



2026 Guía de recursos para miembros

Sus beneficios, de manera simple.



POWERED BY Collective Health



- 03 Aplicación móvil y portal My Collective®**
- 05 Miembros defensores**
- 06 Encuentre un proveedor**
- 08 Atención virtual**
- 09 Navegación de la atención**
- 10 Atención alternativa**
- 11 Recursos de farmacia**
- 13 Apoyo para la planificación familiar**
- 14 Programas de bienestar**
- 15 Ventajas exclusivas para miembros**



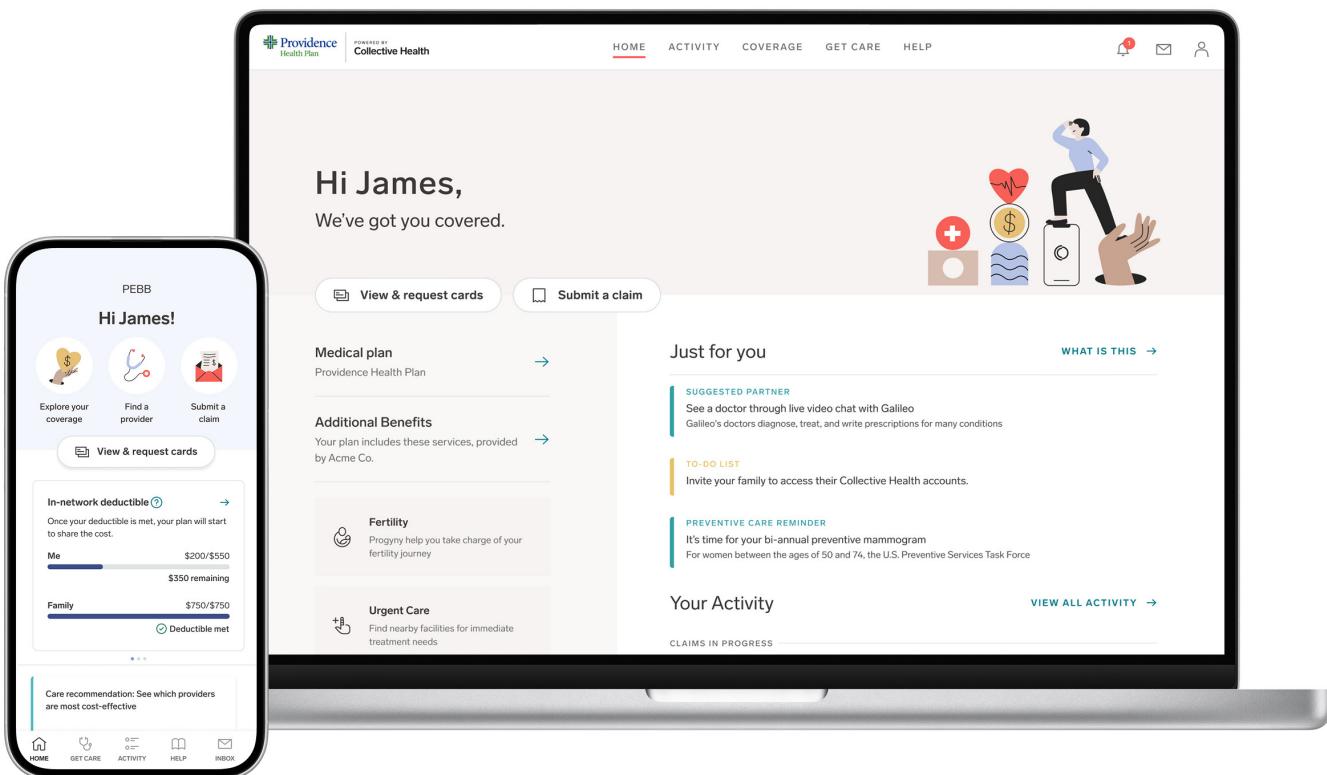
POWERED BY **Collective Health**

Un solo punto de acceso para todas sus necesidades de salud:

Providence Health Plan, con el apoyo de Collective Health, ofrece a sus miembros una aplicación moderna para gestionarlo todo. Es una experiencia única, con todo en un solo lugar.

