

Compromiso y Trayectoria:

Efraín Vargas Carlo en la Junta de Síndicos del Plan de Bienestar



Efraín Vargas Carlo ha dedicado gran parte de su vida profesional al muelle de Ponce y a la Unión, desempeñándose en distintos roles a lo largo de los años. Su trayectoria en la Local de Ponce comenzó en 1996, cuando ingresó como miembro de la Unión en la lista de la Tierra y trabajaba en la plancha. Durante aproximadamente siete años, se desempeñó en esta labor hasta que se certificó como Mulero y Monta Carga. En los últimos cuatro años, ha trabajado como amantero, siendo el encargado de dar señales al gruero para evitar accidentes.

Con una vocación innata por ayudar a sus compañeros, hace seis años decidió postularse para la vicepresidencia de la Local de Ponce. "Ser vicepresidente me ha ayudado mucho. A mí me

gusta ayudar a los unionados sin interés", expresa Vargas Carlo. Su trabajo y dedicación fueron reconocidos por la matrícula, lo que le permitió asumir el cargo sin oposición. Ahora, al iniciar su gestión como presidente de la Local de Ponce, asume también una nueva responsabilidad como miembro de la Junta de Síndicos del Plan de Bienestar UTM-PRSSA.

Su vínculo con el Plan de Bienestar no es nuevo. "Mi papá trabajaba en Ponce, así que el Plan de Bienestar siempre ha sido mi proveedor de salud", comenta. Ha colaborado en casos relacionados con los socios de Ponce, pero ahora ve la oportunidad de hacer mucho más por ellos. Vargas Carlo reconoce que el servicio ha mejorado con la inclusión de Med Centro: "Tienes que hacer cita, pero te hacen todo en el mismo lugar y las facilidades están remodeladas y muy modernas. Yo diría que están mejor que algunos hospitales".

Al asumir su nuevo rol en la Junta de Síndicos, su principal objetivo es garantizar que los socios reciban los mejores beneficios posibles. "Estoy aquí para el beneficio de todos los socios. Que puedan tener los mejores beneficios que se les pueda ofrecer", afirma. Identifica como uno de los principales desafíos la inclusión de ciertos medicamentos cuyos precios se han elevado significativamente. "Me gustaría que se trabaje con eso para poderlos incluir. Eso sí, hay que ver cuál es la mejor manera".

Desde su experiencia en la Local de Ponce, Vargas Carlo que el Plan de Bienestar está en una situación estable. Sin embargo, destaca la importancia de

Continúa en la próxima página.

Ampliaciones de la cubierta de los
Servicios Médicos para el 2025

Página 2

Programa de Becas: Oportunidad
para el futuro **Página 6**

mejorar las condiciones laborales en el muelle de Ponce para que los trabajadores puedan cumplir con las horas requeridas y mantener el acceso a los beneficios. "Si el muelle mejora y hay más trabajo, las condiciones para tener el plan de salud también mejoran. Mientras más trabajo, más fácil es hacer las horas", explica.

En cuanto a las iniciativas para fortalecer el Plan de Bienestar, menciona que se han llevado a cabo reuniones con el Municipio de Ponce para buscar formas de aumentar la actividad en el muelle. "Ahora mismo el trabajo es esporádico. Nosotros tenemos la esperanza de que se regule".

Su compromiso con la Local de Ponce y con el bienestar de sus compañeros tiene raíces familiares. "Mi papá, Oscar Vargas, conocido como 'Bebe Leche', fue estibador y trabajó toda su vida en el muelle. Mi tío Raúl Vargas, 'Pilón', también trabajó allí. Mi hermano David, mi primo William y ahora mi hijo, Efraín Vargas González, han trabajado conmigo en el muelle".

Vargas Carlo reconoce que el ambiente de trabajo en el muelle puede ser desafiante, pero también enfatiza la importancia de mantener un balance entre la seguridad y el buen humor. "En el muelle la gente siempre se hace maldades y bromas, pero siempre hay que recordar que la seguridad es muy importante. Yo soy respetuoso con todos porque deseo lo mismo para mí, aunque también hay momentos en los que hay que reírse y relajarse".

En su vida personal, Efraín Vargas Carlo es padre de cuatro hijos. Dos de sus hijas residen en New Jersey, uno de sus hijos vive en Pennsylvania, y el otro trabaja junto a él en el muelle de Ponce. Además, es abuelo de cinco nietos, tres niñas y dos niños.

