

2027 Panorama de las Pruebas de Bienestar

win
well
Well-being



COMPOSICIÓN
CORPORAL



COTININA



COLESTEROL



GLUCOSA
SANGUÍNEA



PRESIÓN
ARTERIAL



Para Ganar a lo Grande, necesitamos que cada colaborador cuide todos los aspectos de su bienestar. Así es como vamos a **Ganar Bien juntos.**

Empezar es sencillo. Participa en nuestro Programa de Pruebas de Bienestar de 2027. Entenderás tus números, aprenderás a proteger tu salud, reducirás tus riesgos y te sentirás de lo mejor. Además, ganarás un descuento en las primas de tu plan médico de 2027. ¡No podría ser más fácil!

El periodo de Pruebas de Bienestar de este año tendrá lugar del **1 de agosto al 30 de septiembre de 2026**. **Gana hasta 900 dólares al año en descuentos para las primas de tu plan médico** (lo que se descuenta de cada cheque de sueldo para pagar la cobertura médica de tu Compañía) por hacerte una Prueba de Bienestar y lograr resultados saludables.

Si tu cónyuge está inscrito en el plan médico de la Compañía, también puede ganar hasta \$900 al año en descuentos en las primas del plan médico. **Juntos, pueden ganar un total de \$1,800 al año**. No hay costo para ti ni para tu cónyuge inscrito por participar; el costo de la Prueba de Bienestar es pagado por la Compañía.



¡ATENCIÓN COLABORADORES!

Debes actuar para recibir un descuento en la prima del plan médico en 2027. Completa una Prueba de Bienestar en un Centro de Servicio al Paciente (PSC) de Quest, con un médico de la red de Blue Cross Blue Shield of Illinois (BCBSIL) o en localidades específicas de la Compañía para el **30 de septiembre de 2026**.



ÉSTAS SON LAS MANERAS EN QUE PUEDES RECIBIR DESCUENTOS EN TUS PRIMAS DEL PLAN MÉDICO EN 2027:

Hazte tu Prueba de Bienestar	No uses tabaco	Ten un IMC menor de 30
Gana \$180/año	Gana \$360/año	Gana \$360/año
La prueba mide: - El Índice de Masa Corporal (peso y altura) y la circunferencia de la cintura - Presión arterial - Los niveles de colesterol y glucosa en la sangre (prueba de la sangre) - Uso de tabaco - Factores de riesgo para prediabetes/diabetes y enfermedad crónica de los riñones	Demuestra que no consumes tabaco.	Ten un Índice de Masa Corporal (IMC) menor de 30 o una circunferencia de la cintura de 35 pulgadas o menos en el caso de mujeres o 40 pulgadas o menos en el caso de hombres.

AQUÍ ES DONDE TE PUEDES HACER LOCALMENTE UNA PRUEBA DE BIENESTAR:

Para registrarte para una Prueba de Bienestar en la localidad, visita my.questforhealth.com. Comunícate con tu Socio de Negocios de RH para conocer la fecha y hora de la prueba en tu localidad. Recuerda, idebes registrarte al menos con dos semanas de anticipación! Ve la [página 3](#) para instrucciones detalladas.

Localidades de Pruebas de Bienestar
- Centro de Distribución de Allenwood, PA - Northumberland, PA Bakery - San Luis Obispo, CA Bakery - Valdese, NC Bakery - Valdosta, GA (Bimbo QSR) Bakery - Zanesville, OH (Bimbo QSR Airport) Bakery - Zanesville, OH (Bimbo QSR E Pointe) Bakery



- No comas ni bebas** nada excepto agua en las nueve horas anteriores a tu cita.
- Toma todas las medicinas** que indique tu doctor.
- Evita la actividad física** 30 minutos antes y después de tu cita.
- Después de tu prueba, come o bebe** algo con azúcar, por ejemplo una pieza de fruta.

LO QUE NECESITAS HACER:

1. HAZTE TU PRUEBA DE BIENESTAR

Opción 1: Pruebas con Quest Diagnostics (Quest PSC o en la localidad)

- Visita my.questforhealth.com para programar una Prueba de Bienestar en un Centro de Servicios al Paciente (PSC) Quest o en localidad designada (ve la [página 2](#)).
 - Ingresa con tu nombre de usuario y contraseña anteriores y sigue las indicaciones para programar una prueba.
 - Imprime tu confirmación y tráela contigo a tu cita.
- ⚠ Si es tu primer año registrándote con Quest, ingresa la Clave de Registro “Bimbo” y da un clic en Register Now; luego cuando se te indique, ingresa la información siguiente:
- Primer campo (ID de acceso): Últimos seis dígitos de tu número de Seguro Social y tu fecha completa de nacimiento (SSSSSSMMDDAAAA); que son 14 dígitos en total
 - Segundo campo: Tu fecha de nacimiento completa (MMDDAAAA)
- ⚠ Si haces una cita para la prueba en la localidad, asegúrate de hacerla al menos con dos semanas de anticipación!

