

Por dónde empezar y qué sigue

Una visión útil de tu proceso de reclamación por incapacidad temporal (STD) y ausencias.



Antes incluso de empezar tu permiso, aquí tienes lo más importante que debes saber: no estás solo. Tanto si trabajas en una oficina, en remoto o en movimiento, estamos aquí para apoyarte en cada paso.



1 - Planifica tu permiso



2 - Empieza tu permiso



3 - Gestiona tu permiso



4 - Vuelta al trabajo



Preguntas frecuentes



Haz más digitalmente: gestiona tu solicitud de incapacidad en [metlife.com/mybenefits](https://www.metlife.com/mybenefits)

¿Necesitas ayuda extra? Llamada (833) 622-0135

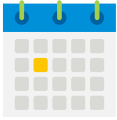
Información esencial

Mantén organizada tu información personalizada de reclamaciones aquí para acceder rápidamente cuando la necesites.

Claim filing date

Claim number

Claim Specialist contact



1 - Planifica tu permiso

Obtén una mejor comprensión de tus beneficios y de cómo prepararte para tu próxima baja yendo a [MyBenefits](#).

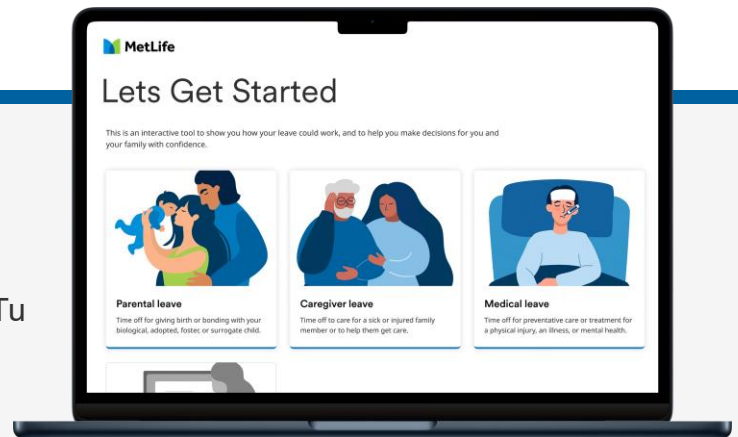
Aprenderás cómo la discapacidad y el tiempo de permiso relevante pueden funcionar juntos, así como los tipos de permiso a los que tienes derecho, incluyendo cuáles ofrecen protección laboral y sustitución salarial.

Además, el calendario interactivo en [MyBenefits](#) Te permite planificar tus citas y ver el rango de tiempo por el que te van a pagar. No hace falta conjeturas.



2 - Empieza tu permiso

¿Listo para aprovechar tus beneficios? Tu viaje comienza aquí con My Leave Navigator—una parte de MyBenefits.



Que alguien lo sepa

Primero, informa a un supervisor o responsable de la necesidad de coger permiso lo antes posible.

Presenta tu reclamación

[MyBenefits](#) Facilita presentar una reclamación* y la documentación necesaria, y luego hacer un seguimiento sencillo de su estado con tu propio número de reclamación. Y si necesitas hablar con alguien, puedes presentar tu reclamación por teléfono al (833) 622-0135.

Mantente informado

Regístrate para recibir alertas por SMS y recibe notificaciones instantáneas cuando presentes tu reclamación.

Revisa el acuse de recibo de tu reclamación

Una vez que envíes tu reclamación, recibirás un paquete de acuse de recibo de seguimiento para ayudarte a entender tu baja y beneficios, y te asignará un Especialista en Reclamaciones que supervisará tu reclamación y responderá a tus preguntas.

A partir de aquí, evaluaremos tu reclamación basándonos en los detalles del plan de tu empleador, así como en tu condición, pronóstico y directrices de reclamación.

También nos pondremos en contacto contigo para cualquier documentación adicional que podamos necesitar para que tu reclamación siga avanzando. Si tienes derecho a prestaciones y disponemos de todo lo que necesitamos, tu solicitud puede ser aprobada de inmediato.

A la espera de la decisión

El lugar para obtener actualizaciones en tiempo real de reclamaciones está activado [MyBenefits](#). Una vez decidida tu solicitud de reclamación o permiso, tu especialista en reclamaciones se pondrá en contacto contigo y con tu empleador.

*Si tu ausencia cumple los requisitos bajo la Ley Federal de Permiso Familiar y Médico (FMLA), se presentará una ausencia FML en tu nombre cuando presentes una reclamación por discapacidad ante MetLife. Para considerar tu baja, MetLife revisará la documentación médica obtenida como parte del proceso de reclamación por discapacidad.



3 - Gestiona tu permiso

Puedes ver, descargar e imprimir tu historial de reclamaciones en [MyBenefits](#).

