



Salud mental en Walmart

Usted cuenta con asistencia para todos los aspectos de la vida. Puede elegir cómo proteger y mejorar su salud mental: de forma presencial o virtual, con herramientas autodirigidas o con un profesional atento.

La mayoría de estas herramientas están disponibles sin costo alguno para usted, incluso si no está inscrito/a en un plan médico de Walmart.



Acceda a una asistencia continua.

Disfrute de 20 consultas a un profesional de la salud mental sin costo para usted. Usted y los miembros de su familia que califiquen pueden programar citas con terapeutas licenciados de forma presencial o virtual, y con entrenadores de salud mental de manera virtual. Para obtener asistencia en el momento, comuníquese con un profesional clínico autorizado las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Comuníquese con un psicólogo o psiquiatra presencial o virtual.

Si busca asistencia, su plan médico de Walmart también cubre los servicios de salud mental.



Busque apoyo entre compañeros.

Acceda a un chat grupal supervisado por un moderador capacitado y conéctese de forma anónima con personas que se enfrentan a problemas similares a los suyos.



Tómese un **microdescanso** guiado para reducir el estrés, y recuperar el equilibrio y la concentración mediante una aplicación que se descarga directamente en su cuenta de Microsoft Teams de Walmart.



Obtenga ayuda cuando más la necesite.

Todos necesitamos ayuda de vez en cuando. Un profesional clínico autorizado puede ponerse en contacto con usted para saber cómo está, ofrecerle asistencia o presentarle otros beneficios.



Tómese tiempo libre.

Enfóquese en lo que más importa con tiempo de descanso remunerado o licencias laborales remuneradas o no remuneradas.



Clave de beneficios

- Disponible desde el primer día como asociado de Walmart
- Forma parte de la mayoría de los planes médicos de Walmart
- Se aplican reglas de elegibilidad
- El servicio no tiene costo



Obtenga más información sobre Bienestar en Walmart

Escanee el código o visite la página

[One.Walmart.com/Wellbeing](https://one.walmart.com/Wellbeing)

Obtenga ayuda personalizada para navegar por sus beneficios con Help Now.
[One.Walmart.com/HelpNow](https://one.walmart.com/HelpNow)

Los beneficios y programas descritos son aplicables para 2025.

En esta comunicación se proporciona información sobre determinados beneficios de Walmart. El hecho de recibirla no le da derecho automáticamente a los beneficios descritos y estos materiales no constituyen un contrato de trabajo expreso o implícito u otro compromiso contractual. Se ha hecho todo lo posible para garantizar la exactitud de esta comunicación. No obstante, en caso de discrepancias entre esta y los documentos oficiales del plan o programa, prevalecerán los documentos oficiales del plan o programa. Para obtener información sobre la mayoría de las prestaciones de salud y bienestar, el plan 401(k) y el Plan de Adquisición de Valores del Asociado, consulte el Libro de Beneficios del Asociado de 2025. Para obtener información sobre otros beneficios, consulte https://one.walmart.com/content/uswire/en_us/me.html Walmart se reserva la discreción de interpretar los términos del lenguaje utilizado en cualquiera de sus comunicaciones, de acuerdo con las disposiciones contenidas en los documentos del plan o programa. Walmart también se reserva el derecho de modificar o cancelar cualquier plan o póliza de beneficios a su entera discreción en cualquier momento y por cualquier motivo.