Caltech

Su guía de beneficios para 2026.

Conozca. Determine. Aumente.

mybenefits.caltech.edu

Caltech

Conozca sus beneficios. Determine sus objetivos. Aumente sus posibilidades.

En Caltech, estamos comprometidos a respaldarlo a nivel personal y profesional en cada etapa de su camino. Nuestro programa Remuneración total está diseñado para ayudarlo a conocer sus opciones, configurar su futuro y desarrollarse con un propósito.

Cubrimos aproximadamente un 78% de los costos de beneficios de salud, lo que asegura el acceso a atención de calidad.

Además de la cobertura médica, dental y de la vista, sus beneficios incluyen:

- **13 días festivos pagos, vacaciones y licencias por enfermedad para recargar energías**
- **Licencia parental remunerada para los momentos más importantes de la vida**
- **Generosas contribuciones para su jubilación en el futuro**
- **Recursos de salud mental, incluidas herramientas de asesoramiento y autocuidado.**
- **Desarrollo profesional para hacer crecer tu carrera**

Estamos orgullosos de invertir en usted, tanto hoy como en lo que vendrá.

¿Preguntas sobre sus beneficios? Contacte al equipo de beneficios de Caltech llamando al (626) 395-6443 o envíe un correo a hrbenefits@caltech.edu.

Aquí comienza.

La exploración no es solo para el laboratorio. Así es como vivimos, aprendemos y lideramos. Nuestros beneficios están aquí para ayudarlo a perseguir lo que importa, apoyándolo mientras descubre nuevos caminos y prospera en todos los aspectos de su vida. Ante cada desafío y cada elección, estamos a su lado.
Conozca. Determine. Aumente.

ÍNDICE

INFORMACIÓN MÉDICA Y RECETAS	04	BIENESTAR FINANCIERO	28
CUENTAS DE ATENCIÓN MÉDICA	12	BIENESTAR MENTAL	30
SERVICIO DE SALUD/ANTHEM CONCIERGE INCLUIDO	13	BIENESTAR FÍSICO	32
DENTAL	14	OPCIONES DE CUIDADO INFANTIL	33
VISTA	16	BENEFICIOS DE VIAJE	34
VIDA Y DISCAPACIDAD	18	BENEFICIOS PARA EMPLEADOS	35
BENEFICIOS VOLUNTARIOS	21	CÓMO INSCRIBIRSE	36
JUBILACIÓN	26	INFORMACIÓN DE CONTACTO	38

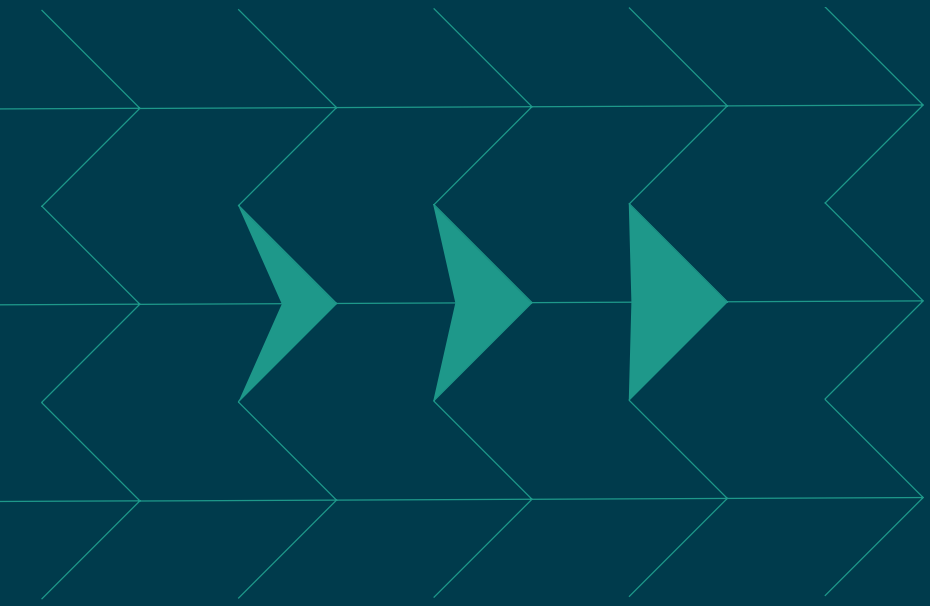
Haga clic aquí para imprimir

GUÍA DE BENEFICIOS 2026



Médica:
Cuide de usted y de su salud.

El acceso a cobertura y atención de calidad es importante para su salud. Explore sus opciones de plan para poder seleccionar lo que funcione mejor para usted y su familia. Determine sus beneficios eligiendo entre planes médicos. Obtenga una mejor salud.



Todos nuestros planes médicos te brindan:

- **Acceso a proveedores de alta calidad.**
- **Servicios de atención preventiva cubiertos al 100%**
- **Cobertura de medicamentos recetados**

Glosario de términos

Atención preventiva
Servicios de atención médica destinados a prevenir enfermedades, detectar en forma temprana posibles problemas de salud y mantener el bienestar general. Incluye chequeos regulares, exámenes y vacunas. La atención dentro de la red está cubierta al 100% por todos los planes médicos.

Copagos
Un monto fijo de bolsillo que usted paga al momento del servicio por visitas al médico o servicios médicos.

Coseguro
El porcentaje de los costos que usted paga por los servicios cubiertos después de alcanzar su deducible.

Cuenta de Ahorros para la Salud (HSA)
Puede utilizar esta cuenta para deducibles, copagos y coseguros; se transfiere de un año a otro y genera intereses; se ofrece únicamente con planes de salud con deducibles altos.

Cuenta de gastos flexibles (FSA)
Puede utilizar esta cuenta para deducibles, copagos y coseguros; se aplica la regla de "úselo o piérdalo", lo que significa que los fondos no utilizados se pierden al final del año.

Deducible
La cantidad que usted paga antes de que el plan cubra cualquier beneficio médico o entren en vigencia los copagos.

Dentro de la red
El proveedor o centro está en la red de su plan de salud, lo que le brinda acceso al nivel más alto de beneficios disponibles.

Evento de vida calificado
Un cambio en su situación (casarse o divorciarse, tener un bebé, una muerte en la familia) que lo hace elegible para inscribirse en un seguro de salud fuera del período de inscripción abierta.

Fuera de la red
El proveedor o centro no está en la red de su plan de salud. Con planes que ofrecen cobertura fuera de la red, se ofrecerá en el nivel más bajo de beneficios. Otros planes no ofrecen cobertura fuera de la red.

Máximo de monto de bolsillo
La cantidad máxima que pagaría anualmente por gastos médicos y de recetas cubiertos.

Medicamento de especialidad
Un medicamento de alto costo para enfermedades crónicas o complejas, que puede tener un copago más alto o requerir una aprobación especial bajo el plan médico.

Medicamento de formulario
Un medicamento incluido en la lista de medicamentos cubiertos del plan médico.

Medicamento no incluido en el formulario
Un medicamento que no está incluido en la lista de medicamentos cubiertos del plan médico, que a menudo cuesta más o requiere una aprobación especial.

Prima
La cantidad que paga cada mes por la cobertura, que se deduce de su cheque de pago.

Médica

Comparación de planes médicos para 2026

	Anthem PPO con deducible alto		Kaiser CA HMO	Anthem HMO
	Dentro de la red	Fuera de la red*	Solo proveedores de Kaiser. Sin cobertura fuera de la red	Solo proveedores de Anthem Advantage HMO.** Sin cobertura fuera de la red.
Atención preventiva	100% cubierto, sin deducible	60% cubierto, sin deducible	100% cubierto	100% cubierto
Deducible	$3,400 por persona $6,800 por familia		Sin deducible	Sin deducible
Máximo de monto de bolsillo	$4,500 por persona $9,000 por familia	$8,000 por persona $16,000 por familia	$1,500 por persona $3,000 por familia	$1,500 por persona $3,000 por familia
Médico de atención primaria	80% cubierto, sin deducible	60% cubierto, sin deducible	Copago de $25 por visita	Copago de $25 o $45 por visita
Especialista	80% cubierto, sin deducible	60% cubierto, sin deducible	Copago de $35 por visita	Copago de $25 o $45 por visita
Telehealth	$0 a través de LiveHealth Online***	60% cubierto después del deducible	Copago de $0 por visita	Copago de $25 o $35 por visita
Sala de emergencia	80% de los cargos elegibles cubiertos después del deducible		Copago de $250 (exento si es admitido)****	Copago de $250 (exento si es admitido)****
Atención de urgencias	80% cubierto, sin deducible	60% cubierto, sin deducible	Copago de $25 por visita****	Copago de $25 o $45 por visita****
Estadía en el hospital	80% cubierto, sin deducible	60% cubierto, sin deducible	Copago de $250 por admisión, luego cobertura del 100%*****	Copago de $250 por admisión, luego cobertura del 100%*****
Cuentas de gastos de atención médica elegibles	Cuenta de ahorros para la salud (HSA) o Cuenta de gastos flexibles para la salud (HFSA)		Cuenta de gastos flexibles para la salud (HFSA)	Cuenta de gastos flexibles para la salud (HFSA)

*Los proveedores que no pertenecen a la red pueden facturar a los afiliados la diferencia entre el importe total de sus servicios y la cantidad pagada por el plan.
**Se requiere selección de médico de atención primaria o grupo médico para cada miembro de la familia. Todos los beneficios deben ser proporcionados o autorizados.
***Los servicios de telemedicina de LiveHealth Online que no sean en tiempo real estarán sujetos a un deducible y/o copago.
****Si se trata de un proveedor fuera de la red, notifique a Kaiser o Anthem en un plazo de 24 horas; la atención de seguimiento con proveedores fuera de la red no está cubierta.
*****La atención de seguimiento debe ser autorizada por su grupo médico.

