



**Brian K. Guthrie**  
Executive Director

888.237.6762  
[www.trs.texas.gov](http://www.trs.texas.gov)

1000 Red River Street  
Austin, Texas 78701-2698

Estimado participante de TRS-Care:

Sabemos cuánto cuenta usted con sus beneficios médicos y que estos son parte clave de su bienestar. Nuestra meta es mantenerle informado sobre el particular. La presente es para notificarle que TRS-Care ha recibido fondos de la Legislatura 86 de Texas (86th Texas Legislature), lo cual permitirá que las primas permanezcan iguales durante el año 2020. Además, no se reducirán los beneficios y el plan TRS-Care Standard cubrirá más servicios a través del servicio de telemedicina.

## Nuevas Mejoras de Beneficios

Es un placer anunciarle que se han extendido, al plan TRS-Care Standard, varios beneficios del servicio de telemedicina. A partir del 1ro de septiembre de 2019, los participantes de TRS-Care Standard continuarán teniendo acceso a médicos de medicina general a través de Teladoc con un copago de \$30, lo cual es menor a los \$40 que se cobraban anteriormente. También a través de Teladoc, los participantes de TRS-Care tendrán acceso a servicios para la salud relacionada con el comportamiento. Los participantes mayores de 18 años de edad podrán recibir tratamiento para enfermedades, tales como la ansiedad y la depresión, a través de psiquiatras, psicólogos, terapeutas certificados o consejeros especializados en el tratamiento de la drogadicción. Los psiquiatras podrán recetar ciertos medicamentos procedentes de una lista limitada, incluso antidepresivos. Los participantes tendrán además acceso a consejos de nutrición a través de dietistas registrados. Todo esto a través de Teladoc y a partir del 1ro de enero de 2020. En el folleto anexo, encontrará más información.

Además de los beneficios extendidos de telemedicina, los familiares no cubiertos de jubilados de TRS-Care podrán también utilizar servicios de medicina general a través de Teladoc, a partir del 1ro de septiembre de 2019 con un copago de \$45 por visita.

## ¿Tiene Preguntas Sobre sus Beneficios?

### Le invitamos a que participe en nuestra Sesión Informativa de TRS-Care

En otoño, TRS, Humana, Aetna, CVS Caremark y SilverScript recorrerán el estado para conectarse con los jubilados de TRS en lo que respecta a sus planes de cuidado médico. A partir del 1ro de octubre de 2019, llevaremos a cabo 23 sesiones en persona, así como un seminario interactivo en la red o webinar. Inscríbase hoy mismo, llamando al 1-800-850-1992. Están disponibles de lunes a viernes, entre las 8:00 a.m. y 5:00 p.m., hora del centro. El lugar y hora de las sesiones se encuentra en la invitación anexa. De no poder asistir a una de las sesiones en persona, inscríbase para el seminario interactivo en la red en el [www.trs.texas.gov/trs-care2020](http://www.trs.texas.gov/trs-care2020).

**NUEVO ESTE AÑO:** Cada sesión incluirá a un invitado especial que dará una charla sobre “Cómo Envejecer Saludablemente en su Jubilación” (“*Healthy Aging in Retirement*”).

## Sea un Participante Activo en cuanto a su Cuidado Médico

Su preocupación es la nuestra. Las decisiones que usted toma en cuanto a su cuidado médico le afectan tanto a usted como a otros jubilados. Usted puede controlar los costos y fortalecer el fondo de TRS-Care enfocándose en su salud personal y utilizando servicios económicos y de alta calidad, en la medida de lo posible. Recuerde, pagar más por servicios médicos y recetas no significa que recibirá un mejor cuidado.

### A continuación, encontrará cuatro formas de administrar sus costos:

- Ponga el cuidado de su salud en manos de un médico para el cuidado primario que esté pendiente de que usted cumpla con las metas previstas
- Aproveche los exámenes médicos preventivos y las vacunas que se ofrecen gratuitamente
- Acuda a médicos pertenecientes a la red y, en la medida de lo posible, seleccione genéricos al adquirir sus medicinas recetadas
- Diríjase a salas de emergencia solo para situaciones que pongan en peligro la vida del paciente

## Manténgase en Contacto

Manténgase informado sobre las novedades de TRS-Care suscribiéndose al boletín de TRS para el cuidado médico, titulado The Pulse for TRS-Care. Visite [www.trs.texas.gov](http://www.trs.texas.gov) y haga clic en donde dice "¡Suscríbese!" ("Subscribe!")

Para más información, sírvase llamar al Departamento de Beneficios Médicos y de Seguro de TRS (*TRS Health and Insurance Benefits Department*) al 1-888-237-6762. Están disponibles de lunes a viernes, entre las 7 a.m. y 6 p.m.

---

Atentamente,

Brian Guthrie, TRS Executive Director

Katrina Daniel, TRS Chief Health Care Officer