Con un firme compromiso con su comunidad y su profesión, Vargas Carlo concluye con un mensaje claro para sus compañeros: "Gracias por elegirme. Yo trabajaré para ustedes. Todos los servicios que se consigan durante mi incumbencia serán logros para el socio y sus familiares". 

AMPLIACIONES DE LA CUBIERTA DE SERVICIOS MÉDICOS PARA EL 2025

ABLACIÓN CARDÍACA

Algunos pacientes cardíacos padecen de obstrucciones en las válvulas que les ocasionan latidos irregulares y arritmias. Esta condición es diagnosticada por un cardiólogo tras la realización de varios estudios. Recientemente, se han identificado varios casos dentro del Plan en los que los especialistas han recomendado un procedimiento conocido como **ablación cardíaca** (SVT Ablation).

La **ablación cardíaca** es un tratamiento utilizado para corregir los latidos irregulares del corazón. Consiste en la aplicación de energía térmica o fría para crear pequeñas cicatrices en el tejido cardíaco, interrumpiendo así los impulsos eléctricos anormales. Dado que este procedimiento suele realizarse como parte de una cirugía cardíaca mayor, anteriormente no estaba cubierto por el Plan.

Estudios recientes indican que la ablación cardíaca puede conllevar ciertos riesgos, tales como infección, hematomas, sangrado, perforación, derrame cerebral y, en casos extremos, la muerte. Se estima que cada año, entre dos y tres pacientes dentro del Plan podrían requerir este procedimiento de manera ambulatoria, con un costo aproximado de \$5,236 por paciente.

En respuesta a esta necesidad, la Junta de Síndicos ha aprobado la inclusión de la **ablación cardíaca ambulatoria** dentro de la cubierta médica del Plan a partir del 2025.

MONITOREO CONTINUO DE GLUCOSA

La diabetes mellitus es una condición que afecta la forma en que el cuerpo procesa la glucosa en la

sangre, un elemento fundamental para la energía celular y el funcionamiento cerebral. Sin embargo, niveles elevados de glucosa pueden generar complicaciones graves con el tiempo.

En Puerto Rico, la diabetes es una de las enfermedades crónicas más prevalentes. Dentro del Plan de Bienestar, los casos reportados anualmente son significativos.

El **monitoreo continuo de glucosa (MCG)** consiste en el uso de dispositivos que miden automáticamente los niveles de glucosa en la sangre durante el día y la noche. Esto permite a los pacientes conocer su nivel de glucosa en tiempo real, analizar tendencias y tomar decisiones informadas sobre su alimentación, actividad física y medicación. Mantener la glucosa dentro de los rangos recomendados reduce el riesgo de complicaciones.

Algunas afecciones crónicas relacionadas con la diabetes incluyen la diabetes tipo 1 y tipo 2. Entre los síntomas de esta condición se encuentran:

- **Sed excesiva**
- **Necesidad frecuente de orinar**
- **Pérdida de peso involuntaria**
- **Presencia de cetonas en la orina**
- **Cansancio y debilidad**
- **Irritabilidad y cambios de ánimo**
- **Visión borrosa**
- **Heridas de cicatrización lenta**
- **Infecciones frecuentes**

El dispositivo de monitoreo continuo de glucosa mide los niveles de glucosa en intervalos de pocos minutos y realiza un seguimiento a lo largo del tiempo. Está compuesto por:

1. **Un sensor** insertado bajo la piel (en el abdomen o brazo), que mide la glucosa en el líquido intersticial.

2. **Un transmisor**, que envía los datos a un dispositivo.

3. **Un software**, que muestra y analiza los resultados en un teléfono inteligente, una bomba de insulina o un receptor.

Criterios de Elegibilidad

A partir del 1 de marzo de 2025, la Junta de Síndicos ha aprobado la cubierta para dispositivos de monitoreo continuo de glucosa bajo los siguientes criterios:

- Se utilizarán exclusivamente para medir y mostrar los niveles de glucosa.
- Serán para pacientes con **diabetes tipo 1**.
- Requerirán el uso diario de insulina.
- Se necesitará receta médica con justificación.
- Los sensores desechables deberán cambiarse cada 14 días.
- Utilizarán un teléfono inteligente con la aplicación correspondiente.
- Se deberá documentar al menos **dos episodios de hipoglucemia** (niveles de glucosa <54 mg/dL) en el expediente médico.

