32BJ BENEFITS

BENEFIT MATTERS

BOSTON/SUBURBAN PA/BASIC PA EDITION

October
Octubre
2026

Periodontal disease

WHAT IS IT? DO YOU HAVE IT?

By Dr. Farnaz Tamari, DDS, Director, Dental; Nicole Rodriguez, RDH, Supervisor, Dental Hygiene; Joseph Masella, Practice Analyst, Dental Center

Periodontal disease (also called gum disease) sounds scary and for good reason. When food debris in your mouth isn't removed properly, bacteria build up around your teeth. Over time, this buildup can cause infections *Continued inside*

Enfermedad periodontal

¿QUÉ ES? ¿LA TIENE USTED?

Por el Dr. Farnaz Tamari, DDS, Director, Dental; Nicole Rodriguez, RDH, Supervisora, Higiene Dental; Joseph Masella, Analista de Prácticas, Dental Center

La enfermedad periodontal (también llamada gingivitis) suena como algo temible y hay motivos para temerla. Cuando los restos de alimentos no se eliminan correctamente de la boca, se acumulan bacterias *Continúa adentro*

NEWS YOU CAN USE

FREE dental cleaning and exam

You're covered for a free dental cleaning and exam every 6 months. And your benefit covers X-rays, fillings for cavities, tooth extractions, crowns, dentures and bridgework, but only when you see a dentist in your Delta Dental network. To learn more about your benefit and find a dentist near you, call Delta Dental at 800-589-4627 or visit deltadentalins.com/32BJ.

NOTICIAS ÚTILES

Limpieza y examen dental GRATIS

Tiene una limpieza y un examen dental cubiertos y gratis cada 6 meses. Y su beneficio cubre rayos X, relleno de caries, extracciones dentales, coronas, dentaduras postizas y puentes, pero solo cuando vaya a un dentista de su red Delta Dental. Para saber más de su beneficio y encontrar a un dentista cercano, llame a Delta Dental al 800-589-4627 o visite deltadentalins.com/32BJ.

Periodontal disease

Continued from front page

that damage your gums, weaken your teeth and even cause bone loss in your jaw, which leads to tooth loss. In fact, periodontal disease is the number one reason people lose their teeth.

Signs of periodontal disease include:

- Gums that bleed when you brush or floss
- Red or swollen gums
- Bad breath that does not go away
- Gums pulling away from your teeth
- Loose teeth

Besides brushing your teeth twice a day and flossing your gums every day, getting regular dental checkups supports overall health, including during pregnancy, and reduces your risk of developing heart disease, diabetes and Alzheimer's disease.

New ID card coming soon

Your 2027 **purple** Anthem ID card will be mailed to your home in December.

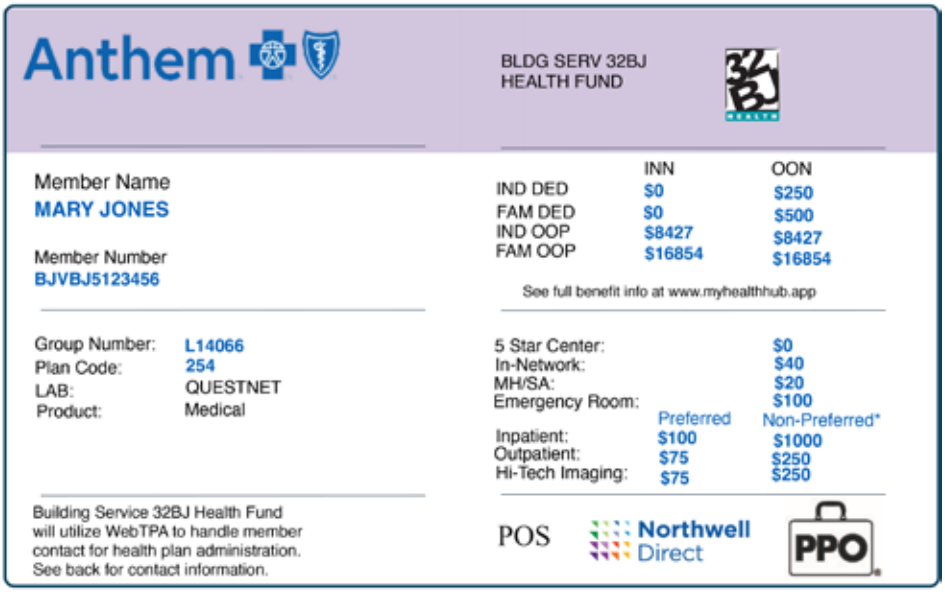
WHAT'S NEW?