Los cónyuges deben seguir los mismos pasos con su información personal para crear su propia cuenta. Si no tienes dirección de correo electrónico, llama a Quest al **1-855-623-9355** para programar tu prueba.

HAZTE UNA PRUEBA DE CÁNCER COLORRECTAL

Aunque no se requiere para recibir un descuento en la prima del plan médico, si tienes 45 años o más, puedes optar por que se te envíe por correo un **kit casero de Pruebas del Cáncer Colorrectal** en un plazo de 10 días después de programar tu prueba. Puedes pedir tu kit en cualquier momento entre el **1 de agosto de 2026** y el **31 de enero de 2027**, y debes devolver tu kit para el **31 de marzo de 2027**. El costo de esta prueba es cubierto por la Compañía.

HAZTE UNA PRUEBA DE ANTÍGENO ESPECÍFICO DE LA PRÓSTATA (PSA)

Si tienes 45 años o más y tienes próstata, también puedes optar por recibir una prueba del **Antígeno Específico de la Próstata (PSA)** cuando programes tu Prueba de Bienestar en un PSC de Quest. Se incluirá como parte de la extracción de sangre — no se necesita un vial adicional. El costo de esta prueba lo cubre la Compañía.

Opción 2: Pruebas con el Doctor

Visita my.questforhealth.com para bajar e imprimir el Formulario de Resultados del Doctor. Lleva este formulario a tu doctor personal para que lo complete durante una visita y devuelve el formulario a Quest Diagnostics subiéndolo a my.questforhealth.com (opción preferente) o tú o tu doctor pueden entregarlo a Quest Diagnostics por fax al **1-844-560-5221** (opción alternativa). Es tu responsabilidad validar que el Formulario de Resultados del Doctor se entregó correctamente (por ti o por tu doctor) a Quest antes del **30 de septiembre de 2026**, para que seas elegible a ganar descuentos en las primas del plan médico en 2027. Guarda una copia del comprobante de envío del fax para tus archivos en caso de que no se reciba el fax.

- Si **estás inscrito** en la cobertura médica de la Compañía, pide a tu doctor que codifique tu visita como atención preventiva rutinaria, si corresponde. El plan médico de la Compañía cubre la atención preventiva dentro de la red al 100% para una chequeo preventivo anual cada año calendario.
- Si **no estás inscrito** en la cobertura médica de la Compañía, debes usar un doctor que acepte el seguro de la red de Blue Cross Blue Shield of Illinois (BCBSIL) para que la Compañía te reembolse el costo de tu visita. Debes completar y entregar el **Formulario de Reembolso de la Prueba de Bienestar** antes del **30 de septiembre de 2026**. Accede al formulario en WinWellTogether.com.

Si ya te hiciste una Prueba de Bienestar con tu doctor personal más temprano en 2026, puedes todavía entregar los resultados. Comparte el **Formulario de Resultados del Doctor** con tu doctor y sigue los pasos señalados arriba para entregar el formulario a Quest antes del **30 de septiembre de 2026**. Tu doctor pudiera cobrarte por llenar el formulario. La Compañía no te reembolsará ningún gasto por llenar el formulario.

Nota: Deben completarse todos los campos del formulario — fecha de servicio, IMC y estatus de cotinina e incluir las firmas del doctor y del colaborador. De otra manera, Quest Diagnostics **no** aceptará el formulario.

2. ¡ACTÚA!

