

# Orientación y apoyo profesional para la vida cotidiana

La vida no siempre sale como se planea. Y si bien no se pueden evitar todos los contratiempos y vicisitudes, sí se puede pedir ayuda para seguir adelante.

Podemos ayudar a que usted y su familia, a quienes viven en su casa, reciban orientación y apoyo profesional para que su vida sea un poco más sencilla. Nuestro Programa de Asistencia al Empleado (EAP) está disponible para usted como complemento de los beneficios que proporciona su cobertura de seguros de MetLife. Este programa le ofrece servicios fáciles de usar para que pueda enfrentar los desafíos cotidianos de la vida diaria, sin ningún costo adicional.



## La ayuda siempre está a su alcance.

Con nuestra aplicación móvil, tener acceso al contenido educativo que le resulta importante y poder personalizarlo es más sencillo.

Busque "LifeWorks" en iTunes App Store o en Google Play. Inicie sesión con el nombre de usuario: **metlifeeap** y la contraseña: **eap**

## Asesoramiento especializado para su trabajo, su vida y su bienestar

Los experimentados consejeros del programa que están disponibles a través de LifeWorks, uno de los principales proveedores de servicios de Programas de Asistencia al Empleado de la nación, pueden conversar con usted de todo lo que le pasa en la vida, incluidos aspectos como los siguientes:

- **Familia:** si se está divorciando, cuida a un familiar de edad o vuelve a trabajar después de tener un bebé.
- **Trabajo:** traslado laboral, a establecer relaciones con colegas y gerentes o pasar por una reorganización.
- **Dinero:** elaboración de un presupuesto, asesoramiento financiero, planificación de jubilación, compra o venta de una casa, asuntos tributarios.
- **Servicios legales:** problemas relacionados con leyes civiles, personales y familiares, asuntos financieros, bienes raíces y planificación patrimonial.
- **Recuperación ante el Robo de Identidad:** sugerencias para prevenir el robo de identidad y ayuda de un consejero financiero en caso de haber sido víctima.
- **Salud:** enfrentar un cuadro de ansiedad o depresión, dormir las horas suficientes, cómo dejar un mal hábito como el cigarrillo.
- **Vida cotidiana:** mudarse y adaptarse a una nueva comunidad, superar la pérdida de un ser querido, asuntos relacionados con una familia militar, adiestrar una nueva mascota.

## Ayuda adecuada y confidencial cuándo la quiera y cómo la quiera

El programa incluye hasta cinco consultas en persona, por teléfono o en video con consejeros autorizados tanto para usted como para sus familiares idóneos, por problema, por año calendario. Puede llamar al **1-888-319-7819** para hablar con un consejero o programar una cita, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año.

Al llamar, solo debe seleccionar "Programa de Asistencia al Empleado" cuando se le solicite. Un consejero se comunicará de inmediato con usted.

Si solo busca información, el programa ofrece recursos y herramientas educativas que son fáciles de usar, ya sea en línea o a través de una aplicación móvil. Hay una función de chat para que pueda hablar con un asesor que lo guiará a la información que busca o lo ayudará a programar una cita con un consejero.

Inicie sesión en [metlifeeap.lifeworks.com](https://metlifeeap.lifeworks.com) con el nombre de usuario: **metlifeeap** y la contraseña: **eap**

## Respuestas a preguntas importantes

### ¿Los servicios del Programa de Asistencia al Empleado son confidenciales?

Sí. Toda la información personal que se proporciona a LifeWorks es completamente confidencial.\*

### ¿Cómo pido ayuda?

La ayuda profesional está solo a una llamada de distancia. Simplemente llame al 1-888-319-7819 para hablar con un consejero o para programar una cita para una conferencia en persona, por teléfono o en video. Estos servicios están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

### ¿Cuándo puedo llamar?

Depende de usted, porque los consejeros están disponibles cuando los necesite, ya sea que solo quiera hablar o que necesite ayuda con respecto a algún problema que lo aqueje.

### ¿El Programa de Asistencia al Empleado está incluido en mi cobertura de MetLife?

Sí. No tiene costo para usted, porque es su empleador quien paga los servicios que proporciona el programa. Si bien ofrecemos una amplia variedad de servicios, es posible que no se incluyan ciertos tipos de asistencia. De todos modos puede tratar estos servicios con los consejeros si acuerda pagarlos directamente.

### ¿El programa tiene alguna limitación?

Si bien ofrecemos una amplia variedad de servicios, es posible que no abarquemos todos los servicios que pueda necesitar. El Programa de Asistencia al Empleado no ofrece:

- Tratamiento hospitalario o ambulatorio para ninguna enfermedad que esté en tratamiento médico.
- Medicamentos recetados.
- Tratamiento o servicios para discapacidad intelectual o autismo.
- Servicios de consejería más allá de la cantidad de sesiones cubiertas o que requieran intervención a más largo plazo.
- Servicios de consejeros que no sean proveedores de LifeWorks.
- Consejería requerida por ley o por algún tribunal o que esté pagada por la compensación para trabajadores.

Quando necesita ayuda,  
estamos aquí para usted.



**Teléfono**  
**1-888-319-7819**



**Web**  
**[metliffeap.lifeworks.com](http://metliffeap.lifeworks.com)**  
**nombre de usuario: [metliffeap](#)**  
**y contraseña: [eap](#)**



**Aplicación móvil**  
**nombre de usuario: [metliffeap](#)**  
**y contraseña: [eap](#)**

\*MetLife y LifeWorks respetan las normas federales y estatales relativas a advertir la posibilidad de daños a sí mismo o a terceros. En estas instancias, el consejero puede tener el deber de intervenir e informar una situación de este tipo a la autoridad competente.

Ciertas restricciones pueden aplicarse a todos los servicios ya mencionados. Póngase en contacto con su empleador o con MetLife para obtener más detalles. Los servicios de EAP se proporcionan a través de un acuerdo con LifeWorks US Inc. (LifeWorks de Morneau Shepell). LifeWorks no es subsidiaria ni filial de MetLife.