Your 2027 has bigger type so it's easier to read.

WHAT'S THE SAME?

Your member ID, group ID and copays for in-network care are the same. You *always* save money when you go to in-network doctors and preferred, in-network hospitals. If you ever receive a bill for more than your copay from an in-network doctor or hospital, call Member Services *right away* and we'll fix the error.

If you don't receive your new **purple** card by December 31, call **Member Services** at **800-551-3225**, Mon.-Fri., 8:30 a.m.-8 p.m. and Sat., 9 a.m.-5 p.m.



Sample 2027 card

Enfermedad periodontal

Sigue desde la portada
alrededor de los dientes. Con el tiempo, esta acumulación puede provocar infecciones que dañan las encías, debilitan los dientes e incluso causan pérdida ósea en la mandíbula, lo que lleva a perder dientes. De hecho, la enfermedad periodontal es la primera causa de la pérdida de dientes.

Los signos de la enfermedad periodontal son:

- Sangrado en las encías al cepillarse o usar hilo dental
- Encías rojas o inflamadas
- Mal aliento que no desaparece
- Retirada del tejido de la encía que expone más los dientes
- Dientes flojos

Además de cepillarse los dientes dos veces al día y usar hilo dental en las encías diariamente, las revisiones dentales con regularidad contribuyen a la salud general, incluso durante el embarazo, y reducen el riesgo de desarrollar problemas de corazón, diabetes y enfermedad de Alzheimer.

Su nueva tarjeta médica llega pronto

Su tarjeta médica Anthem **morada** de 2027 le llegará por correo a su casa en diciembre.

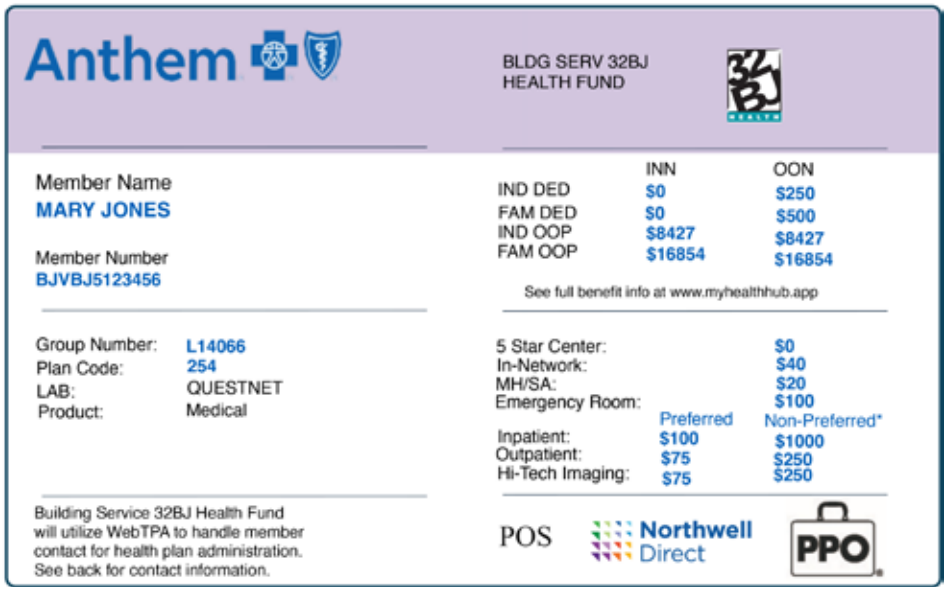
¿QUÉ TIENE DE NUEVO?