Si no se cumplen estos criterios, la solicitud será denegada.

AUDÍFONOS

La pérdida auditiva puede presentarse en distintos niveles, desde leve hasta severa, y sus causas incluyen:

- Enfermedades como diabetes, hipertensión y derrames cerebrales.
- Perforación del tímpano.
- Uso de ciertos medicamentos.
- Accidentes o lesiones.
- Factores hereditarios y envejecimiento.
- Exposición a ruidos fuertes o acumulación de cera en los oídos.

Continúa en la próxima página.

El tratamiento más común para la pérdida auditiva es el uso de **audífonos**, dispositivos electrónicos que amplifican el sonido. Generalmente, un especialista en oídos, nariz y garganta (ENT) diagnostica la condición y, si es necesario, refiere al paciente a un audiólogo para seleccionar el audífono adecuado.

La mayoría de los audífonos modernos son digitales y funcionan con baterías recargables o desechables. Su vida útil es de al menos cinco años, con garantías que varían entre uno y tres años.

Nueva Cobertura para el 2025

Hasta ahora, el Plan cubría **hasta \$800 por audífono**, sin importar si el paciente necesitaba uno o dos dispositivos. No obstante, debido al incremento en casos de sordera severa en ambos oídos, la Junta de Síndicos aprobó que, a partir del **1 de enero de 2025**, se cubrirán **\$800 por cada audífono**, con derecho a reemplazo cada cinco años. Los costos adicionales, baterías y mantenimiento serán responsabilidad del paciente.

El equipo deberá ser ordenado por un **ENT** y su proceso de trámite será manejado por la **Oficina de la Trabajadora Social del Plan**.

Con estas ampliaciones, el Plan de Bienestar UTM-PRSSA reafirma su compromiso con la salud y el bienestar de sus afiliados. 

Junta de Síndicos

Sr. Victor Aponte Torres - Presidente
Sr. Ramón A. Umpierre - Secretario
Sr. Miguel Ayala
Sr. José Rivera
Sr. Efraín Vargas Carlo
Sr. Paul Colgan



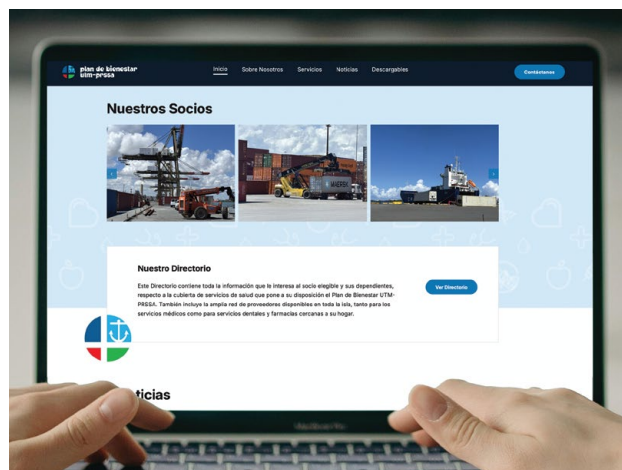
plan de bienestar
utm-prssa

Sirviendo al obrero portuario y su familia

NUEVO SITIO WEB

www.planbienestarutm.org

para el beneficio de todos



El nuevo sitio "web" oficial del Plan de Bienestar UTM-PRSSA, www.planbienestarutm.org, es una herramienta esencial para que los miembros accedan a información detallada sobre los servicios disponibles, noticias y recursos descargables.

Secciones principales del sitio web:

1. Inicio:

Presenta anuncios importantes, como la disponibilidad de una nueva aplicación móvil que permite a los miembros acceder a los servicios desde sus dispositivos. También incluye recordatorios para actualizar la información de contacto y la cobertura del seguro de vida. Desde esta sección, los usuarios pueden acceder al directorio del Plan y consultar las últimas tres ediciones de La Bahía.

2. Sobre Nosotros:

Ofrece una visión general de la misión, visión y estructura organizativa del Plan. Se detalla la composición de la Junta de Síndicos, junto con información sobre su trayectoria en la industria portuaria, además de la historia y propósito de la institución.