- ✓ Revisa tu reporte personalizado **MyGuide to Health** que resume tus resultados, los riesgos de salud clave a los que te enfrentas y las acciones que puedes tomar para ser más saludable. **MyGuide to Health** también te conecta con recursos de salud para darte más información sobre riesgos clave (p. ej. [Heart.org](https://www.heart.org) si tu prueba muestra colesterol elevado).
Recibirás un correo con la versión en línea de tu reporte **MyGuide to Health** típicamente dentro de 10 días de tu Prueba de Bienestar. Si quieres que Quest Diagnostics te envíe un correo con una copia de tu reporte **MyGuide to Health**, debes inscribirte en línea cuando programes tu prueba.
- ✓ Aprovecha los muchos recursos que proporciona la Compañía para ayudarte a proteger tu salud incluso:
 - Llama a **Pelago** al **1-877-349-7755** o regístrate en línea en pelago.health/bbu para dejar el consumo de sustancias de forma permanente, isiéntete mejor y ahorra dinero también!
 - Llama a **Livongo by Teladoc Health** al **1-800-945-4355** para ayuda con el manejo de la diabetes y la hipertensión.
 - Accede a **Well onTarget** ingresando a bcbsil.com/member o llamando al **1-877-806-9380** para conectar con un Coach de Bienestar. También puedes completar programas interactivos de autogestión en línea a tu propio ritmo.
 - Comunícate con **Medical Ally** para información clínica y apoyo médico rutinario o complejo con el cuidado de la salud. También tienes acceso al programa Surgery Decision Support (SDS) de Medical Ally. Si estás considerando una cirugía, el programa SDS puede ayudarte a ponderar los riesgos, beneficios y opciones de tratamiento alternativas que pueden trabajar mejor para ti. Llama al **1-888-361-3944** o ve a mymedicalally.alight.com (usa el código de compañía "Bimbo" para registrarte por vez primera).
 - Recibe la **vacuna antigripal** de tu doctor o en una farmacia participante por medio del plan médico o de recetas médicas de tu Compañía. Se compartirán más detalles sobre el programa de vacunación contra la gripe en el otoño.



Tu privacidad es importante. Toda la información de la Prueba de Bienestar en tu reporte **MyGuide to Health** es confidencial y la Compañía no tiene acceso a resultados individuales.



¡ATENCIÓN NUEVOS COLABORADORES!

Si ingresas en o después del **1 de agosto de 2026**, hasta el **1 de diciembre de 2026**, y te inscribes en un plan médico de la Compañía, tú — y tu cónyuge, si están inscritos — deben completar la Prueba de 2a Ronda entre el **1 – 31 de enero de 2027**, para recibir descuentos en las primas del plan médico 2027. A partir del **1 de enero de 2027**, sigue las instrucciones de registro para hacer una cita en un Centro de Atención al Paciente de Quest (PSC) o para obtener una prueba con un doctor de la red de BCBSIL. Los descuentos de primas obtenidos se aplicarán retroactivamente al **1 de enero de 2027**, y aparecerán en tu cheque de sueldo en **el primer trimestre de 2027**.

Si ingresas a partir del 2 de diciembre de 2026 y te inscribes en un plan médico de la Compañía, **no eres elegible para los descuentos en la prima del plan médico de 2027**. Recibirás información en 2027 sobre el programa de Pruebas de Bienestar.



¡ATENCIÓN PARA LA INSCRIPCIÓN ANUAL!

Si tú o tu cónyuge están considerando inscribirse de nuevo en un plan médico de la Compañía durante la Inscripción Anual de este año (para los beneficios vigentes a partir del 1 de enero de 2027), deben completar la **2a Ronda de Pruebas (1 – 31 de enero de 2027)**, para ser elegibles a los descuentos en primas del plan médico en 2027.

POLÍTICAS

ELEGIBILIDAD — PARTICIPACIÓN Y DESCUENTOS

Los colaboradores activos tanto asalariados como por hora no sindicalizados así como sus cónyuges inscritos en un plan médico de la Compañía son elegibles para hacerse una Prueba de Bienestar y recibir los descuentos en las primas del plan médico.

Los colaboradores tanto asalariados como por hora no sindicalizados que no estén inscritos en un plan médico de la Compañía pueden hacerse una Prueba de Bienestar pero **no** son elegibles a los descuentos en las primas médicas.

La participación en el programa es voluntaria; sin embargo, **no** serás elegible a los descuentos a menos que participes.

Los colaboradores cubiertos por un convenio de negociación colectiva **no** son elegibles para completar una Prueba de Bienestar, y por lo tanto **no** son elegibles para ganar descuentos en las primas del plan médico.

Si tienes alguna pregunta con respecto a la elegibilidad, por favor comunícate al Centro de Beneficios al **1-888-60-myBBU (1-888-606-9228)**.

Si tú o tu cónyuge están considerando inscribirse de nuevo en un plan médico de la Compañía durante la Inscripción Anual de este año (para los beneficios vigentes a partir del 1 de enero de 2027), deben completar la **2a Ronda de Pruebas (1 - 31 de enero de 2027)**, para ser elegibles a los descuentos en primas del plan médico en 2027.