Primas mensuales de los empleados

	Solo empleados	Empleado + Hijo(s)	Empleado + Cónyuge	Empleado + Familia
Anthem PPO con deducible alto	$74	$155	$177	$278
Kaiser CA HMO	$170	$359	$414	$643
Anthem HMO	$212	$450	$520	$807

Entender las diferencias

	Anthem PPO con deducible alto	Kaiser HMO	Anthem HMO
Primas	**Más baja**	**Gama media**	**Más alta**
Dónde acudir para recibir atención	Consulte a cualquier proveedor. Pague menos cuando permanezca dentro de la red.	Utilice únicamente proveedores de la red Kaiser CA HMO o pague el costo total de la atención. (Los miembros pueden utilizar atención de urgencias fuera de la red cuando estén fuera del área de servicio del grupo médico).	Utilice únicamente proveedores de la red Anthem HMO o pague el costo total de la atención. (Los miembros pueden utilizar atención de urgencias fuera de la red cuando estén fuera del área de servicio del grupo médico).
Acceso a especialistas	No se necesitan referencias.	Se requieren referencias.	Se requieren referencias.
Pago por atención médica	Pague sus costos médicos hasta alcanzar su deducible. Después de eso, usted paga una pequeña parte de los costos (llamada coseguro) hasta alcanzar su máximo de monto de bolsillo.	Pague copagos cuando reciba atención médica o medicamentos. No hay que cubrir ningún deducible.	Pague copagos cuando reciba atención médica o medicamentos. No hay que cubrir ningún deducible.
Cuentas con ventajas fiscales	Utilice una HSA para gastar, ahorrar e invertir dólares antes de impuestos en atención médica. Los fondos nunca caducan incluso si cambia de trabajo o se jubila.	Utilice una FSA para gastar dólares antes de impuestos en atención médica. Los fondos no utilizados se pierden al final del año.	Utilice una FSA para gastar dólares antes de impuestos en atención médica. Los fondos no utilizados se pierden al final del año.
¿A quién le puede gustar este plan?	A aquellos que quieren las primas más bajas y la mayor variedad de proveedores. Quienes se sienten cómodos con el riesgo de tener mayores gastos cuando reciben atención.	Aquellos a quienes no les importa pagar primas más altas a cambio de costos más predecibles y se sienten cómodos con los proveedores de la red HMO de Kaiser.	Aquellos a quienes no les importa pagar primas más altas a cambio de costos más predecibles y se sienten cómodos con los proveedores de la red HMO de Anthem.

*Los proveedores fuera de la red aún pueden facturar costos no cubiertos por el seguro incluso después de alcanzar el máximo de monto de bolsillo.

¿Cómo decido?

Al evaluar sus opciones para un plan médico, es importante tener en cuenta sus necesidades y su nivel de comodidad. Para determinar qué plan es mejor para usted y su familia, **responda nuestro breve cuestionario de cinco preguntas que le ayudará a saber qué plan podría ser mejor para usted.**

Utilice este cuestionario solo como guía. Es solo una herramienta y no se debe confiar solo en él. Asegúrese de explorar esta guía de beneficios para ayudarlo a determinar qué plan es el más adecuado para usted y su familia.

Responda nuestro cuestionario en línea

para obtener ayuda para elegir su plan.

Tenga en cuenta lo siguiente: El costo compartido de las primas de Caltech para los planes médicos, dentales y de la vista está limitado a personas que reciben una compensación mensual de $1,000 pagada por Caltech o que tienen financiamiento externo designado como una asignación de Caltech para este propósito. Esto generalmente se aplica a investigadores postdoctorales y asociados visitantes.

Recetas

El plan de farmacia de Caltech es una parte vital de sus beneficios médicos, diseñado para hacer que la gestión de sus necesidades de recetas sea sencilla y asequible. Esta sección proporciona una descripción general de sus opciones, incluida la cobertura de recetas minoristas, recetas convenientes por correo y medicamentos de especialidad. Al explorar las diferencias en la cobertura farmacéutica entre los tres planes médicos disponibles, obtendrá la información necesaria para elegir el plan que mejor se adapte a sus necesidades y presupuesto.

	Anthem PPO con deducible alto		Kaiser CA HMO	Anthem HMO
	Farmacia minorista			
	Proveedores participantes dentro de la red (suministro de hasta 30 días)	Proveedores no participantes fuera de la red (suministro de hasta 30 días)	Proveedores participantes (suministro de hasta 30 días)	
Preventivo	*Deducible exento*	*Aplica deducible*	*Sin deducible*	*Sin deducible*
Genérico	$15 de copago	60% después del deducible	$15 de copago	$15 de copago
Formulario de medicamentos de marca	$45 de copago	60% después del deducible	$50 de copago	$50 de copago
Medicamentos de marca no incluidos en el formulario	$75 de copago	60% después del deducible	$50 de copago	$75 de copago
No preventivo	*Aplica deducible*	*Aplica deducible*	*Sin deducible*	*Sin deducible*
Genérico	Coseguro del 20% hasta $100 por receta, después del deducible	60% después del deducible	$15 de copago	$15 de copago
Medicamentos de marca dentro del formulario	Coseguro del 20% hasta $250 por receta, después del deducible	60% después del deducible	$50 de copago	$50 de copago
Medicamentos de marca no incluidos en el formulario	Coseguro del 20% hasta $250 por receta, después del deducible	60% después del deducible	$50 de copago	$75 de copago

*Los proveedores fuera de la red aún pueden facturar costos no cubiertos por el seguro incluso después de alcanzar el máximo de monto de bolsillo.

Recetas

	Anthem PPO con deducible alto		Kaiser CA HMO	Anthem HMO
	Pedido por correo			
	Proveedores participantes dentro de la red (suministro de hasta 30 días)	Proveedores no participantes fuera de la red (suministro de hasta 30 días)	Proveedores participantes (suministro de hasta 100 días)	Proveedores participantes (suministro de hasta 90 días)
Preventivo	*Deducible exento*		*Sin deducible*	*Sin deducible*
Genérico	$30 de copago	No cubierto	$30 de copago	$30 de copago
Medicamentos de marca dentro del formulario	$90 de copago	No cubierto	$100 de copago	$90 de copago
Medicamentos de marca no incluidos en el formulario	$150 de copago	No cubierto	$100 de copago	$150 de copago
No preventivo	*Aplica deducible*		*Sin deducible*	*Sin deducible*
Genérico	Coseguro del 20% hasta $200 por receta, después del deducible	No cubierto	$30 de copago	$30 de copago
Medicamentos de marca dentro del formulario	Coseguro del 20% hasta $500 por receta, después del deducible	No cubierto	$100 de copago	$90 de copago
Medicamentos de marca no incluidos en el formulario	Coseguro del 20% hasta $500 por receta, después del deducible	No cubierto	$100 de copago	$150 de copago

	Farmacia de especialidad			
	Proveedores participantes (suministro de hasta 30 días)	Proveedores no participantes	N/A	Proveedores participantes (suministro de hasta 30 días)
Especialidad	$75 de copago	No cubierto	No cubierto	$75 de copago

¿Está ubicado fuera del sur de California?

Si se encuentra fuera del sur de California, sus opciones de plan médico pueden ser ligeramente diferentes. Aún tendrá la opción de seleccionar el Plan PPO con deducible alto de Anthem o podrá elegir un plan médico diferente.

Consulte las opciones de plan:
hr.caltech.edu/documents/7095/Medical_Prescriptions_Locations_0922.pdf

Nuestros planes médicos en acción

Estos ejemplos son solo para fines ilustrativos y tienen como objetivo mostrarle cómo las personas en diferentes situaciones pueden elegir la cobertura que se ajuste a sus necesidades y presupuesto.

Familia

Angela está casada y tiene dos hijos adolescentes. Ella y su familia gozan de buena salud, pero prevé una visita a la sala de emergencias y tres visitas a atención de urgencia. Además, su marido toma un medicamento genérico para la migraña.

	Anthem PPO con deducible alto	Kaiser CA HMO	Anthem HMO
Prima anual	$3,336	$7,716	$9,684
Atención preventiva	$0	$0	$0
Visita a la sala de emergencias Angela se cae, se golpea la cabeza y va a sala de urgencias. La factura es de $3,000.	$3,000 Ella paga el costo total ya que no ha cumplido con el deducible.	$250 Angela paga un copago.	$250 Ella paga el copago.
Visita de atención de urgencia Los hijos de Angela visitan atención de urgencia por lesiones deportivas y su esposo va debido a fiebre alta. Cada visita cuesta $225.	$675 Ella paga el costo total ya que no ha cumplido con el deducible.	$75 Ella paga un copago de $25 por cada visita.	$75 Ella paga un copago de $25 por cada visita.
Receta El marido de Angela recibe medicación para la migraña. La receta genérica cuesta $15 por un suministro de 30 días o $180 al año.	$180 Como no ha alcanzado el deducible familiar, paga el costo total del medicamento genérico.	$180 Este plan cubre medicamentos genéricos a $15 por un suministro de 30 días.	$180 Los medicamentos genéricos cuestan $15 por un suministro de 30 días
Gasto total	$3,855	$505	$505
Gasto anual total (gastos de bolsillo + primas)	**$7,191**	$8,221	$10,189

Según la situación de Angela, el Plan PPO con deducible alto de Anthem ofrece la opción de menor costo. Como está ahorrando dinero en primas, va a destinar los ahorros a su HSA.