3. Servicios:

Describe los diversos beneficios que el Plan ofrece a sus miembros, divididos en tres categorías principales:

- **Servicios Médicos:** Acceso a dispensarios, médicos especialistas, salas de emergencia, hospitales, audiólogos, podiatras, quiroprácticos, oftalmólogos, optómetras, servicios dentales, laboratorios clínicos, radiografías, farmacias, procedimientos quirúrgicos, psiquiatría y servicios psicológicos.

- **Servicios Grupales:** Cobertura de seguros de vida y accidentes, declaratorias de herederos, consignaciones en tribunales, compensaciones por días de enfermedad y hospitalización, seguro de cáncer, entre otros.

- **Fondos Especiales:** Incluye el Fondo de Separación de Empleo, con opciones de retiros parciales, así como distribuciones anuales de fondos navideños y de verano.

4. Noticias:

Sección que mantiene a los miembros informados sobre eventos recientes, actualizaciones y otras comunicaciones relevantes del Plan.

5. Descargables:

Esta sección es especialmente útil para los miembros que necesitan acceder a formularios y documentos oficiales. Se pueden encontrar archivos en formato PDF para descargar, imprimir y completar, tales como:

- **Solicitudes:** Formularios para retiro parcial, seguro de vida, separación de empleo, solicitud de becas, ingreso o enmiendas al plan médico, reclamaciones de seguro por incapacidad no ocupacional, designación de beneficiarios del seguro de vida grupal, entre otros.

- **Informes:** Documentos como el Informe Anual Financiero, Resumen de Cubierta y Beneficios, Manual de Beneficios para Socios y el Directorio Médico.

- **Servicios:** Información sobre pediatría, ferias de salud y detalles sobre los servicios psicológicos ofrecidos.

Para utilizar estos recursos, los usuarios pueden descargar los formularios desde la sección de "Descargables", imprimirlos, completarlos y entregarlos en las oficinas del Plan de Bienestar UTM-PRSSA.

También existe la opción de enviarlos por correo electrónico a las direcciones proporcionadas en la página.

Además, el Plan ha desarrollado una aplicación móvil, disponible en "Google Play", que permite a los miembros revisar horarios de trabajo, beneficios y buscar proveedores de manera más conveniente. En la página "web" hay un código QR que facilita la descarga de la aplicación directamente en el dispositivo móvil.

El sitio "web" del Plan de Bienestar UTM-PRSSA es una plataforma integral diseñada para ofrecer a los socios y sus dependientes acceso rápido y sencillo a información clave, servicios y recursos necesarios para aprovechar al máximo los beneficios del Plan. 

UTILIZA LA NUEVA "APP" DEL PLAN

Para utilizarla, bájala libre de costo del **App Store** o "**Google Play**" bajo:

Plan de Bienestar UTM
o accede el código QR.



Usemos Medicamentos Genéricos

Los medicamentos genéricos son tan efectivos como los de marca, pero más económicos.
Úsalos y ahorra.

Programa de Becas: Ahora disponible para los Socios Elegibles

El acceso a la educación superior es un desafío para muchas familias trabajadoras, pero el Plan de Bienestar UTM-PRSSA ha asumido el compromiso de brindar apoyo a **sus socios** y sus hijos mediante su Programa de Becas. Este programa, diseñado para facilitar el acceso a estudios postsecundarios, busca fomentar el desarrollo académico y profesional de los beneficiarios, asegurando un impacto positivo en sus vidas y en la comunidad en general.

Naturaleza y Propósito del Programa

El Programa de Becas del Plan de Bienestar se fundamenta en su misión de facilitar al trabajador portuario y su familia inmediata, el acceso a servicios y beneficios que lo ayuden al mejoramiento de su calidad de vida. Su objetivo principal es proporcionar asistencia económica a los socios elegibles y sus hijos para la continuación de sus estudios en instituciones acreditadas.

El plan busca apoyar a estudiantes en programas de bachillerato, grado asociado, técnico o práctico, permitiendo así que más jóvenes y **adultos trabajadores** tengan la oportunidad de desarrollar sus capacidades profesionales sin que la carga económica sea un obstáculo.