Si tienes un evento de vida calificado entre el **1 de agosto** y el **1 de diciembre de 2026**, que afecta a tu inscripción o a la de tu cónyuge en un plan médico de la Compañía, tú (y tu cónyuge, si está inscrito) debén completar la 2a Ronda de Pruebas entre el **1 y el 31 de enero de 2027**, para recibir descuentos en las primas del plan médico 2027. **No se aplicarán descuentos en las primas para 2026.**

Si tienes un evento de vida calificado en o después del **2 de diciembre de 2026**, no se aplicarán descuentos automáticos en las primas del plan médico para 2026 ni 2027. Los colaboradores recibirán información para participar en el Programa de Pruebas de Bienestar de 2027 en el verano de 2027.

TU DERECHO A LA PRIVACIDAD

La Compañía tiene obligación por ley de mantener la privacidad y seguridad de la información de salud que te identifique personalmente. Aunque el programa de bienestar y la Compañía pudieran usar la información agregada que reúnen para diseñar un programa con base a los riesgos de salud identificados en el centro de trabajo, nunca divulgarán nada de tu información personal ya sea públicamente o a la Compañía, excepto como sea necesario para responder a una solicitud tuya de un acomodo razonable que necesites para participar en el programa de

bienestar o como lo permita expresamente la ley. Para más información, revisa la **Notificación Respecto al Programa de Bienestar** de las notificaciones legales de la Compañía que pueden accederse en myBBUbenefits.com.

COSTO POR PARTICIPAR

El costo de la Prueba de Bienestar es pagado por la Compañía. No hay ningún costo para ti ni tu cónyuge inscrito por participar. Pero, el doctor puede hacer un cargo por llenar el **Formulario de Resultados del Doctor**. La Compañía no reembolsará este cargo.

PAGO DE LOS DESCUENTOS EN LAS PRIMAS DEL PLAN MÉDICO

- Tú y tu cónyuge inscrito deben completar los pasos que se requieren (Prueba de Bienestar, no usar tabaco y tener un IMC menor de 30 o una circunferencia de cintura de 35 pulgadas o menos en caso de las mujeres o 40 pulgadas o menos en caso de los hombres) para ganar los descuentos en las primas del plan médico.
- Cualquier descuento aplicable entrará en vigencia con el primer cheque de sueldo de 2027 si completas la Primera Ronda de Pruebas de Bienestar. Cualquier descuento aplicable entrará en vigencia en el primer trimestre de 2027 si completas la 2a Ronda de Pruebas.
- Si tú y/o tu cónyuge inscrito usan tabaco y/o no tienen un resultado saludable para el peso (IMC de menos de 30 ó una circunferencia de la cintura de 35 pulgadas o menos en el caso de mujeres ó 40 pulgadas o menos en el caso de hombres), no recibirás los descuentos aplicables en las primas del plan médico, a menos que completes una alternativa razonable, que se indican enseguida, en cuyo caso se te pudieran reembolsar retroactivamente los descuentos en la prima del plan médico.

ALTERNATIVAS RAZONABLES PARA 2026

Si Bajas de Peso o Dejas el Tabaco en 2026

- ✓ Recibes el reembolso por el descuento por no usar tabaco de 2026 si tú o tu cónyuge inscrito completan el programa Pelago para el **30 de septiembre de 2026**, o salen negativos durante la Prueba de Bienestar del periodo (1 de agosto de 2026 – 30 de septiembre de 2026).
- ✓ Recibes el reembolso por el descuento por IMC saludable si tú o tu cónyuge inscrito cumplen la directriz de IMC/circunferencia de cintura o reduces tu peso en un 5% durante el periodo de Pruebas de Bienestar (1 de agosto de 2026 – 30 de septiembre de 2026) o si completaste el programa de Descuento de IMC Saludable 2026 con Well onTarget para el **30 de septiembre de 2026**. Los reembolsos se procesarán en diciembre de 2026.

POLÍTICAS (CONTINÚA)

ALTERNATIVAS RAZONABLES PARA 2027

Si Bajas de Peso o Dejas el Tabaco en 2027

Si tú o tu cónyuge inscrito no reciben los descuentos en la prima del plan médico de 2027 por no usar tabaco y/o IMC saludable durante el periodo aplicable de pruebas de Pruebas de Bienestar (1 de agosto de 2026 – 30 de septiembre de 2026, o del 1 de enero al 31 de enero de 2027), puede que seas elegible para recibir los descuentos como reembolsos retroactivos antes de que finalice el año del plan 2027:

- ✓ Recibes el reembolso por el descuento por no usar tabaco si tú o tu cónyuge inscrito completan el programa para dejar el tabaco de Pelago (gratuito) entre el **1 de octubre de 2026**, y el **30 de septiembre de 2027**. Para inscribirte en Pelago, visita pelago.health/bbu o llama al Apoyo de Miembros al **1-877-349-7755**.
- ✓ Recibes reembolso por el descuento por un IMC saludable si tú o tu cónyuge inscrito completan el Programa Well onTarget® para el **30 de septiembre de 2027**. Los colaboradores/cónyuges que cumplen los requisitos para este programa recibirán una comunicación personal con detalles sobre este programa en enero de 2027.