Empleado + Cónyuge

En términos generales, Sanna es saludable y no fuma. Ella está casada y su marido recibe periódicamente inyecciones contra la alergia. Sanna tendrá una breve estadía en el hospital este año.

	Anthem PPO con deducible alto	Kaiser CA HMO	Anthem HMO
Prima anual	$2,124	$4,968	$6,240
Atención preventiva	$0	$0	$0
Estadía en el hospital Se queda dos noches en un hospital y la factura es de $8,000.	$4,320 Ella paga su deducible individual de $3,400 y luego paga el 20% del costo restante.	$250 Ella paga el copago.	$250 Ella paga el copago.
Tratamiento para la alergia Su marido recibe inyecciones mensuales contra la alergia que cuestan $1,740.	$1,740 Su esposo paga el costo total porque no ha cumplido con el deducible individual.	$35 Los tratamientos están cubiertos al 100%. Hay un copago de $35 para una prueba de alergia.	$0 Los tratamientos están cubiertos al 100%.
Gasto total	$6,060	$285	$250
Gasto anual total (gastos de montos de bolsillo + primas)	$8,184	**$5,253**	$6,490

Según su situación, el Plan Kaiser CA HMO es la opción más asequible para Sanna.

Solo empleados

Darren es soltero, no tiene hijos y lleva un estilo de vida activo como escalador. Generalmente goza de buena salud y solo visita al médico para su chequeo preventivo anual.

	Anthem PPO con deducible alto	Kaiser CA HMO	Anthem HMO
Prima anual	$888	$2,040	$2,544
Atención preventiva	$0	$0	$0
Receta Toma un medicamento genérico para el colesterol alto.	$120 $30 por un suministro de 90 días ($120 por el año completo).	$120 $30 por un suministro de 90 días ($120 por el año completo).	$120 $30 por un suministro de 90 días ($120 por el año completo).
Gasto anual total	**$1,008**	$2,160	$2,664
Gasto anual total (Total de montos de bolsillo más deducciones del cheque de pago)	$1,008	$2,160	$2,664

La opción de menor costo de Darren es el Plan PPO con deducible alto de Anthem. Ahorra dinero en primas, por lo que también aprovecha la HSA y aporta $1,000 para gastos futuros.

Cuentas de atención médica y guarderías infantiles:

Ahorra dinero para gastos de atención médica elegibles.

Descubra cómo las cuentas de gastos de atención médica lo ayudan a planificar, ahorrar y prosperar. Todas estas opciones le permiten reducir sus ingresos imponibles y al mismo tiempo reservar dinero para gastos de atención médica o cuidado de dependientes.

Cuenta de Ahorros para la Salud (HSA)

Cuenta de gastos flexibles (FSA)

Cuenta de Gastos Flexibles para guardería infantil de dependientes (DCFSA)

Estos tipos de cuenta le permite reservar dinero antes de impuestos de su cheque de pago para ayudar a pagar el costo de los gastos de atención médica calificados para usted y sus dependientes cubiertos.

Una HSA permite que los fondos se transfieran de un año a otro y siguen siendo suyos (incluso si cambia de trabajo o se jubila), mientras que una FSA tiene un límite anual de "úselo o piérdalo".

Este tipo de cuenta le permite reservar dinero antes de impuestos de su cheque de pago para ayudar a pagar el costo de los gastos de cuidado infantil calificados.

LOS DETALLES:

- Solo puede usar esta cuenta con el plan Anthem HDHP PPO.
- El dinero no utilizado se transfiere automáticamente al año siguiente.
- Puede invertir en un grupo selecto de fondos mutuos una vez que tenga $1,000 en su cuenta, y cualquier monto de dinero que gane estará libre de impuestos.
- Monto máximo de contribución permitido:
  - Empleado: $4,400
  - Familia: $8,750
  - 55+: $1,000 adicional
- Puede inscribirse y cambiar sus contribuciones en cualquier momento.

LOS DETALLES:

- Puede utilizar esta cuenta con cualquier plan de salud, dental o de la vista.
- Debe presentar las solicitudes de reembolso de los gastos elegibles incurridos en 2026 antes del 31 de marzo de 2027*, de lo contrario, perderá el derecho al reembolso.
- Monto máximo de contribución permitido: $3,300.
- Puede inscribirse dentro de los 31 días de ser elegible para los beneficios, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

LOS DETALLES:

- Para sus hijos dependientes menores de 13 años o para un dependiente discapacitado.
- Debe presentar las solicitudes de reembolso de los gastos elegibles incurridos en 2026 antes del 31 de marzo de 2027*, de lo contrario, perderá el derecho al reembolso.
- Contribución máxima para empleados que no están muy bien remunerados: $7,500. Parejas casadas que presentan declaración por separado: $3,750.**
- Puede inscribirse dentro de los 31 días de ser elegible para los beneficios, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

*Esta fecha está sujeta a cambios en 2028 y años posteriores.
** Habrá un límite de contribución de $3,500 para los empleados muy bien remunerados (HCE). En 2026, un empleado muy bien remunerado (HCE) es aquel empleado de un Instituto que cobró $160,000 o más en 2025, y aquel empleado de un Instituto contratado en 2026 con un salario anticipado anual de $160 000 o más para el 2026. Este es un requisito establecido en la Sección 129 del Código del Servicio de Rentas Internas (IRS).

Included Health y Anthem Concierge

Gestione su atención médica.

La atención de la salud es complicada. Es por eso que tiene recursos disponibles para ayudarlo a explorar sus opciones, dar forma a su atención y aumentar su nivel de comodidad para saber que está tomando una decisión completamente informada.

Asistencia del plan médico

Si usted y sus dependientes están cubiertos por un plan médico de Caltech, tiene acceso a asistencia del plan médico a través de Included Health.

Podría beneficiarse del uso de Included Health si necesita:

- **Encuentre atención:** Asistencia para encontrar un médico de atención primaria o un especialista que se ajuste a sus preferencias personales.
- **Comprenda sus beneficios:** Confirme la cobertura de sus beneficios, revise sus opciones y coordine asuntos complejos entre su seguro y su médico.
- **Gestione su salud:** Obtenga respuestas sobre síntomas, una condición de salud y opciones de tratamiento; reciba apoyo para condiciones crónicas, embarazo, mejora del estilo de vida, coordinación de atención y más.
- **Obtenga una segunda opinión:** Para comprender completamente sus opciones para cualquier diagnóstico o recomendación de tratamiento.

☆ includedhealth.com/microsite/caltech

Anthem Concierge

Si tiene un plan de salud Anthem, tiene acceso a un defensor de salud personal para ayudarlo con sus preguntas de salud.

Usted puede beneficiarse del uso de Anthem Concierge si necesita:

- Comprender qué cubre su plan y cómo utilizar la herramienta de estimación de costos de Anthem.
- Encontrar un médico, un hospital, un laboratorio u otro proveedor de Anthem.
- Recibir ayuda para concertar citas.
- Encontrar medicamentos de menor costo.
- Configurar pedidos de recetas por correo.
- Leer su explicación de beneficios (EOB), resolver los errores de facturación del proveedor y comprender su proceso de apelaciones de reclamos.
- Registrarse en LiveHealth Online, los servicios de telemedicina de Anthem.
- Obtener información sobre los programas especiales disponibles para usted, incluidos Condition Care, Future Moms y la línea de enfermería 24 horas al día, 7 días a la semana.

☆ **¿Quiere concertar una cita con nuestro representante de Anthem Concierge?**

Caltech
Teléfono de Ruben Rodriguez: 626-395-6628
Correo electrónico: caltech_anthem_concierge@caltech.edu



Dental: Descubra sus opciones.

Tiene la posibilidad de elegir entre varios planes dentales. Explore sus opciones para determinar qué plan se adapta mejor a sus necesidades.

Todos los empleados tienen acceso a dos planes de Delta Dental (PPO estándar y PPO mejorado).

- El plan PPO mejorado le brinda beneficios adicionales, como un máximo por año calendario más alto, un deducible más bajo y un coseguro más alto para ciertos servicios con dentistas de Delta PPO.

Si se encuentra en el sur de California, también tiene la posibilidad de seleccionar un DHMO a través de MetLife. Con este plan:

- Debe seleccionar un dentista participante para brindar o coordinar toda su atención dental.
- Solo puede recibir servicios de proveedores dentales que tengan contrato con el plan.