Requisitos y Distribución de Becas para Socios Elegibles

Para asegurar una distribución equitativa de los fondos de becas y brindar oportunidades a un mayor número de beneficiarios, se establecen los siguientes requisitos y criterios de selección:

1. Elegibilidad y Límites de Concesión de la Beca

- La beca se otorgará exclusivamente a un **socio elegible** o a un (1) hijo de un socio elegible por núcleo familiar.

- Un beneficiario solo podrá recibir la beca en una (1) ocasión con el propósito de permitir que otros hijos de **socios** elegibles puedan acceder al beneficio.

- En caso de que un becario pierda la beca por cancelación de EL PLAN, renuncia voluntaria, graduación o incumplimiento de los requisitos establecidos, se podrá considerar a un segundo hijo o al propio socio elegible para competir por una beca. Esto estará sujeto a la disponibilidad de becas y siempre se dará prioridad a otros hijos de socios elegibles que no hayan recibido la beca anteriormente.

2. Restricción por Grado Académico

- Las becas serán concedidas únicamente para un solo grado académico.

3. Distribución de Becas

Las becas serán distribuidas según los siguientes criterios:

- a) Dos (2) becas para **socios elegibles** y/o hijos de socios elegibles

- Dirigidas a aquellos que, durante el año fondo previo al año de elegibilidad, hayan acumulado entre 210 y 999 horas.

- b) Dos (2) becas para **socios elegibles** y/o hijos de socios elegibles

- Dirigidas a aquellos que, durante el año fondo previo al año de elegibilidad, hayan acumulado 1,000 o más horas.

- c) Una (1) beca para los hijos de socios elegibles

- Destinada a los hijos de oficiales y empleados de LA UNIÓN, así como empleados regulares de EL PLAN.

4. Consideraciones Adicionales

- En caso de que no existan candidatos calificados conforme a la distribución anterior, se podrá reasignar la beca a otro nivel, recurriendo en primer término al nivel que le precede. De no haber candidatos en dicho nivel, se recurrirá al nivel siguiente según corresponda.

Estos criterios buscan garantizar un proceso justo y estructurado para la asignación de becas, maximizando el impacto del beneficio dentro de la comunidad de socios elegibles.

El proceso de adjudicación se lleva a cabo mediante un Comité Ejecutivo que revisa las solicitudes y selecciona a los becarios en función de su rendimiento académico y cumplimiento de los requisitos. Las becas se otorgan en un esquema escalonado según las horas trabajadas por el socio en el año anterior, asegurando un proceso justo y equitativo.

Impacto y Beneficios

Cada año, el Plan de Bienestar UTM-PRSSA otorga cinco becas de \$1,000, distribuidas en dos pagos de \$500 por semestre. El máximo de becas es de 20. Estas becas pueden extenderse de dos a cuatro años, dependiendo del programa de estudios del beneficiario. Este apoyo no solo alivia la carga financiera de los estudiantes y sus familias, sino que también incentiva la excelencia académica y la permanencia en los estudios.

El programa ha demostrado ser una herramienta clave para la movilidad social y el fortalecimiento de la comunidad portuaria. Al brindar oportunidades de formación, se fomenta el crecimiento profesional y se mejora la calidad de vida de los trabajadores y sus familias.

Compromiso con el Futuro

El Plan de Bienestar UTM-PRSSA mantiene su compromiso de continuar expandiendo y mejorando su programa de becas para asegurar que más socios y sus hijos puedan beneficiarse. Con cada nueva generación de becarios, se reafirma la importancia de la educación como motor de cambio y progreso.

Este programa es un testimonio del impacto positivo que una iniciativa bien estructurada puede tener en la vida de muchas personas. Al facilitar el acceso a la educación superior, el Plan de Bienestar UTM-PRSSA no solo cumple con su misión de apoyo a sus socios, sino que también contribuye al desarrollo social y económico de Puerto Rico. 



plan de bienestar
utm-prssa

Sirviendo al obrero portuario y su familia

¿Conoces sobre los servicios psicológicos que ofrece tu Plan de Bienestar UTM-PRSSA?

Además de los servicios médicos, el Plan cuenta con una **Unidad de Servicios Psicológicos**, ubicada en el segundo piso del Dispensario.



