terapias que pueden ayudarlo a mejorar su bienestar, prevenir enfermedades y tratar síntomas y condiciones preexistentes junto con atención médica convencional (cuando corresponda).

¡A través de su membresía BCBSTX, usted es automáticamente elegible para recibir **descuentos de hasta el 30 por ciento** en servicios tales como yoga, Pilates, masoterapia, acupuntura, Tai Chi, asesoramiento nutricional y más! También incluye descuentos en spa y centros de salud y actividad física.

### BlueExtras

brinda a los miembros y dependientes cubiertos acceso a descuentos en una variedad de productos y servicios de atención médica complementaria y alternativa.

### Puede obtener información relacionada con la salud en [wholehealthmd.com](http://wholehealthmd.com)

Como miembro de BCBSTX, usted tiene acceso a [wholehealthmd.com](http://wholehealthmd.com) que proporciona una guía sobre los posibles beneficios de la integración de la medicina alternativa con la atención médica convencional. La información está presentada por un equipo de médicos y especialistas certificados por la junta, y enfatiza la colaboración con los proveedores de atención médica tradicional. El sitio incluye:

- Una biblioteca integral de referencia con información acerca de condiciones crónicas, terapias de integración, suplementos, alimentos y otros
- artículos de noticias relacionados con la salud.
- “The Healing Kitchen” (la cocina curativa) en la que puede encontrar remedios de alimentos y recetas sanas
- Directorio en línea de los especialistas participantes

### Descuentos en vitaminas y suplementos homeopáticos

Usted también es elegible para comprar vitaminas y suplementos homeopáticos con un máximo de un **25 por ciento de descuento del precio regular**. Puede solicitar en línea a través de Blue Access<sup>®</sup> for Members (**BAM**) o llamar al **(800) 917-3690**. Cuando haga su pedido, asegúrese de proporcionar al agente de atención al cliente su código único (**AWH-6100**) para recibir su descuento.

**Nota:** no se aplican cargos de envío cuando se solicita a través del sitio web. Sin embargo, hay un cargo de envío y de manejo de \$7 si hace su pedido por teléfono.

[www.bcbstx.com](http://www.bcbstx.com)



**BlueCross BlueShield  
of Texas**

# Blue Extras<sup>SM</sup>

## Descuentos de Healthy Reading

Hay descuentos del **50 al 80 por ciento** disponibles en revistas de salud y bienestar. Los temas incluyen: masajes, yoga, cocina baja en calorías, actividad física, salud y alimentación vegetariana entre otros. No hay renovaciones automáticas. Puede solicitar en línea a través de **BAM** o llamar al **(800) 959-1676**.

## ¿Quién es elegible?

BlueExtras está disponible para todos los miembros del plan BCBSTX. Simplemente muestre su tarjeta de identificación de BCBSTX al momento de recibir el servicio. **Nota:** es posible que su plan brinde beneficios para servicios quiroprácticos, fisioterapia, terapia ocupacional y otras terapias, así como para servicios de nutrición. Consulte su folleto de beneficios para obtener información específica acerca de los beneficios de su plan médico.

## ¿Cómo funcionan los servicios de CAM?

- Usted paga la tarifa de miembro con descuento directamente a los especialistas, spa, centros de salud y actividad física participantes.
- No es necesario presentar referencias, autorizaciones previas ni reclamos.
- Puede cambiar de especialista en cualquier momento y no hay límites anuales para la cantidad de veces que puede usar los descuentos. Sin embargo, tiene la obligación de cumplir todos los contratos, tales como membresías a centros de actividad física.

## Cómo acceder a los servicios de CAM

Para obtener información adicional, buscar los centros más cercanos para usted, usar [wholehealthmd.com](http://wholehealthmd.com); y para solicitar vitaminas y revistas, conéctese a BAM en [www.bcbstx.com/member](http://www.bcbstx.com/member). Haga clic en la solapa **My Coverage** (mi cobertura) en la parte superior y luego en el enlace **BlueExtras Discount Program** (Programa de descuentos BlueExtras).

Healthways WholeHealth Networks, Inc. ("Healthways") es un contratista independiente que administra el programa de descuentos de medicina alternativa y complementaria (CAM) para Blue Cross and Blue Shield of Texas (BCBSTX).

BlueExtras es un programa de descuentos disponible para los miembros de BCBSTX. Esto NO es un seguro. Algunos de los servicios que se ofrecen a través de BlueExtras pueden estar cubiertos por su plan médico. Consulte su folleto de beneficios o llame al número de atención al cliente que figura al dorso de su tarjeta de identificación para obtener información específica acerca de los beneficios de su plan médico. El uso de BlueExtras no afecta su prima, ni los costos de los servicios o productos de BlueExtras se tienen en cuenta para alcanzar su deducible del plan, año calendario o máximos en vida. Los descuentos sólo se encuentran disponibles a través de los proveedores participantes.

BCBSTX no garantiza ni realiza ningún reclamo o recomendación con respecto a los servicios o productos que se ofrecen a través de BlueExtras. Es posible que desee consultar con su médico antes de utilizar estos servicios y productos. Los servicios y productos se encuentran sujetos a la disponibilidad según ubicación. BCBSTX se reserva el derecho de suspender o cambiar este programa de descuento en cualquier momento sin notificación.

Una división de Health Care Service Corporation, una compañía mutua de reserva legal, un concesionario independiente de Blue Cross and Blue Shield Association

[www.bcbstx.com](http://www.bcbstx.com)