Descripción general de los planes dentales

	DHMO (MetLife) (solo empleados del sur de California)	PPO estándar (Delta Dental)		PPO mejorado (Delta Dental)	
		Proveedores de Delta PPO	Proveedores Delta Premiere y no Delta	Proveedores de Delta PPO	Proveedores Delta Premiere y no Delta
Deducible individual	Ninguno	$50		$25	$50
Máximo por persona por año calendario	Ninguno	$1,750	$1,500	$2,200	$1,700
Copagos/coseguro					
Preventivo/De diagnóstico	Sin copago	100%, sin deducible		100%, sin deducible	
Servicios generales (como empastes, extracciones, tratamientos de conducto, encías/tejido de soporte y selladores)	Sin copago	80% después del deducible		80-90% después del deducible, dependiendo del servicio	60% después del deducible
Servicios principales (como coronas, dentaduras postizas parciales y completas e implantes)	Los copagos varían según los servicios	50% después del deducible		50-60% después del deducible, dependiendo del servicio	50% después del deducible
Ortodoncia	$1,450 para tratamiento de ortodoncia integral (se requiere derivación de su dentista general para adultos y dependientes)	50% después del deducible; hasta $1,000 máximo de por vida (solo hijos dependientes)		50% después del deducible; hasta $1,500 máximo de por vida (adultos y dependientes)	

Primas mensuales de los empleados

	Solo empleados	Empleado + Hijo(s)	Empleado + Cónyuge	Empleado + Familia
Delta Dental PPO (Estándar) *(Todas las ubicaciones)*	$13	$28	$32	$51
Delta Dental PPO (Mejorado) *(Todas las ubicaciones)*	$17	$36	$41	$65
MetLife DHMO *(solo en el sur de California)*	$2	$4	$5	$10



Vista:
El cuidado de sus ojos en foco.

El plan de la vista, a través de VSP, le ofrece una cobertura integral e incluye exámenes de la vista, anteojos, lentes de contacto y otros descuentos. Descubra cómo sus beneficios pueden influir en su bienestar visual general.

Puede utilizar proveedores VSP o no VSP, pero recibirá mayor cobertura y costos más bajos con proveedores VSP.

Descripción general de los planes de la vista

Servicio	Costo – Proveedores de VSP	Costo – Proveedores no VSP
Examen ocular de rutina Una vez cada año calendario	$5 de copago	Copago de $5 y luego el plan paga hasta $45
Marcos Una vez cada dos años	El plan paga hasta: $175 para marcos minoristas $195 para marcos de marca destacados $175 para Walmart/Sam's Club $95 para el equivalente de Costco 20% de descuento en cualquier monto que exceda el límite	El plan paga hasta $70
Lentes Una vez al año calendario	Incluido en el copago del examen de la vista Las lentes monofocales, bifocales con línea y trifocales con línea están cubiertas en su totalidad. Lentes de policarbonato cubiertas para niños dependientes. Las lentes Progresivas Estándar están cubiertas en su totalidad para todos.	El plan paga hasta: $30 para monofocales $50 para bifocales con línea $60 para trifocales con línea
Lentes de contacto (una vez cada año calendario, en lugar de anteojos y marcos)	Un copago de $60 por el examen de lentes de contacto (adaptación y evaluación) El plan paga hasta: $150 para lentes de contacto electivos $0 para lentes de contacto necesarios	El plan paga hasta $105
Corrección de la visión con láser	Descuentos a través de VSP	No cubierto

Primas mensuales de los empleados

	Solo empleados	Empleado + Hijo(s)	Empleado + Cónyuge	Empleado + Familia
VSP *(todas las ubicaciones)*	$2.36	$3.54	$3.52	$6.90

IMPORTANTE

El costo compartido de las primas de Caltech para los planes médicos, dentales y de la vista está limitado a personas que reciben una compensación mensual de $1,000 pagada por Caltech o que tienen financiamiento externo designado como una asignación de Caltech para este propósito. Esto generalmente se aplica a investigadores postdoctorales y asociados visitantes.

Solo puede inscribirse o realizar cambios en su plan médico, dental y de la vista dentro de los 31 días de volverse elegible para los beneficios, durante la inscripción abierta y dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.



Beneficios de vida y discapacidad.

Aprenda a proteger su futuro.

Descubra cómo el seguro de vida y la cobertura por discapacidad a corto y largo plazo pueden ofrecerle tranquilidad a usted y a su familia.

Seguro de vida de cobertura básica
Proveedor: Unum

$50,000 - Caltech le proporciona esto sin costo alguno con inscripción automática (no se requiere ninguna acción)

Seguro de vida complementario*
Proveedor: Unum

- Este es un complemento a la cobertura proporcionada por Caltech.
- Opciones de cobertura:
  - Seguro de vida complementario para empleados con cobertura equivalente a 1-5 veces su salario anual, hasta $1 millón.
    - **Costo:** Calculado en base a su edad – consulte el cuadro.
  - Seguro de vida complementario para cónyuge con opciones de cobertura que van desde $10,000 a $200,000.
    - **Costo:** Calculado en base a la edad de su cónyuge – consulte el cuadro. –
  - Seguro de vida complementario para niños con cobertura de $10,000 por cada dependiente elegible
    - **Costo:** $0.64 por mes, independientemente de cuántos hijos tenga.

Edad	Costo mensual por cada $1,000 de cobertura
Menos de 30	$0.030
30 a 34	$0.036
35 a 39	$0.052
40 a 44	$0.066
45 a 49	$0.096
50 a 54	$0.134
55 a 59	$0.230
60 a 64	$0.394
65 a 69	$0.738
70 o más	$1.200

Seguro voluntario de discapacidad a corto plazo (ITP)*
Proveedor: Unum

Este beneficio reemplaza parte de sus ingresos durante un período prolongado de tiempo si no puede trabajar debido a una enfermedad o lesión cubierta.



Para los empleados que trabajan en CA, HI, NJ, RI y NY, el seguro STD se deduce automáticamente de su cheque de pago como un impuesto sobre la nómina para un beneficio obligatorio del estado. Si trabaja en otro estado, usted elige una póliza STD.

Discapacidad básica a largo plazo (LTD)
Proveedor: Estado de California o Unum

Esta póliza le brinda cobertura que reemplaza el 40% de su salario regular después de seis meses de una discapacidad elegible; hasta el máximo especificado en la póliza.

Caltech le proporciona esto sin costo alguno con inscripción automática (no se requiere ninguna acción).

LTD complementario*

Proveedor: Unum

Puede agregar este beneficio que complementa la póliza LTD Básica. Esta póliza complementaria proporciona un beneficio adicional del 20% de su salario regular, por lo que recibe un beneficio total equivalente al 60% de su salario regular, hasta el máximo especificado en la póliza.

- **Costo:** $0.137 por cada $100 de ingresos mensuales básicos (que es la cantidad fija de dinero que se le paga, excluyendo las deducciones como contribuciones y adiciones fiscales).
- **Por ejemplo:** Si sus ingresos mensuales básicos son de $2,000, su costo mensual de STD complementario es de $2.74 [($2,000/$100) X $0.137 = $2.74]

Muerte accidental y desmembramiento (AD&D)

Proveedor: Unum

Puede elegir una póliza AD&D en cualquier momento para usted y sus dependientes cubiertos. Este seguro proporciona protección financiera en caso de muerte o lesión grave debido a un accidente (por ejemplo, si pierde una extremidad, la vista o sufre parálisis).

Plan	Monto de cobertura del empleado	I. Solo empleados	II. Empleado + Hijo(s)	III. Familia
A	$10,000	$0.208	$0.240	$0.304
B	$25,000	$0.512	$0.592	$0.768
C	$50,000	$1.008	$1.168	$1.520
D	$75,000	$1.520	$1.744	$2.288
E	$100,000	$2.000	$2.320	$3.040
F	$125,000	$2.512	$2.912	$3.808
G	$150,000	$3.008	$3.488	$4.560
H	$200,000	$4.000	$4.640	$6.080
I	$250,000	$5.008	$5.808	$7.600
J	$300,000	$6.000	$6.960	$9.120
K	$350,000	$7.008	$8.128	$10.640
L	$400,000	$8.000	$9.280	$12.160
M	$450,000	$9.008	$10.448	$13.680
N	$500,000	$10.000	$11.600	$15.200

*Para estas pólizas, usted puede inscribirse en cualquier momento, sujeto a la aprobación de la compañía de seguros. Sin embargo, a fin de evitar completar una evidencia de buena salud para ser aprobado, puede inscribirse para ciertos montos de beneficios durante los siguientes períodos de tiempo:

- Dentro de los 31 días de ser elegible para el beneficio
- Durante la inscripción abierta
- Dentro de los 31 días de un evento de vida calificado



Beneficios voluntarios: Diseñe protección adicional para usted y su familia.

Aprenda cómo los beneficios voluntarios pueden ayudarlo a protegerse ante situaciones inesperadas.

Enfermedad crítica

Proveedor: Unum

Este seguro paga un beneficio en efectivo por ciertas enfermedades graves, como accidentes cerebrovasculares, cáncer y ataques cardíacos.

- Puede recibir un pago único por un monto de hasta $10,000 o $20,000. La cobertura del empleado también cubre a todos los hijos dependientes elegibles menores de 26 años de edad.
- Costo: Calculado en función de tu edad (consulte el cuadro a continuación). En el caso de la cobertura de su cónyuge, se calcula en función de la edad de su cónyuge (consulte el cuadro a continuación).
- Puede elegir este beneficio dentro de los 31 días de volverse elegible para el beneficio, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

EJEMPLO

Susan estaba sentada en el sofá con su marido cuando empezó a tener dificultades para hablar y experimentó entumecimiento en la cara. Su marido reconoció que Susan estaba sufriendo un derrame cerebral y llamó inmediatamente al 911. Gracias a su rápida acción, ella se recuperó completamente, pero después de una estadía en el hospital que duró varios días, terapia ocupacional y visitas médicas de seguimiento.

Como Susan tenía una póliza por enfermedad grave, recibió un beneficio en efectivo para ayudarla a pagar sus gastos médicos, de transporte y de manutención, así como la pérdida de ingresos por estar fuera del trabajo durante su recuperación.