Salvador Dalí (1931) *La persistencia de la memoria*

Ofrecemos servicios de:

- **consultas psicológicas**
- **psicoterapia**
- **psicoterapia a través del juego**
- **evaluaciones psicológicas** (psicométricas, psicoeducativas y proyectivas)

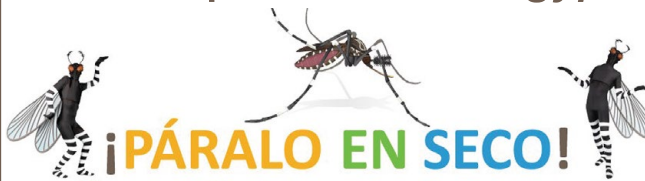
- ❖ Los servicios se ofrecen por cita previa. Para solicitarlos puede: **visitar el Dispensario**, llamar al (787) 268 – 0404 ext. 233 o enviar un correo electrónico a serviciospsicologicos@planbienestarutm.org.
- ❖ Las sesiones psicoterapéuticas son libres de costo y las evaluaciones tienen un precio sumamente módico que fluctúa entre \$30 y \$50.

ACÓGETE AL DEPÓSITO DIRECTO



para que recibas el beneficio del **Fondo de Vacaciones** (navideño) y el **Fondo de Verano**, a través de transferencias electrónicas a tus cuentas bancarias.

Al mosquito *Aedes aegypti*



Vacía



Cepilla



Tapa



Bota

www.prvectorcontrol.org



Unidad de Control de
Vectores de Puerto Rico

Un programa del:



Fidelcomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico

NORMAS DE COORDINACIÓN DE BENEFICIOS ENTRE PLANES PRIMARIOS Y SECUNDARIOS

El Artículo II, Inciso (J) del Manual de Beneficios y Servicios del Plan de Bienestar (página 44) establece lo siguiente sobre la coordinación de beneficios entre el Plan y Medicare:

Medicare

- Cuando el Socio haya cumplido con el requisito de horas establecidas, EL PLAN será su plan primario y Medicare actuará como plan secundario. Sin embargo, Medicare se considerará primario si EL PLAN no cubre un servicio médico específico.
- Si el Socio es un miembro activo de 65 años o más, o su cónyuge tiene 65 años o más, EL PLAN coordinará los servicios con Medicare. En estos casos, EL PLAN será el plan primario, salvo que el servicio requerido no esté cubierto. Si el Socio opta por hacer de Medicare su plan primario, la cobertura médica a través de EL PLAN cesará. Para formalizar este cambio, deberá visitar las Oficinas del Plan y completar el formulario de baja, lo que afectará tanto al Socio como a sus dependientes elegibles.

Planes Medicare Advantage

Estas disposiciones responden a la legislación que rige el programa Medicare y, por ende, a los planes "Advantage" subcontratados por este.

Si un Socio se inscribe en un plan "Advantage" y presenta la tarjeta de dicho plan en un proveedor de servicios médicos o en una farmacia, el sistema indicará que tiene otro plan médico primario. En consecuencia, el proveedor podría negarle el servicio o la dispensación de medicamentos, a menos que el Socio presente la tarjeta del Plan de Bienestar. Si el socio decide usar regularmente la tarjeta de Medicare en lugar de la tarjeta del Plan de Bienestar, resultará

necesario que solicite darse de baja de la cubierta médica tanto del Socio como de sus dependientes elegibles.

Sin embargo, si usted es miembro del Plan de Bienestar y se suscribe a Medicare, pero desea mantener los servicios de salud que ofrecemos, siempre deberá presentar primero la tarjeta del Plan de Bienestar. Esta incluye el acceso a:

- Nuestra red de proveedores
- La red de MAPFRE
- Servicios de farmacia a través de Pharmpix
- La red de Delta Dental

De usted mantener ambas cobiertas y requerir un servicio no cubierto por EL PLAN, puede acudir a nuestro Dispensario para solicitar una certificación de negativa. Las normas aquí descritas también aplican a los beneficios de Medicaid.

Para más información, puede comunicarse al (787) 268-0404, extensiones 231, 237 o 222. 

Socios Fallecidos DURANTE EL 2024

Recordamos a nuestros compañeros que partieron a morar con el Señor. ¡Qué Dios los tenga en su Gloria!

Alfredo Rivera Rodríguez
Ceferino Quiñones Avilés
Eduardo Sánchez Bencon
José Hernández González