Su tarjeta de 2027 lleva la letra más grande para que sea más fácil de leer.

¿QUÉ CONTINÚA IGUAL?

Su identificador de miembro y de grupo y los copagos por cuidados dentro de la red permanecen sin cambios. *Siempre* ahorrará dinero al ir a médicos de la red y hospitales preferentes de la red. Si alguna vez recibe una factura superior a su copago por una visita a un médico u hospital de la red, llame a Servicios a Miembros *ya mismo* y resolveremos el error.

Si no recibe su nueva tarjeta **morada** para el 31 de diciembre, llame a **Servicios a Miembros** al **800-551-3225**, Lun.-Vie., 8:30 a.m.-8 p.m. y Sáb., 9 a.m.-5 p.m.



Tarjeta de ejemplo para 2027

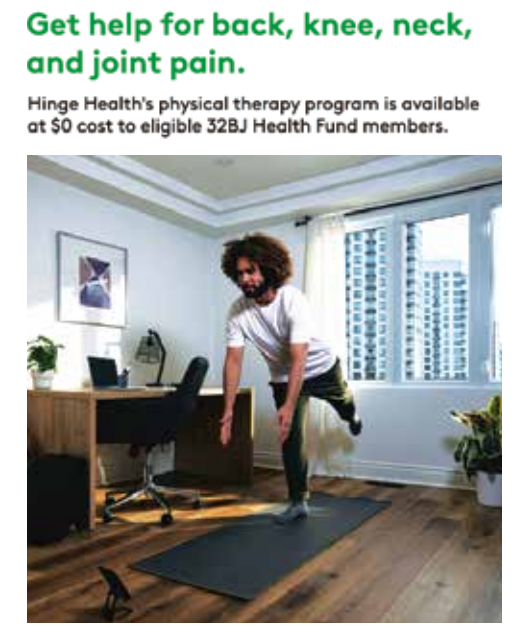
FREE virtual PT

Is back, knee, neck, or joint pain slowing you down? The 32BJ Health Fund is pleased to offer FREE virtual physical therapy from Hinge Health to eligible 32BJ members (age 18 and over).

Using the Hinge Health app, appointments with a physical therapist are available in English and Spanish. Your physical therapist will create a treatment plan specifically for you and will give you easy exercises to do between your appointments – and you have a **$0** copay.

GET STARTED RIGHT AWAY

Don't wait to start feeling better! To get started, call Hinge Health at 855-902-2777 or visit https://hinge.health/32bjfunds-wellbeing and click on "Join program."



$0 virtual PT lets you live pain free. Check out your Hinge Health brochure.

32BJ MEMBERS SAY AMAZING THINGS ABOUT VIRTUAL PT WITH HINGE HEALTH

"**I have been able** to walk up the stairs one foot after the other. For years I've had to do two feet per step. I didn't even notice I was doing it until I was at the top and it hit me how easy it was!"

"**Feeling good and getting** stronger on my left side…standing longer and more stable."

"**My right knee is getting** stronger thanks to the exercises. I plan to start bike riding again soon. As far as the Hinge routine is concerned, I'm happy with the exercises slowly progressing. Some of them are tough, but I'm seeing positive results and improvement!"

"**I love the fact** that these exercises help me to do normal day activities: lifting, kneeling, bending, etc."

"**The pain in my neck** and shoulders is at the minimum, almost as if it does not exist. My left hip is on and off between good days and bad days. However, I still see a difference in leg strength and balance."