Primas mensuales de los empleados

Costo mensual			Costo mensual		
Edad	**Cobertura de empleados: $10,000 Cobertura del cónyuge/RDP[1] : $10,000**		**Edad**	**Cobertura de empleados: $20,000 Cobertura del cónyuge/RDP[1] : $20,000**	
	Empleado	**Cónyuge**		**Empleado**	**Cónyuge**
menos de 25	$1.60	$1.60	**menos de 25**	$3.20	$3.20
25 – 29	$2.20	$2.20	**25 – 29**	$4.40	$4.40
30 – 34	$3.20	$3.20	**30 – 34**	$6.40	$6.40
35 – 39	$4.30	$4.30	**35 – 39**	$8.60	$8.60
40 – 44	$6.40	$6.40	**40 – 44**	$12.80	$12.80
45 – 49	$9.40	$9.40	**45 – 49**	$18.80	$18.80
50 – 54	$14.30	$14.30	**50 – 54**	$28.60	$28.60
55 – 59	$20.50	$20.50	**55 – 59**	$41.00	$41.00
60 – 64	$29.80	$29.80	**60 – 64**	$59.60	$59.60
65 – 69	$44.00	$44.00	**65 – 69**	$88.00	$88.00
70 – 74	$65.70	$65.70	**70 – 74**	$131.40	$131.40
75 – 79	$90.10	$90.10	**75 – 79**	$180.20	$180.20
80 – 84	$117.40	$117.40	**80 – 84**	$234.80	$234.80
85+	$172.00	$172.00	**85+**	$344.00	$344.00

Seguro de indemnización hospitalaria

Proveedor: Unum

Este seguro ayuda a cubrir los costos relacionados con una estadía en el hospital u otro centro médico y no reemplaza la cobertura médica.

- Obtenga un pago único para ayudar con los costos de bolsillo, como deducibles y copagos.
- Los pagos dependen del tipo de atención necesaria (por ejemplo, $1,500 por una admisión hospitalaria, $500 por una admisión en cuidados intensivos y $100 por una estadía diaria en el hospital).
- Disponible para usted y sus dependientes cubiertos.
- Puede elegir este beneficio dentro de los 31 días de volverse elegible para el beneficio, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

EJEMPLO

Chris tuvo complicaciones debido a causa de la diabetes, que resultó en una estadía de dos días en el hospital. Durante ese tiempo, él se ausentaba del trabajo, y su esposa también se tomó licencia. Tuvo gastos de bolsillo que incluyeron servicios médicos, estacionamiento y comidas. El seguro de indemnización hospitalaria proporcionó beneficios en efectivo para ayudar a cubrir estos costos.

Seguro por accidentes

Proveedor: Unum

Este seguro ayuda a cubrir los costos de ciertos accidentes o lesiones fuera del trabajo y no reemplaza la cobertura médica.

- Obtenga un pago único para ayudar con los costos de bolsillo, como deducibles y copagos.
- Los pagos dependen de la lesión y la atención necesaria (por ejemplo, $1,000 por una internación hospitalaria, $150 por una visita a la sala de emergencias y $25 por una visita de seguimiento).
- Puede elegir este beneficio dentro de los 31 días de volverse elegible para el beneficio, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

EJEMPLO

Mientras andaba en bicicleta, la hija de Terry se desvió para esquivar una pelota que estaba en el suelo, se cayó y se rompió el brazo. Hizo una visita a la sala de urgencias, visitas médicas de seguimiento y fisioterapia. Estos gastos se acumularon rápidamente. El seguro de accidentes de Terry la ayudó a pagar los gastos de bolsillo para el cuidado de su hija, incluido el transporte y el estacionamiento para ir y volver de las citas.

Primas mensuales de los empleados	Solo empleados	Empleado + Hijo(s)	Empleado + Cónyuge	Empleado + Familia
Seguro por accidentes	$4.82	$10.24	$8.02	$13.44
Seguro de indemnización hospitalaria	$20.26	$26.84	$43.38	$49.96

NOTA: Unum ofrece un beneficio de $50 para cualquier persona en sus planes que complete un examen físico anual, reciba una vacuna contra la gripe o reciba un servicio de atención preventiva elegible.

Servicios legales

Proveedor: LegalShield

Explore cómo puede recibir asesoramiento profesional para problemas cotidianos, a lo largo de cada etapa de su vida.
Puede beneficiarse de LegalShield si necesita ayuda con:

- Cuidar de su familia, como un acuerdo prenupcial, revisar la documentación de adopción o cambiar su nombre.
- Planificar su patrimonio, como redactar un testamento, obtener un poder notarial o establecer un fideicomiso.
- Comprar, vender o alquilar una casa, como revisar un contrato de arrendamiento, revisar un acuerdo de compra/venta o resolver problemas con el propietario.

Protección contra el robo de identidad

Proveedor: LegalShield

En la era digital actual, es importante proteger su privacidad e información. Con este beneficio, usted recibe:

- Monitoreo de identidad.
- Monitoreo de crédito.
- Protección de información personal.
- Servicios de restauración integral en caso de robo de identidad.

Primas mensuales de los empleados

LegalShield	**Empleado + Familia**	
	$18.96	
ID Shield	**Solo empleados**	**Empleado + Familia**
	$14.96	$28.96

NOTA: Puede elegir este beneficio dentro de los 31 días de volverse elegible para el beneficio, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

Seguro de cuidados a largo plazo (LTC)

Proveedor: Genworth

Este seguro ayuda a cubrir el costo de la atención cuando usted tiene una condición médica crónica, una discapacidad o un trastorno y necesita atención en el hogar, atención en un hogar de ancianos o atención en un centro residencial cuando no está cubierto por su seguro médico.

- Usted elige la cantidad de cobertura que desea.
- La cobertura está disponible para usted y sus dependientes cubiertos.

Puede presentar la solicitud directamente con el proveedor en cualquier momento. Para conocer el costo y comprar cobertura, llame a Genworth al (800) 416-3624 o visite **genworth.com/Caltech**.

EJEMPLO

A la esposa de John le diagnosticaron la enfermedad de Alzheimer y, como resultado, necesita cuidados adicionales en el hogar. Al tener un seguro de atención a largo plazo, John puede usar esta cobertura para ayudar a pagar estos servicios, lo que le da tranquilidad adicional al saber que su esposa está siendo atendida mientras él está en el trabajo.

Seguro de hogar, automóvil y mascotas

Proveedor: MetLife

Como empleado de Caltech, usted tiene acceso a tarifas con descuento en seguros de hogar, automóvil y mascotas. Puede suscribirse a la cobertura en cualquier momento. **metlife.com/info/caltech/**.

Estos beneficios voluntarios no son un plan ERISA de Caltech, ya que Caltech no administra ni respalda dichos beneficios para fines de ERISA, no hace ninguna contribución a dichos beneficios, no recibe ninguna contraprestación relacionada con dichos beneficios, y cualquier decisión de participar en estos beneficios es puramente voluntaria por parte de los empleados.



Jubilación: Construya su futuro.

Planificar su jubilación es importante. Explore sus opciones integrales para poder forjar un mejor mañana y aumentar sus ahorros. Un plan básico generoso le permite a Caltech brindarle un fondo sólido, y le ofrece opciones adicionales para invertir en su futuro.

Plan de jubilación básico de Caltech

El Plan de jubilación básico de Caltech es un plan de contribución definida 403(b). Caltech aporta un porcentaje de su salario elegible a su cuenta de jubilación en función de sus años de servicio elegibles:

- **Menos de 10 años de servicio:**
  5% de la compensación elegible hasta la base salarial del Seguro Social*, luego el 10% del salario que exceda la base salarial del Seguro Social, sin exceder el límite de compensación del IRS.
- **10 o más años de servicio:**
  11% de la compensación elegible hasta la Base Salarial del Seguro Social*, luego 16,5% del salario por encima de la Base Salarial del Seguro Social, sin exceder el límite de compensación del IRS.
- Si fue contratado antes del 1.° de enero de 2022, consulte el Resumen de Descripción del Plan para obtener detalles sobre la fórmula de contribución. Consulte el **Resumen de Descripción del Plan aquí**.

Qué debe saber:

- Recibirá una notificación de inscripción de TIAA una vez que cumpla con los requisitos de elegibilidad.
- Seleccionará sus inversiones y designará beneficiarios a través de nuestro proveedor, TIAA
- El Plan Básico tiene un cronograma de adquisición de derechos escalonado de 3 años. Esto significa que por cada año completado de servicio de adquisición de derechos, usted es dueño de un porcentaje de su cuenta:
  - 1 año = 33%
  - 2 años = 66%
  - 3 años = 100%
- Las contribuciones y las ganancias de inversión están exentas de impuestos hasta que usted retira su cuenta.

Límites del IRS: **hr.caltech.edu/departments/total-rewards/benefits/retirement-savings**

**La base salarial del Seguro Social es la cantidad máxima de ingresos ganados sobre los cuales los empleados deben pagar impuestos del Seguro Social. En 2025, esta cifra ascenderá a $176,100.*

Plan de jubilación voluntario de Caltech

Este plan también es un plan de contribución definida 403(b) y consta de contribuciones de los empleados. Todos los empleados con salarios W-2 son elegibles para participar.

