

# Estudio biométrico y evaluación de salud personal en línea de Quest Diagnostics®

y Florida Blue se ha asociado con Quest Diagnostics para brindarte servicios de salud y de estudios biométricos que proporcionen información sobre tu organismo de manera que puedas tomar medidas para estar tan saludable como puedas. Si no tienes acceso a un estudio de salud en línea, puedes usar esta opción para encontrar información valiosa sobre tu estado de salud actual y obtener recomendaciones personalizadas para estar más saludable.

## ¡IMPORTANTE!

- Debes completar tu estudio biométrico entre el \_\_\_\_\_ y el \_\_\_\_\_ en uno de los Centros de Servicio al Paciente de Quest Diagnostics
- Debes completar tu evaluación de salud personal entre el \_\_\_\_\_ y el \_\_\_\_\_
- Asegúrate de tener los resultados de tu estudio biométrico al alcance cuando completes la evaluación de salud personal en línea, ya que se te pedirá ingresar los valores reales del estudio biométrico.

## Cómo hacerlo:

### PASO 1

Programa y completa tu estudio biométrico en un Centro de Servicio al Paciente de Quest Diagnostics participante:

- Visita [my.questforhealth.com](http://my.questforhealth.com)
- Ingresa tu clave de registro: (Registration Key):
- Tu identificación única son los primeros 8 números que se encuentran en tu tarjeta de miembro de Florida Blue y tu fecha de nacimiento en formato MMDDAAAA (por ejemplo: tarjeta de miembro 12345678, fecha de nacimiento 1/7/1965 = 1234567801071965)
- ¡No olvides! No debes comer ni beber nada más que agua entre las 9 y las 12 horas previas a la extracción de sangre. Toma tus medicamentos, incluso aquellos para la presión arterial, con un sorbo de agua. Si tienes diabetes, pregúntale a tu médico si debes tomar insulina o medicamentos orales en caso de realizar ayuno. Asegúrate de imprimir tu página de confirmación y llevarla a la cita.
- O para registrarte por teléfono, simplemente llama al 1-855-623-9355 (De lun. a vie. De 7:00 a. m. a 8:30 p. m., hora Central; sábados: de 7:30 a. m. a 4:00 p. m., hora del Este)
- Una vez que tu estudio biométrico esté completo, los resultados estarán disponibles en línea entre 3 y 5 días después, y se te enviará una copia impresa.

### PASO 2

Completa una Evaluación de salud personal (Personal Health Assessment):

#### Desde [floridablue.com](http://floridablue.com)

1. Inicia sesión en tu cuenta de miembro en [floridablue.com](http://floridablue.com). Haz clic en Salud y Bienestar (Health & Wellness) luego en Better You Strides.
2. Lee y acepta los Términos de servicios, luego selecciona tu preferencia de comunicación.

#### Desde la aplicación móvil AlwaysOn

1. Descarga la aplicación AlwaysOn, disponible a través del Apple App Store o Google Play. Haz clic en "Nuevo usuario."
2. Completa los pasos de autenticación.
3. Crea tu nombre de usuario, contraseña y PIN.

Florida Blue 

**BetterYou**

 **Quest**  
Diagnostics®

Florida Blue es una marca comercial de Blue Cross and Blue Shield of Florida Inc., una licenciataria independiente de Blue Cross and Blue Shield Association Quest Diagnostics es un laboratorio de diagnóstico independiente que no brinda productos ni servicios de Florida Blue.

Esta es una traducción de su original en inglés. La versión en inglés prevalecerá.

83442S-0920R