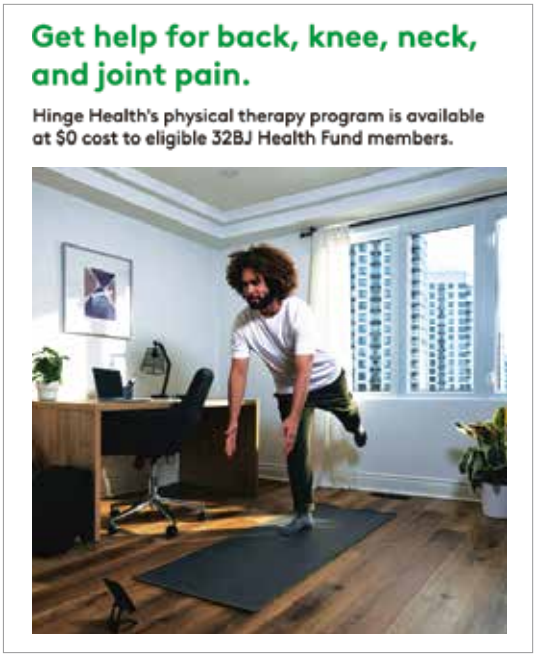
Fisioterapia virtual GRATIS

¿Le está frenando un dolor de espalda, rodilla, cuello o articulaciones? El 32BJ Health Fund se complace en ofrecerle fisioterapia virtual GRATIS de Hinge Health para los miembros de la 32BJ elegibles (de 18 años en adelante).

Usando la app de Hinge Health, puede elegir su cita en inglés y en español. Su fisioterapista creará un plan de tratamiento específico para usted y le pondrá ejercicios sencillos para hacer entre citas, por un copago de **$0**.

COMIENCE YA MISMO

¡No espere a ver si mejora! Para comenzar, llame a Hinge Health al 855-902-2777 o visite https://hinge.health/32bjfunds-wellbeing y haga clic en "Join program".



Fisioterapia virtual por $0 para vivir sin dolor. Consulte su folleto de Hinge Health.

LOS MIEMBROS DE LA 32BJ DICEN GRANDES COSAS SOBRE LA FISIOTERAPIA VIRTUAL CON HINGE HEALTH

"**Mi dolor de cuello y** hombros es mínimo, casi como si no existiera. La cadera izquierda va por días, buenos o malos. Donde noto una diferencia clara es en la fuerza y el equilibrio de la pierna."

"**Me siento mejor y** con más fuerza en el lado izquierdo...me paro de pie más tiempo y más estable."

"**Mi rodilla derecha v**a ganando fuerza gracias a los ejercicios. Voy a volver a andar en bici otra vez pronto. Estoy contenta con la rutina de Hinge porque voy progresando poco a poco con los ejercicios. Algunos son difíciles ¡pero voy viendo resultados positivos y mejoras!"

"**Me encanta que estos** ejercicios me ayuden a hacer actividades normales de la vida: levantar pesos, ponerme de rodillas, inclinarme, de todo."

"**Ahora puedo subir escalera**s poniendo un pie delante de otro. Durante años tenía que usar los dos pies para cada escalón. Ni me di cuenta de que lo estaba haciendo de corrido hasta que llegué arriba ¡y vi lo fácil que me resultó!"

Confused about an EOB or a medical bill?