Qué debe saber:

- Puede inscribirse, cambiar o detener su contribución en cualquier momento.
- Usted elige cuánto quiere aportar hasta el límite anual del IRS.*
- Puede diferir sobre una base antes de impuestos, sobre una base Roth después de impuestos o sobre una combinación de ambas.
- Usted elige entre una variedad de opciones de inversión a través de nuestro proveedor, TIAA, y obtiene de inmediato el 100% de sus derechos.
- Si tiene 50 años o más en 2026, puede contribuir con un monto de recuperación adicional basado en la edad. Si su compensación en 2025 fue mayor a $150,000, su contribución de recuperación deberá realizarse sobre una base Roth después de impuestos.

Tenga en cuenta lo siguiente: Su límite podría reducirse porque debe considerar las contribuciones que recibe del Instituto bajo el Plan Básico.

Plan de Compensación Diferida 457(b) de Caltech

Si su salario básico anual al 1.º de noviembre de 2025 o la fecha de contratación es igual o superior al umbral de compensación para este plan, puede participar en el Plan de Compensación Diferida 457(b).

Qué debe saber:

- Las nuevas inscripciones o cambios en el monto de aplazamiento deben realizarse el mes anterior a la fecha de vigencia deseada.
- Usted puede diferir la compensación sobre una base antes de impuestos hasta el límite anual del IRS.
- Usted elige entre una variedad de opciones de inversión a través de nuestro proveedor, TIAA. Usted adquiere inmediatamente el 100% de sus derechos.

¿Necesita ayuda para planificar su jubilación?

Visite **tiaa.org/schedulenow** para programar una consulta gratuita o llame al (800) 732-8353, Opción 1. Para preguntas generales, llame al (800) 842-2252.



Bienestar financiero:

Su base para un mañana más fuerte.

El bienestar financiero es la clave para construir un futuro seguro y confiable. Explore una variedad de programas y recursos para ayudar a ampliar su conocimiento, desarrollar mejores hábitos financieros y sentar las bases para un éxito duradero.

Cuentas de ahorro y gastos

Para ayudarlo a ahorrar y gastar inteligentemente en atención médica y cuidado infantil, ofrecemos cuentas de ahorro para salud (HSA), cuentas de gastos flexibles (FSA) y cuentas de gastos flexibles para el cuidado de dependientes (DCFSA). Estas son herramientas importantes de bienestar financiero que lo ayudarán a desbloquear ahorros fiscales.

¿Por qué considerar estas cuentas?
Las contribuciones a estas cuentas se realizan con dólares antes de impuestos, lo que reduce sus ingresos imponibles y le permite conservar una mayor parte de su cheque de pago.

Puede utilizar estas cuentas para pagar los costos de atención médica y cuidado infantil, lo que ayuda a que estos gastos esenciales sean más asequibles.

En resumen: Paga menos impuestos y tiene mayor control sobre sus gastos de bolsillo.

Para explorar más sobre estas cuentas, las diferencias entre ellas y cómo funcionan, consulte la página 12 de esta guía.

Servicios y recursos de TIAA

A través de nuestro proveedor de jubilación, TIAA, usted tiene acceso a una variedad de recursos que le permiten planificar su futuro con confianza.

Cursos en línea: Mejore sus conocimientos sobre jubilación a través de cursos que pueden ayudarlo a planificar con anticipación y aprovechar al máximo sus inversiones. Estos cursos incluyen una descripción general universal, una base sólida, la gestión de su plan y la protección de sus activos. Obtenga más información en **tiaa.org/caltech**.

Servicios de consultoría: Puede recibir orientación financiera personalizada para su jubilación programando una cita con uno de los asesores de TIAA, sin costo para usted. **Comuníquese con TIAA para programar una reunión**.

Seminarios web en vivo y a pedido: Estas sesiones cubren una variedad de temas, como ahorrar para alcanzar sus metas, administrar sus finanzas, proteger su futuro y más. Visite **tiaa.org/caltech**.

Recursos adicionales:
Visite **tiaa.org/essentials** para encontrar herramientas y hojas de trabajo útiles en línea.
Visite **YouTube.com/TIAA** para explorar consejos rápidos sobre bienestar financiero.

Reembolso de matrícula

Se le puede reembolsar la participación en cursos de estudio en colegios y universidades acreditados, y en organizaciones acreditadas especializadas en capacitación relacionada con la carrera. Explore más en **hr.caltech.edu**.

Condonación de préstamos de servicio público

Caltech es un empleador calificado para el Programa de Condonación de Préstamos de Servicio Público del Gobierno Federal. El programa condona el saldo restante de los préstamos directos después de realizar 120 pagos mensuales calificados según un plan de pago calificado mientras trabaja a tiempo completo para un empleador calificado. Visite **studentaid.gov**.

Cooperativa de Crédito

La Cooperativa de Crédito Federal de Empleados de Caltech sirve exclusivamente a la comunidad extendida de Caltech y a sus familias con un valor financiero superior y un servicio insuperable. Visite **caltechefcu.org**.



Bienestar Mental:

Descubra formas de apoyar su salud mental.

Explore lo que necesita, defina lo que funciona para usted y crezca con el apoyo que se adapte a usted donde esté.

Programa de Asistencia al Empleado

Proveedor: Centro de consulta para miembros del personal y profesores

Acceda a servicios de asesoramiento y recursos gratuitos y confidenciales que pueden ayudarlo a usted y a sus dependientes cubiertos a enfrentar los desafíos de la vida. Busque apoyo en diversas áreas, incluidas:

- Depresión
- Ansiedad
- Soledad
- Abuso de sustancias
- Crianza de los hijos
- Cuidado de ancianos
- Estrés relacionado con el trabajo
- Desafíos de comunicación con supervisores, empleados o compañeros de trabajo.

Elija entre consultas en persona, por teléfono o video. Llame al (626) 395-8360 y deje un mensaje de voz de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m., o envíe un correo electrónico a **SFCC@caltech.edu**.

Recursos comunitarios

¿Busca más ayuda? Puede beneficiarse de WorkLife@caltech, que incluye recursos para apoyarlo a usted y a la comunidad de Caltech mientras construye conexiones sólidas. Aquí encontrará:

- Recursos de atención plena y meditación guiada
- Vídeos y prácticas de yoga online
- Técnicas de respiración y relajación

Headway

Si está inscrito en un plan de salud de Caltech Anthem, tiene acceso gratuito a Headway. Con Headway, usted puede beneficiarse de:

- **Coincidencia personalizada:** Encuentre al proveedor adecuado filtrando según sus necesidades clínicas y preferencias personales.
- **Disponibilidad inmediata:** Coincidencia el mismo día con proveedores que tengan vacantes dentro de las 48 horas.
- **Atención presencial o virtual:** Reserve la opción que mejor se adapte a sus necesidades y agenda.
- **Red diversa y de alta calidad:** Más de 40,000 médicos diversos dentro de la red que le ofrecen atención de alta calidad.
- **Plataforma fácil de usar:** Reserve y gestione citas y pagos directamente en nuestra web.
- **Precios asequibles y transparentes:** Todos los proveedores de Headway están dentro de la red de su seguro, y usted puede ver su precio antes de reservar.

COMIENCE HOY

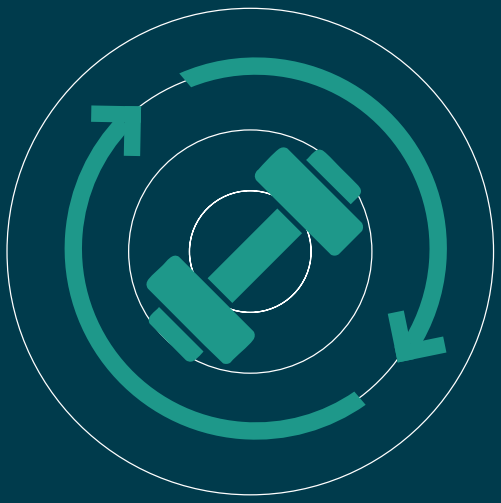
Visite book.headway.co/anthem-bc, o busque proveedores en Anthem.com o en la aplicación Sydney Health.

Servicios de salud mental proporcionados por Kaiser

Si está inscrito en un plan de salud de Caltech Kaiser, puede explorar el apoyo de salud mental que va de la mano con la atención que recibe. Tiene acceso a:

- Profesionales de la salud que pueden ayudarlo, incluidos médicos de atención primaria, psiquiatras, terapeutas y especialistas en medicina de adicciones.
- Herramientas de autocuidado y bienestar, incluidas aplicaciones como Calm y Headspace, que pueden ayudar con el estrés, la ansiedad y el sueño, disponibles sin costo.
- Coaching de bienestar y evaluaciones online.
- Recursos de bienestar digital.
- Clases y grupos de apoyo.

Visite: healthy.kaiserpermanente.org/health-wellness/mental-health.



Bienestar físico:

Beneficios que lo mantienen en movimiento.

Explore lo que le da energía, cree hábitos saludables y desarrolle más fuerza.

Membresía del gimnasio

Puede recibir una membresía con descuento en el Braun Athletic Center de Caltech, que incluye acceso en el lugar a una variedad de servicios que incluyen gimnasio, salas de pesas, tenis, pickleball, piscinas, pista para todo clima de 400 m, canchas de voleibol y baloncesto, y mucho más.
Visite **gocaltech.com/facilities**.

Active & Fit

Este programa está disponible para usted si está inscrito en un plan de salud de Caltech Anthem. Recibirás acceso a membresías de fitness a una tarifa con descuento para que pueda ejercitar a su manera: en un gimnasio, en casa con videos de ejercicios, y más.
Visite **activeandfit.com**.