Con la aplicación My Collective, usted puede:

- Consultar su cobertura y explorar programas de salud como Omada, Virta, Kaia, Weight Watchers® y Progyny
- Ver o compartir sus tarjetas de identificación
- Encontrar médicos de la red que se adapten a sus necesidades
- Chatear de forma segura con un asesor de miembros cuando necesite ayuda
- Revisar sus reclamaciones o envíe una nueva con solo una foto y unos toques





APLICACIÓN MÓVIL Y PORTAL MY COLLECTIVE®

Después de la inscripción abierta, recibirá un correo electrónico de bienvenida para registrar su cuenta de Collective Health. Asegúrese de descargar la aplicación para estar listo antes del 1 de enero de 2026.

① Descargue la aplicación

Visite CollectiveHealth.com/app para descargar su aplicación móvil My Collective desde Apple App Store o Google Play.

② Visite My Collective

Visite ProvidenceHealthPlan-pebb.CollectiveHealth.com y haga clic en "Register now" (Regístrate ahora).

③ Complete su información personal

Datos obligatorios para registrarse:

- Dirección de correo electrónico
- Contraseña
- Número de teléfono

¿Necesita ayuda para empezar?

Mire un video breve para aprender cómo funciona la aplicación My Collective.

ProvidenceHealthPlan.com/MyCollective

Asistencia de personas reales cuando la necesite

Nos encargamos de las tareas de atención médica sin necesidad de complejas cadenas telefónicas ni largas esperas. Providence Health Plan con el apoyo de Collective Health le brinda acceso directo a miembros defensores que brindan respuestas claras y apoyo real, exactamente cuando lo necesita.

Con un solo número, usted puede:

- Hablar con alguien sobre todos los beneficios de su plan
- Obtener apoyo personalizado para los reclamos, encontrar proveedores u otras necesidades de atención
- Evite esperar que le devuelvan las llamadas y otros pasos para que le respondan sus preguntas rápido
- Reciba mensajes seguros de los seguimientos y próximos pasos

Los miembros defensores están disponibles 14 horas por día.

Llame a su línea dedicada al 855-284-1368, de lunes a viernes de 4 a. m. a 6 p. m., y sábados de 7 a. m. a 11 a. m. (hora del Pacífico).

También puede comunicarse con Miembros defensores a través de la aplicación My Collective:

1 Envíe un mensaje seguro

Todos sus mensajes estarán en un solo lugar cuando use mensajes seguros, a través de la aplicación o por la web de My Collective.

2 Chatee en línea

¿Tiene algo más urgente? Use la función de chat de My Collective para obtener respuestas rápido.

¿Tiene alguna pregunta?

Mire un video breve para ver cómo los Miembros defensores lo apoyan a usted y a su familia.

ProvidenceHealthPlan.com/MemberAdvocates



Encuentre médicos y centros donde sea que esté

Es fácil buscar en la red completa de Providence usando la búsqueda de proveedores de "Get Care". Tiene acceso a proveedores dentro de la red en los 50 estados para que su familia pueda recibir atención donde sea que esté.

Busque un proveedor:

1 Inicie sesión en su cuenta de My Collective

Visite ProvidenceHealthPlan-pebb.CollectiveHealth.com

2 Busque en la atención dentro de la red

Abra la pestaña "Get Care" (Obtener atención) y seleccione el tipo de búsqueda: atención dentro de la red. Escriba el nombre del médico o el tipo de médico que está buscando.

Consejo: para obtener mejores resultados, seleccione un tipo de atención del menú de especializaciones.

3 Indique la ubicación

Con "Get Care" busque los proveedores ubicados cerca de la dirección que está en su cuenta de My Collective.

Para buscar en otro lado, ingrese su ubicación en la barra de búsqueda.

4 Consulte los médicos disponibles

Consulte la lista de los resultados dentro de la red en el mapa o la lista.

Para ver más detalles sobre un proveedor, haga clic en su nombre.

Consejo: esté atento a la etiqueta "Accepting new patients" (Acepta pacientes nuevos).

5 Personalice su búsqueda.

Filtre los resultados de proveedores por idioma, género y si acepta paciente nuevos seleccionando "Filter and Sort" (Filtrar y ordenar) en la aplicación My Collective.