CALL MEMBER SERVICES FOR ANSWERS AND HELP

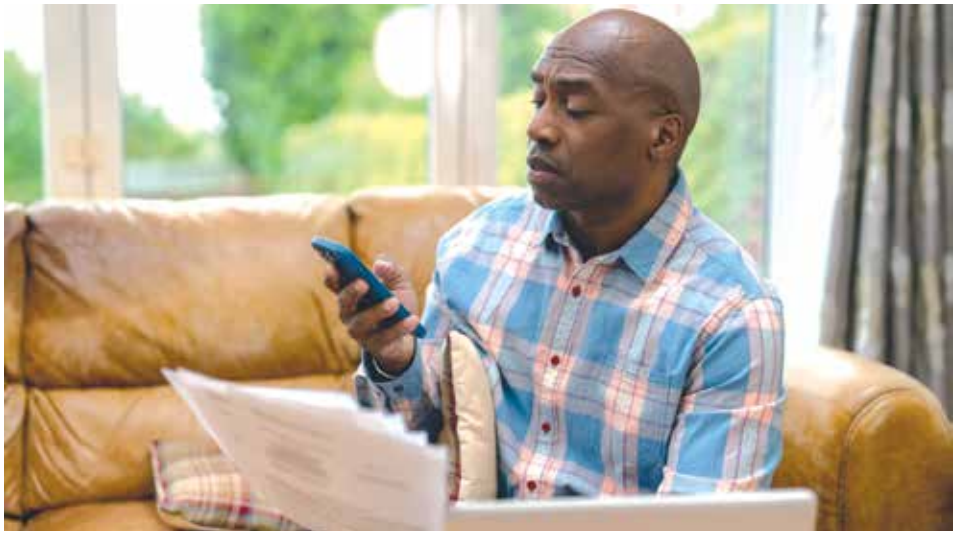
EOBS

Your doctor or your hospital sends claims to WebTPA for the care they provided you. WebTPA processes these claims and sends you an **Explanation of Benefits**, or **EOB**. An EOB shows you the providers' charges, the amount that your 32BJ health plan paid, and the amount you owe.

When you receive care from an in-network doctor or hospital, you are ONLY responsible for paying your copay—even if the amount listed on the EOB is higher. A Member Services representative will review your EOB with you and answer your questions. Call them as soon as you can.

BILLS

If you have received a bill from a doctor or a hospital that you don't understand, call Member Services right away. **Do not pay the bill until you talk with a Member Services representative.** They will tell you if the bill is correct—and if it is not, they will help you resolve the issue.



Don't ignore the bill, even if you pay your copay. **If you were charged a copay but think it was supposed to be $0**, call Member Services immediately. We don't want your doctor or hospital to send your bill to collections.

WE'RE HERE TO HELP

Whether you have questions about an EOB or a bill, ALWAYS call Member Services as soon as possible at 800-551-3225, Mon.-Fri., 8:30 a.m.-8 p.m. and Sat., 9 a.m.-5 p.m.

For bariatric, joint replacement or spine surgery, you MUST go to Lantern!

If you go anywhere else for these surgeries, you will be responsible for paying the **entire cost** of your surgery—which could be tens of thousands of dollars.

When you go to a surgeon in the Lantern network, your copay is **$0** for bariatric (weight loss) surgery, joint replacement surgery (ankle, hip, knee, shoulder) and spine (back and neck) surgery.

To get started, call Member Services at 800-551-3225, Mon.-Fri., 8:30 a.m.-8 p.m. and Sat., 9 a.m.-5 p.m.

¿Tiene dudas sobre una EOB o una factura médica?

LLAME A SERVICIOS A MIEMBROS PARA PREGUNTAR Y RECIBIR AYUDA

LAS EOB

Su médico u hospital envían reclamos de pago a WebTPA por los cuidados que le dieron. WebTPA procesa estos reclamos y le envía a usted una **Explicación de Beneficios**, o **EOB**. En esta explicación le muestran los costos de sus proveedores, la cantidad que pagó su plan de salud 32BJ y la cantidad que debe usted.

Cuando recibe cuidados de médicos u hospitales de la red, usted es responsable de pagar SOLAMENTE su copago, incluso si la cantidad que se indica en la EOB es más alta. Su representante de Servicios a Miembros puede revisar su EOB y contestar sus preguntas. Llame lo antes que pueda.

FACTURAS

Si recibe una factura médica o de hospital que no comprende, llame ya mismo a Servicios a Miembros. **No pague la factura, llame primero a su representante de Servicios a Miembros.** Le dirá si la factura es correcta y, si no lo es, le ayudará a resolver el problema.