One Pass Select Affinity

Si está inscrito en un plan de salud de Caltech Kaiser, recibirá acceso a One Pass Select Affinity, que incluye:

- Acceso a gimnasios y centros de fitness en todo el país.
- Clases de fitness digitales en vivo y entrenamientos a pedido.
- Creadores de entrenamiento personalizados para probar nuevos ejercicios.
- Entrega de alimentos y artículos básicos para el hogar para que comer sano sea fácil.

Visite **healthy.kaiserpermanente.org/health-wellness/fitness-offerings**.



Cuidado infantil:

Cuidamos a su familia.

Explore opciones de cuidado infantil flexibles que puedan adaptarse a su rutina con confianza y permitan que su familia crezca con un apoyo que se adapte a su vida.

Centro Educativo Infantil (CEC)

Ubicado en el extremo norte de Caltech, en un vecindario residencial, este preescolar ofrece opciones de tiempo completo y parcial para programas para bebés, niños pequeños y en edad preescolar. Tienes acceso a tarifas con descuento a través de Caltech.

Programa de Asistencia para el Cuidado Infantil (CCAP)

A través de este beneficio, usted puede recibir hasta $5,000 por año por hijos dependientes de 10 años de edad o menos, si se cumplen ciertos requisitos de elegibilidad.

- Puede elegir este beneficio dentro de los 31 días de volverse elegible para el beneficio, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado.

Centro Infantil de Caltech (CCC)

Ubicado en el campus de Caltech en 1200 E California Blvd en Pasadena, este centro ofrece opciones para programas para bebés, niños pequeños y en edad preescolar, y puede elegir entre dos días, tres días o cinco días a la semana El programa fomenta el pensamiento crítico al incorporar STEM en el juego cotidiano. Visite ccc.caltech.edu.

Cuidado infantil de respaldo

Al ofrecerle cuidado de respaldo subsidiado para niños y ancianos a través de Care.com, usted recibe acceso a cuidado de respaldo en el hogar y en el centro cuando su cuidado infantil habitual no está disponible debido a una circunstancia imprevista. Podrá acceder a este beneficio en cualquier momento. Obtenga más información en el sitio web de Beneficios y Bienestar de RR.HH.

Cuenta de gastos flexibles para guardería infantil de dependientes

Reserve dinero antes de impuestos de su cheque de pago para ayudar a pagar el costo de los gastos de cuidado infantil calificados. Consulte la página 12 para obtener más detalles.



Beneficios de viaje:

Cobertura que viaja con usted.

Si viaja por trabajo o fuera del país por motivos personales o laborales, usted está cubierto si algo sale mal en su viaje. Caltech paga el beneficio y usted queda inscrito automáticamente.

Seguro de accidentes en viajes de negocios (BTA)

Si viaja por trabajo, BTA le ofrece tranquilidad con beneficios que lo cubren si usted sufre lesiones o fallece como resultado de un accidente cubierto.

Este beneficio también le ofrece:

- Evacuación médica y repatriación (MER) tanto para viajes de negocios como personales, y le brinda a usted y a sus dependientes cubiertos que necesitan asistencia mientras viajan fuera de su país de origen.
- Asistencia en Viajes Internacionales si viaja por negocios relacionados con el trabajo y necesita opciones para necesidades médicas y de seguridad, este beneficio le brinda acceso a una red global de Centros de Asistencia.

Beneficios para empleados

Tiempo libre

Usted dispone de generoso tiempo libre para vacaciones, licencia por enfermedad, licencia por maternidad o paternidad, duelo, y más. Además, Caltech ofrece los siguientes días festivos pagos:

Año Nuevo
Día de Martin Luther King, Jr.
Día del Presidente
Día de los Caídos
Navidad
Día de la Independencia
Día del Trabajo
Día de Acción de Gracias
Juneteenth
Vacaciones flotantes (2)
Vacaciones personales
Días de lanzamiento especiales (3)
Día después de Acción de Gracias

Membresía del Ateneo

El Ateneo es un club privado de profesores y uno de los activos cívicos más notables de Pasadena. La membresía del club, abierta a todos los empleados con beneficios, incluye comidas, eventos privados, eventos del club, alojamiento en hotel, canchas de tenis y más. Visite **athenaeumcaltech.com**.

Tickets en el trabajo

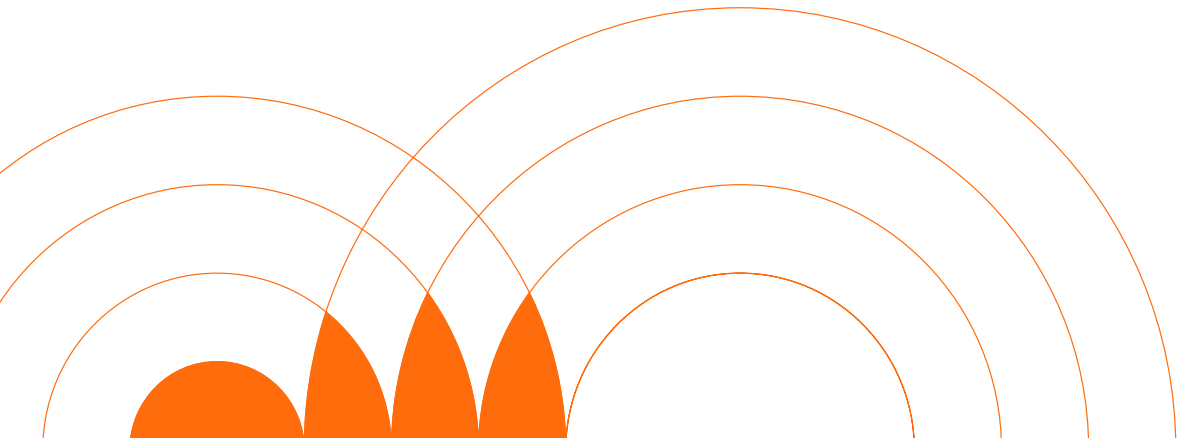
Tienes acceso a ahorros exclusivos y descuentos especiales en entradas de cine, eventos deportivos, eventos especiales, parques temáticos, atracciones y más.
Visite **caltechstore.caltech.edu/tickets-at-work**.

Servicios de viajes compartidos para viajeros

Este programa incluye programas de viajes compartidos en camionetas, automóviles y bicicletas, así como pases de metro gratuitos para reducir el número total de viajes en vehículos a Caltech y así reducir la congestión en nuestras carreteras y autopistas. Visite **parking.caltech.edu**.

Beneficios para jubilados de Caltech

En función de sus años de servicio y edad, Caltech ofrece a los jubilados elegibles y a su cónyuge elegible, cónyuge sobreviviente o pareja de hecho registrada, acceso a planes médicos, dentales y de la vista grupales o fondos HRA para cubrir gastos de atención médica y cobertura de seguro de vida. Visite **caltechretireebenefits.com**.



Cómo inscribirse

Para inscribirse dentro de los 31 días de ser elegible para los beneficios, durante la inscripción abierta o dentro de los 31 días de un evento de vida calificado:

- **Vaya a MyBenefits.caltech.edu o haga clic en "MyBenefits" (Mis beneficios) en access.caltech.edu.**

Agregar un dependiente a Your Coverage (Su cobertura).

Si agrega un dependiente, debe presentar documentación de respaldo, como una licencia de matrimonio o un certificado de nacimiento, para demostrar la relación de su dependiente con usted. Si no carga los documentos requeridos durante su período de inscripción, sus dependientes no estarán cubiertos por los planes de Caltech en 2026.

Certifique a sus dependientes actuales

Cada año, debe certificar que sus dependientes actuales (cónyuge o hijos) aún son elegibles para la cobertura de los planes de Caltech.

Nota: Si no toma medidas, sus dependientes no estarán cubiertos para ningún beneficio médico, dental, de la vista, ni para ningún beneficio voluntario para el nuevo año del plan.

Revisar y actualizar la información del beneficiario

Una vez al año, tómese un momento para asegurarse de que la información de su beneficiario esté actualizada para:

- Life insurance and Accidental Death and Dismemberment (if enrolled) in MyBenefits.
- Retirement plan(s) on the TIAA website, which can be accessed via MyBenefits.

Inscríbase en los planes HSA, FSA y DCFSA cada año.

Si desea participar en un plan de Cuenta de Gastos Flexibles (FSA) y/o Cuenta de Gastos Flexibles para Cuidado de Dependientes (DCFSA) para el nuevo año del plan, debe inscribirse en estos beneficios cada año. Su participación en estos planes no se transfiere al año siguiente.

Si desea participar en la Cuenta de Ahorros para la Salud (HSA) y es elegible para hacerlo al tener un Plan PPO con deducible alto de Anthem, puede inscribirse o realizar cambios en sus contribuciones a la HSA en cualquier momento a través de MyBenefits.

Información sobre eventos de vida calificados

Una vez que haya completado su inscripción como nuevo empleado o durante el período de inscripción abierta, sus elecciones de beneficios permanecerán vigentes hasta 2026. La única forma de realizar cambios en ciertos beneficios es si tiene un evento de vida calificado.

¿Qué es un evento de vida calificado?