ENCUENTRE UN PROVEEDOR

¿Necesita más ayuda para elegir un médico? El equipo de asistentes dedicados de Garner Health lo ayudará en cada uno de los pasos.

Garner lo conecta con médicos de calidad en la red de Providence y puede ayudarlo a ahorrar hasta \$1,000 por miembro o hasta \$2,000 por familia en atención. A través de My Collective, verá un mosaico de Garner Health donde podrá iniciar sesión.

Consejo: si usa su tarjeta de FSA para pagar servicios, no puede solicitarle a Garner Health que le reembolse el mismo costo. Esto se llama doble inmersión y el IRS no lo permite. Elija una opción: o usa su tarjeta de FSA al momento del servicio o envía el gasto a Garner, no puede elegir las dos.

Obtenga asistencia en todos los lados con Galileo

Galileo Health es su hogar médico virtual, que le brinda a usted y a su familia acceso las 24 horas, los 7 días de la semana a atención primaria virtual, atención de urgencia, salud conductual y atención especializada en los 50 estados.

Con Galileo, usted puede obtener atención para:

- Control anual y atención preventiva
- Problemas menores como resfrios, ITS y dolores de estómago
- Afecciones crónicas como diabetes, asma, presión alta y otros
- Control de la natalidad y otras necesidades de salud sexual
- Preocupaciones de salud conductual como ansiedad, depresión o insomnio
- Problemas dermatológicos como acné o alopecia
- Reposiciones de medicamentos
- Remisiones a especialistas en persona, según sea necesario

Apoyo para su salud mental también.

Galileo ofrece más que solo atención médica. Sus terapeutas y médicos brindan apoyo de salud conductual a través de herramientas autoguiadas, entrenamiento y terapia virtual. Si necesita ayuda en persona, Galileo puede conectarlo con el proveedor adecuado rápidamente.

100 90%

de puntuación neta de promotores

de pacientes que tienen mejoras clínicamente significativas en 6 semanas

¿Está listo para comenzar?

Inicie sesión en su cuenta de My Collective en línea en:
ProvidenceHealthPlan-pebb.CollectiveHealth.com

Atención experta para las necesidades de salud más complejas de la vida

Nuestro dedicado equipo de Navegación de la atención está aquí para guiarlo, para que no tenga que navegar su atención médica solo. Ya sea que esté lidiando con un importante problema de salud o simplemente tratando de mantenerse saludable, ofrecemos apoyo personalizado según sus necesidades.

Su equipo de Navegación de la atención puede ayudarlo con:

- Afecciones de salud mental
- Gestionar rutinas de medicación complejas, incluidas las infusiones y los inyectables
- Embarazo, atención de recién nacidos o complicaciones por el parto
- Afecciones raras o genéticas
- Atención para la afirmación de género
- Cirugía de trasplante
- Lesiones traumáticas
- Afecciones como autismo
- Problemas neurológicos, cardíacos o gastrointestinales
- Cáncer, accidente cerebrovascular, asma y diabetes
- Atravesar desafíos relacionados con discapacidades
- Vivir en entornos inseguros
- Conectarse con recursos comunitarios

Obtenga el apoyo que desea.

¿Prefiere gestionar las cosas usted mismo? Tenemos herramientas simples, autoguiadas para hacerlo sencillo. ¿Necesita más ayuda? Nuestros administradores de atención incluyen trabajadores sociales, dietistas, farmacéuticos, enfermeros, coordinadores de la atención y enfermeros.

¿Necesita ayuda para comprender cómo funciona?

Mire un video breve para aprender cómo nuestro Programa de navegación de la atención apoya su bienestar. ProvidenceHealthPlan.com/CareNavigation



ATENCIÓN ALTERNATIVA

No hay cambios a la cobertura de atención alternativa en 2026

Su Providence Health Plan con el apoyo de Collective Health brinda cobertura para terapias de atención alternativa. Experimente alivio del dolor mientras mejora su bienestar físico y mental.