No deje de lado la factura, incluso si ya pagó su copago. **Si le cobraron un copago pero usted piensa que debería ser $0**, llame de inmediato a Servicios a Miembros. Debemos evitar que su médico u hospital envíen su factura a una agencia de cobros.

ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDAR

Cuando tenga dudas sobre una EOB o una factura, llame SIEMPRE a Servicios a Miembros lo antes posible, al 800-551-3225, Lun.-Vie., 8:30 a.m.-8 p.m. y Sáb., 9 a.m.-5 p.m.

Para la cirugía bariátrica, de reemplazo de articulaciones o de columna vertebral, ¡es OBLIGATORIO ir a Lantern!

Si va a cualquier otro lugar para estas intervenciones, será responsable de pagar el **precio completo** de su cirugía, que podría ascender a decenas de miles de dólares.

Cuando va a un cirujano de la red de Lantern, su copago es de **$0** por la cirugía bariátrica (pérdida de peso), la cirugía de reemplazo de articulaciones (tobillo, cadera, rodilla, hombro) y la cirugía de la columna vertebral (espalda y cuello).

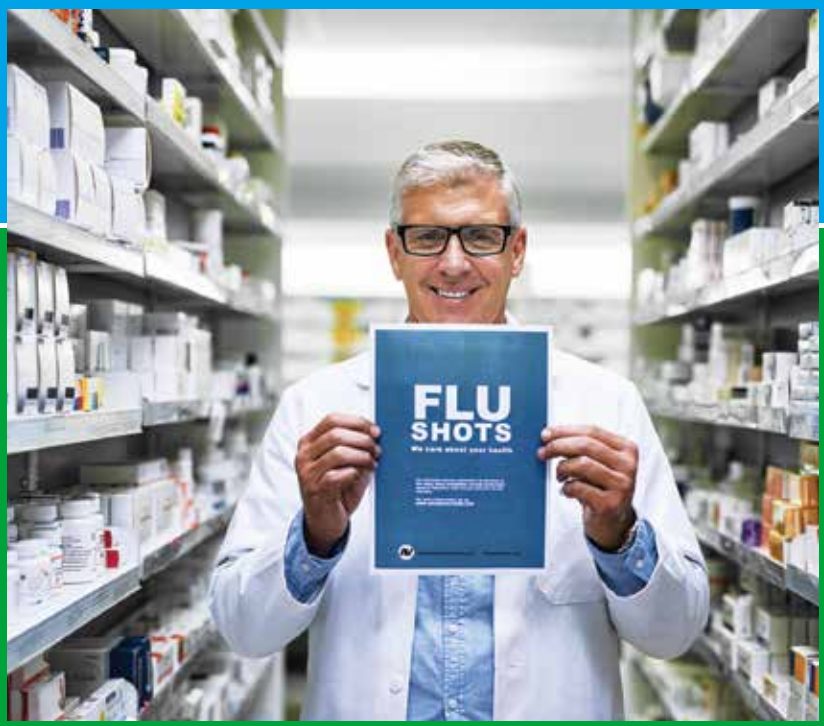
Para comenzar el proceso, llame a Servicios a Miembros al 800-551-3225, Lun.-Vie., 8:30 a.m.-8 p.m., y Sáb., 9 a.m.-5 p.m.

Building Service 32BJ Benefit Funds
25 West 18th Street
New York, NY 10011

NON PROFIT
U.S. POSTAGE
PAID
MVPRINT

FREE FLU SHOTS AT PARTICIPATING PHARMACIES

It's that time again. Protect yourself from the flu. Flu shots are free for you at pharmacies in your network. Just bring your prescription ID card.



VACUNAS DE LA FLU GRATIS EN LAS FARMACIAS PARTICIPANTES

Otra vez llegó la fecha. Protéjase de la flu. Las vacunas de la flu son gratis en las farmacias de su red. Basta con llevar su tarjeta de recetas.