Los criterios para un "evento de vida calificado" los determina el IRS, y algunos ejemplos incluyen:

- Matrimonio o divorcio.
- Nacimiento, adopción, cambio de custodia, orden judicial o fallecimiento.
- Su cónyuge queda empleado o desempleado.
- Su hijo ya no cumple con los requisitos de elegibilidad.
- Contrae una discapacidad.
- Su cónyuge contrae una discapacidad o fallece.
- Su estado laboral cambia de tiempo completo a tiempo parcial, o de tiempo parcial a tiempo completo.

¿Qué pasa si tengo uno de estos eventos durante el año?

Es una oportunidad única para cambiar su cobertura de beneficios fuera del período de inscripción abierta. Si se cumplen todas las siguientes condiciones, puede realizar cambios:

1. Tiene un evento de vida calificado.
2. Usted informa el cambio dentro de los 31 días siguientes al evento.
3. El cambio afecta su elegibilidad bajo uno de los planes de beneficios proporcionados por Caltech.

¿Cómo hago cambios?

Asegúrese de tener la documentación de respaldo pertinente, como un certificado de matrimonio, un certificado de nacimiento o un decreto de divorcio. A continuación, siga estos pasos:

1. Vaya a **mybenefits.caltech.edu**.
2. Inicie sesión con sus credenciales de Caltech (el mismo nombre de usuario y contraseña que utiliza para **access.caltech.edu**).
3. Una vez que haya iniciado sesión, haga clic en "My Benefits" (Mis beneficios).
4. En la página siguiente, haga clic en "Change Your Current Benefits" (Cambiar sus beneficios actuales).
5. Seleccione el motivo del cambio y la fecha del evento de vida.

   Tenga en cuenta lo siguiente: Si está agregando un dependiente a su cobertura, proporcione el número de seguro social del dependiente. Si no tiene el número, como por ejemplo el de un bebé recién nacido, proporciónelo a la oficina de Recursos Humanos una vez que lo reciba de la Oficina de Administración del Seguro Social.
6. Usted podrá ver su perfil. Para actualizar su información, debe visitar **access.caltech.edu** y acceder a "My Personal Information" (Mi información personal). Haga clic en "Continue to next step" (Continuar al siguiente paso).
7. Tómese un momento para revisar a su familia. Haga clic en "Next" (Siguiente).
8. Verá una lista de todos sus beneficios. Haga clic en "Edit coverage" (Editar cobertura) debajo de cada beneficio que desee actualizar.
9. Siga las instrucciones para realizar las actualizaciones apropiadas.
10. Una vez que haya editado todos los beneficios necesarios, haga clic en el botón verde "Save Changes" (Guardar cambios) en la parte inferior de la pantalla.

Si tiene alguna pregunta, necesita ayuda para comprender cuándo realizar cambios o qué documentación se requiere, comuníquese con el Equipo de Beneficios de Caltech llamando al (626) 395-6443 o envíe un correo electrónico a **hrbenefits@caltech.edu**.

Información de contacto 2026

COMPAÑÍAS DE SEGURO

Plan	Transportista/ Proveedor	Números de grupo	Teléfono	Sitio web y aplicación móvil
Información médica y recetas	Anthem	HMO 175104H200 Plan PPO con deducible alto 175104M277 BlueCard (Fuera de CA) 175105M263 Owens Valley PPO 175105M265	(866) 820-0765 (De lunes a viernes de 8 a. m. a 12 a. m., hora del Pacífico)	Sitio web anthem.com/ca/Caltech Aplicación móvil Sydney Health
	Kaiser	Sur de California 101829-1 Washington 4918800	California (800) 464-4000 (de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m., hora del Pacífico) Washington (888) 901-4636 (de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m., hora del Pacífico)	Sitio web choose.kaiserpermanente.org/caltech Aplicación móvil Kaiser Permanente
Planes dentales	Delta Dental PPO (Mejorado)	3608-12001	(800) 765-6003 (de lunes a viernes de 5 a. m. a 5 p. m., hora del Pacífico)	Sitio web deltadentalins.com/Caltech Aplicación móvil Delta Dental Mobile App
	Delta Dental PPO (Estándar)	3608-2001		
	MetLife DHMO (solo en el sur de California)	136384-0001	(800) 880-1800 (de lunes a viernes de 5 a. m. a 8 p. m., hora del Pacífico)	Sitio web metlife.com/info/caltech Aplicación móvil MetLife US App
Plan de la vista	VSP	12250422-0300	(800) 877-7195 (de lunes a sábados de 6 a. m. a 5 p. m., hora del Pacífico)	Sitio web caltech.vspforme.com Aplicación móvil VSP Vision Care
Cuenta de gastos flexibles para la salud (FSA)	HealthEquity	N/A	(866) 346-5800 (disponible 24/7)	Sitio web learn.healthequity.com/caltech Aplicación móvil HealthEquity
Cuenta FSA para guardería infantil de dependientes				
Cuenta de Ahorros para la Salud (HSA)				
Seguro por accidentes	Unum	477800	(800) 635-5597 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Muerte accidental y desmembramiento (AD&D)		943496	(800) 445-0402 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	Sitio web learn.unum.com/Caltech Aplicación móvil MyUnum para miembros
Seguro de vida básico		943496	(800) 445-0402 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Discapacidad básica a largo plazo (LTD)		943497	(800) 985-2429 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Enfermedad crítica		477799	(800) 635-5597 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Seguro de indemnización hospitalaria		477801	(800) 635-5597 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Discapacidad a corto plazo (STD)		943497	(800) 985-2429 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Seguro de vida complementario		943496	(800) 445-0402 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	
Legal grupal	LegalShield	302966	(888) 807-0408 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	Sitio web benefits.legalshield.com/Caltech Aplicación móvil LegalShield y IDShield
Protección contra el robo de identidad				

Seguro de cuidados a largo plazo (LTC)	Genworth	Número de póliza: 17478	(800) 416-3624 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	Sitio web genworth.com/caltech
Seguro de hogar, automóvil y mascotas	MetLife	Cuando llame o solicite una cotización en línea, mencione que es empleado de Caltech. Código de descuento de Farmers GroupSelect: B1T	(844) 262-7241 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	Sitio web metlife.com/info/caltech
INFORMACIÓN DE JUBILACIÓN				
Plan de jubilación básico Plan de jubilación voluntario Plan de Compensación Diferida 457(b)	TIAA	Plan básico 403497/101205 Plan voluntario 403498 Plan de Compensación Diferida 457(b) 403499/101207	Preguntas generales (800) 842-2252 (de lun. a vie. de 5am a 7pm, hr. Pacífico) Programe una consulta (800) 732-8353, Opción 1 (de lun. a vie. de 5am a 7pm hr. Pacífico)	Sitio web tiaa.org/Caltech Descargue la aplicación móvil desde Apple AppStore o Google Play.
CONTACTOS ADICIONALES				
Asistencia del plan médico	Included Health	49188800	(800) 929-0926	Sitio web includedhealth.com/caltech Aplicación móvil Included Health
Programa de Asistencia para el Cuidado Infantil	Oficina de Beneficios de Recursos Humanos	N/A	(626) 396-6443 (lun. a vie. de 5am a 5pm, hr. Pacífico)	Sitio web hr.caltech.edu Correo electrónico CCAP@caltech.edu
Cuidado infantil de respaldo	Care.com	N/A	(855) 781-1303 (Disponible 24/7)	Sitios web hr.caltech.edu caltech.care.com Aplicación móvil Care.com
Información médica para jubilados	Centro de servicios para jubilados de Caltech	N/A	(855) 251-0920 (lun. a vie. de 5.30am a 6pm, hr. Pacífico)	Sitio web caltechretireebenefits.com
Seguro de accidentes en viajes de negocios (BTA)	Chubb partners with AXA Assistance (AXA)	N18014750	Dentro de EE. UU. o Canadá: +1-855-327-1414 (línea gratuita) Fuera de EE. UU.: +1-630-694-9764 (llamada por cobrar) (Disponible 24/7)	Sitio web www.ChubbTravelAssistance.com/AXA Aplicación móvil
Programa de Asistencia al Empleado (EAP)	Centro de Consulta para Personal y Profesores de Caltech (SFCC)	N/A	(626) 395-8360	Sitio web: sfcc.caltech.edu Correo electrónico: SFCC@caltech.edu
CONCIERGE - ANTHEM				
Conserje de Anthem (solo para miembros de Anthem)	Ruben Rodriquez	N/A	(626) 395-6628	Sitio web: hr.caltech.edu Correo electrónico: caltech_anthem_concierge@caltech.edu

Oficina de Beneficios de Recursos Humanos de Caltech

hr.caltech.edu
Llame al (626) 395-6443 o diríjase en persona (de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m., hr. Pacífico)
hrbenefits@caltech.edu

Conozca sus beneficios. Determine sus objetivos. Aumente sus posibilidades.

Esta guía, junto con los documentos del plan y los resúmenes de descripción del plan (SPD), los folletos de beneficios, los folletos de Evidencia de cobertura (EOC) y los certificados de seguro (conjuntamente, los “Documentos de beneficios”) describe los beneficios disponibles para usted y tiene como objetivo ayudarlo a utilizar cada beneficio de manera más efectiva. Los documentos del plan y los documentos de beneficios contienen información adicional. Los Documentos de beneficios regirán cualquier discrepancia con esta guía a menos que se indique lo contrario. En caso de conflicto entre esta guía y el Documento del plan, prevalecerá el Documento del plan. Esta guía describe los beneficios que se rigen por ERISA, así como los beneficios que no se rigen por ERISA.

Caltech