Nombre del plan	Plan PPO de Providence a nivel estatal (A tiempo completo y a tiempo parcial)	Plan PPO de Providence a nivel estatal (A tiempo completo y a tiempo parcial)
Beneficio	Límites de beneficios (por año calendario)	
Acupuntura	60 visitas (combinadas con quiropraxia)	12 visitas
Quiropraxia	60 visitas (combinadas con acupuntura)	20 visitas
Terapia de masaje	\$1,000	\$1,000

¿Está buscando un proveedor de atención alternativa?

Use la búsqueda de proveedores de "Get Care" (Obtener atención) iniciando sesión en su cuenta de My Collective en línea en: ProvidenceHealthPlan-pebb.CollectiveHealth.com

Recursos de farmacias que lo ayudan a ahorrar tiempo y dinero

Tiene acceso a más de 34,000 farmacias en todo el país. Ya sea si surte sus recetas en persona o por correo, su plan está diseñado para ayudarlo a obtener los medicamentos que necesita al menor costo posible.

Sus beneficios de farmacia incluyen:

1 Formulario del plan

Esta es la lista de medicamentos aprobados por la FDA (aprobados por el gobierno) que cubre su plan. Incluye medicamentos de marca y genéricos, y muestra qué medicamentos necesitan aprobación, terapia escalonada o tienen límites de reposición.

2 Farmacias de pedido por correo

Ahorre dinero pidiendo un suministro para 90 días de sus medicamentos y pida que se le entregue directamente en su hogar. El envío es gratis para todos los pedidos.

¿Necesita ayuda para empezar?

Llame a los miembros defensores al 855-284-1368.

Si toma medicamentos de mantenimiento, debe utilizar un servicio de pedidos por correo dentro de la red o una farmacia preferida dentro de la red de farmacias minoristas de suministros para 90 días.

3 Farmacia minorista de suministro para 90 días preferida

Surta una receta para 90 días en una farmacia preferida y pague 2.5 copagos en vez de 3. Algunos medicamentos de valor pueden tener incluso un copago de \$0.

4 Farmacia de especialidad

Algunos medicamentos necesitan un cuidado especial, como refrigeración o inyecciones. Su equipo de atención especializada lo ayudará a obtener estos medicamentos y a explorar asistencia financiera, si la hubiera.



RECURSOS DE FARMACIA

Programas extra para ayudarlo a ahorrar incluso más en sus medicamentos.



Soluciones de ahorro en medicamentos recetados

Ayuda a disminuir los costos de su propio bolsillo

- Gratuito para miembros elegibles
- Incluido automáticamente, no es necesario registrarse
- Personalización para su plan y sus medicamentos
- Obtenga alertas cuando haya opciones más económicas
- Apoyo de expertos de técnicos farmacéuticas certificados



HelpScript™

Puede disminuir el copago en medicamentos elegibles.

- Gratuito para miembros elegibles
- Incluido automáticamente, no es necesario registrarse
- Apoyo de expertos para acceder a medicamentos de los coordinadores de pacientes
- Disponible en farmacias seleccionadas

Obtenga más información

Visite la página de Recursos de farmacia de PEBB en:

ProvidenceHealthPlan.com/PEBB-PharmacyResources

Beneficios de fertilidad para ayudarlo en su camino a ser madre o padre

A través de PEBB, usted cuenta con beneficios mejorados para apoyar su proceso de planificación familiar. Progyny, un beneficio de fertilidad líder, ofrece atención personalizada y guía en cada paso del camino.

Con Progyny, usted obtendrá:

- Planes de tratamiento personalizados
- Defensor de atención al paciente dedicado (PCA)
- Apoyo y guía personalizada
- Acceso a los mejores especialistas en fertilidad
- Cobertura integral desde pruebas a tratamientos

Obtenga más información

Visite la página de recursos de Progyny para miembros de PEBB de Providence Health Plan en: ProvidenceHealthPlan.com/PEBB/Progyny

Obtenga el apoyo de una doula de parto profesional

Como miembro de Providence Health Plan, recibirá 8 visitas de una doula de parto profesional por parto y nacimiento. Las doulas de parto están ahí para apoyar su bienestar y el de su bebé, preparándola para un parto seguro y brindándole apoyo posparto. Sus beneficios incluyen:

- Ocho visitas con una doula
- Ayuda con su plan de parto
- Apoyo completo para el parto
- Atención posparto

Para encontrar una doula de parto:

Visite la Oregon Doula Association en línea en:
ORDoulas.org/directory



Programas de bienestar para ayudarlo a sentirse mejor que nunca

Su plan de salud incluye programas que ayudan a su cuerpo y mente a mantenerse saludables. Estas herramientas son fáciles de usar, están respaldadas por la ciencia y están diseñadas para ayudarlo a satisfacer sus objetivos de salud.