Recibirás los descuentos en la prima del plan médico correspondiente retroactivos al **1 de enero de 2027**, como un pago único hacia finales de 2027.

EXCEPCIONES Y DISPENSAS

La Compañía entiende que, en algunos casos, una persona pudiera no poder participar en una prueba de venipunción o cumplir con uno o más de los resultados saludables debido a circunstancias fuera de su control.

Necesitarás entregar un **Formulario de Apelación de la Normas Saludables** para recibir los descuentos en las primas del plan médico. Puedes acceder al formulario en WinWellTogether.com.

ESPECÍMENES INVÁLIDOS

Durante tu proceso de prueba pudiera ocurrir un error durante la recolección o procesamiento de tu espécimen. Si esto ocurre, necesitarás llamar a Quest al **1-855-623-9355** para programar una nueva prueba en un PSC, o puedes programar una prueba con un doctor en la red BCBSIL y usar el **Formulario de Resultados del Doctor**. Debes completar una prueba válida para recibir descuentos en las primas del plan médico.

DESAFÍO DE LOS RESULTADOS DE LA COTININA DEL SUERO DEL TABACO

Pudiera haber una situación en que tus resultados de la prueba del tabaco sean falsamente positivos. Si sientes que el resultado de la prueba no es correcto, puedes desafiar los resultados de la prueba de cotinina del suero con Quest. Necesitarás comunicarte con Quest para programar una prueba de orina en un Centro de Servicio de Pacientes de Quest que te quede cerca. Si los resultados de la nueva prueba son negativos, serás elegible a recibir el descuento por no usar tabaco por el año del plan 2027. No se te permite presentar ninguna apelación más después de completar la prueba de orina y debes completar la prueba de orina antes del **30 de septiembre de 2026 (o del 31 de enero de 2027 si te hiciste la prueba durante el 2o. período de Pruebas de Bienestar)**, para que se acepten los resultados de la nueva prueba.

APELACIONES DE LA PRUEBA DE BIENESTAR

Tienes el derecho de presentar una apelación del proceso de Prueba de Bienestar. Si tu doctor confirma que no es médicamente apropiado que tú o tu cónyuge inscrito obtengan una prueba de sangre por venipunción, la Compañía dispensará el requisito de la prueba sanguínea para ganar el descuento en las primas del plan médico por Prueba de Bienestar. Además, si tu doctor determina que la norma de Resultados Saludables para tu peso no es médicamente apropiada, puedes obtener una segunda norma alternativa de peso, que cumpla con las recomendaciones de tu doctor personal con respecto a peso, dieta y ejercicio como se indique en un plan de tratamiento que recomiende tu doctor o con el que esté de acuerdo tu doctor. Para solicitar una dispensa de la Prueba de Bienestar o una alternativa razonable que recomiende tu doctor, necesitarás entregar un **Formulario de Apelación de la Norma Saludable** antes del **30 de septiembre de 2026 (o del 31 de enero de 2027 si te hiciste la prueba durante el 2o. período de Pruebas de Bienestar)**, para recibir los descuentos en la prima del plan médico. Puedes acceder al formulario en WinWellTogether.com.

Este Folleto funge como "Resumen de Modificaciones de Importancia" de su Resumen Descriptivo del Plan, según lo exige la Ley de Seguridad del Ingreso de los Empleados en el Retiro de 1974 (ERISA), con sus enmiendas. Por favor considera este Folleto como una parte de tu Resumen Descriptivo del Plan y guárdalo con tu información importante sobre los beneficios. Este Folleto tiene por objeto resumir las disposiciones clave del Plan de Salud y Bienestar de Bimbo Bakeries USA. El plan es regido por los documentos formales del plan y, en el caso de algún conflicto, regirán los documentos formales del plan. La Compañía se reserva el derecho de enmendar o cancelar todos o cada uno de los planes de beneficios, en todo o en parte, en cualquier momento. La participación en estos planes no crea ningún derecho contractual ni de ningún otro tipo para recibir cualquier otro beneficio, ni tampoco tu participación constituye una condición o derecho al empleo futuro.