Kaia Health

Alivie su dolor de músculos y articulaciones, sin dejar su hogar. Kaia es una aplicación que lo ayuda a manejar el dolor de espalda, cuello, articulaciones y más. Recibirá un plan personalizado con ejercicios, estiramientos, herramientas de relajación y orientación experta basada en investigaciones médicas. Únase a más de 500,000 personas que utilizan Kaia para aliviar el dolor.

Omada

Tome medidas para prevenir la diabetes. El programa Omada ayuda a reducir el riesgo de prediabetes y la enfermedad crónica. Ofrece consejos de nutrición y recursos para bajar de peso. Tendrá acceso a asesores de salud certificados, grupos de personas con afecciones de salud similares y visitas médicas en línea.

Virta Health

Revierta la diabetes tipo 2 con la atención de expertos. Virta ofrece un tratamiento liderado por médicos y respaldado por investigaciones que puede ayudar a revertir la diabetes tipo 2. Puede reducir el azúcar en sangre, tomar menos medicamentos y adelgazar. Virta proporciona un plan de tratamiento personalizado con apoyo profesional y recursos útiles.

Weight Watchers® (WW)

Obtenga apoyo personalizado para comer bien y alcanzar sus objetivos. Coma mejor, muévase más y adelgace con un plan hecho para usted. Obtendrá informes sobre su progreso, herramientas de seguimiento fáciles de usar y miles de recetas. Además, puede obtener asesoramiento en cualquier momento del día o de la noche, todo desde una aplicación en su teléfono.





VENTAJAS EXCLUSIVAS PARA MIEMBROS

Atención exclusiva y ahorros para apoyar sus objetivos de salud

Su plan le da más que solo visitas médicas. También viene con ventajas adicionales para apoyar su salud, vida diaria y tranquilidad.

One Pass Select™

Descubra la salud de todo el cuerpo en un programa a buen precio. Elija un nivel de membresía que se ajuste a su estilo de vida y acceda a aplicaciones de acondicionamiento físico digital, membresías para gimnasios y servicios de envío de alimentos a domicilio. Comience su viaje por menos de \$1 al día.

Travel Assistance®

Nos hemos asociado con Assist America Travel Assistance para brindar apoyo logístico para sus necesidades médicas de emergencia cuando se encuentre a cientos de kilómetros o más de su hogar. Reciba ayuda para ser admitido rápidamente en un hospital calificado o para reemplazar los medicamentos que se haya olvidado y mucho más.

LifeBalance

LifeBalance le brinda a usted y a su familia descuentos en cosas que les gusta hacer, como por ejemplo ver una película o irse de vacaciones. Manténgase activo, reduzca el estrés y ahorre miles en actividades divertidas, eventos culturales, artículos de bienestar y viajes.

Protección de la identidad

Assist America lo protege contra el robo de sus datos personales y lo ayuda a recuperar su integridad si se usan de forma fraudulenta. Guarde la información importante en un lugar seguro y en caso de pérdida o robo, aproveche un proceso de resolución rápido y simple.

Visite la página de Recursos para miembros de PEBB:

ProvidenceHealthPlan.com/PEBB/MemberResource

¿Tiene preguntas?

Estamos aquí para brindarle ayuda

Nuestro equipo puede ayudarlo a explicarle su plan y responderle las preguntas.



Llame a su línea dedicada al:

855-284-1368

de lunes a viernes de 4 a. m. a 6 p. m. (hora del Pacífico)

Sábados de 7 a. m. a 11 a. m. (hora del Pacífico)



Visite:

ProvidentHealthPlan.com/PEBB/MemberResource



POWERED BY **Collective Health**