Podrás seguir el estado de tu reclamación y salida en línea, ver todas tus comunicaciones y recibir actualizaciones regulares, todo ello con fácil acceso a herramientas de visualización, actualizaciones de reclamaciones y pagos, registros de actividad y estado de reincorporación al trabajo.

Evaluación continua:

Mientras te recuperas, trabajaremos contigo y con tus proveedores médicos para mantener actualizado el estado de tu reclamación.

- MetLife se pondrá en contacto periódicamente contigo y tu(s) profesional(es) sanitario(s) para evaluar tu estado, plan de tratamiento y capacidades funcionales.
- MetLife se pondrá en contacto contigo para informarte de cambios en el estado de la reclamación, como una prórroga o cierre.
- Si sigues sin trabajar, podrías ser elegible para prestaciones por discapacidad a largo plazo (LTD). Si esto ocurre, MetLife remitirá automáticamente tu reclamación por una ETD para una revisión de la reclamación LTD. Se pondrá en contacto contigo para hablar de tu reclamación. Si es necesario, se te enviarán información y formularios para iniciar tu reclamación de LTD**.

**Si tienes una reclamación de LTD existente, se te pedirá que proporciones pruebas continuas de discapacidad al menos una vez al año, si no más a menudo dependiendo de las circunstancias de la reclamación. La gestión continua de la reclamación puede realizarse con mayor frecuencia si las circunstancias cambian. Esto significa que MetLife te solicitará periódicamente que proporciones información médica actualizada de tu(s) profesional(es) sanitario(s) y otra información para la gestión médica continua y la evaluación vocacional. Si se aprueba una reclamación de LTD, MetLife solicitará periódicamente información actualizada al proveedor o proveedores sanitarios y otra información para la gestión médica continua y la evaluación vocacional.



4 - Vuelta al trabajo

El apoyo para una reincorporación fluida al trabajo está integrado en el proceso general de la baja.

En cuanto se fije la fecha prevista de vuelta al trabajo, informa a tu jefe. MetLife puede ponerse en contacto para confirmar que todo va en orden dependiendo del tipo de permiso que elijas. Y si cambian las circunstancias, nos pondremos en contacto contigo (y si es necesario, también con tu proveedor sanitario) para asegurarnos de que tu fecha de devolución esté siempre actualizada.



- Puede que se te requiera participar en un Programa de Rehabilitación o Retorno al Trabajo. Si eso ocurre, tu especialista en reclamaciones, un enfermero clínico y/o un consultor de rehabilitación profesional pueden ponerse en contacto con ellos para hablar sobre tus opciones de reincorporación al trabajo.
- Antes de volver al trabajo, tu empleador puede exigir que tu proveedor de salud complete una nota de reincorporación al trabajo o un formulario de Liberación al Trabajo.

Si no hay restricciones para volver al trabajo, contacta con tu supervisor/responsable y confirma la fecha en que volverás.



Si hay restricciones previstas en el formulario de Retorno al Trabajo, MetLife confirmará si tu empleador puede adaptarse a esas restricciones. Alguien se pondrá en contacto contigo para informarte sobre tu estado de regreso al trabajo.



Preguntas frecuentes

Siempre puedes consultar los detalles de tu reclamación, así como cualquier actualización, en [MyBenefits](#).

¿Cuándo comienzan las prestaciones por discapacidad?

Para accidentes: Si la solicitud de incapacidad temporal es aprobada por un accidente, los beneficios por discapacidad comienzan en la fecha de la baja aprobada.

Para embarazo o enfermedad grave: Si se aprueba una reclamación por embarazo o enfermedad grave por incapacidad temporal, las prestaciones por discapacidad comienzan una vez que lleves 7 días fuera del trabajo.

¿Cuál es el plazo para enviar mi información para las prestaciones de STD?

Para garantizar que tu reclamación se tramite de forma fluida (y sin demora), presenta tu reclamación de STD a MetLife lo antes posible.

¿Puedo abrir una reclamación por adelantado (por ejemplo, cirugía programada)?

Sí, si sabes que necesitas ausentarte del trabajo, puedes informarlo con antelación. Incluso puedes tener la documentación médica archivada de antemano. Ten en cuenta que la solicitud no será aprobada oficialmente hasta que dejes el trabajo. Esto significa que tu reclamación aparecerá como "PENDIENTE" hasta entonces. Poco después de que comience la fecha de tu baja programada, MetLife se pondrá en contacto contigo o con tu médico para confirmar que has comenzado tu baja. Siempre puedes monitorizar el estado de la reclamación en MyBenefits.

¿Cómo funciona la incapacidad a largo plazo?

Si sigues sin poder trabajar después de recibir las prestaciones STD durante 12 semanas, podrías ser elegible para las prestaciones LTD. Si esto ocurre, MetLife remitirá automáticamente la reclamación de STD para una revisión de la reclamación de LTD. MetLife se pondrá en contacto contigo y, si se espera que permanezcas ausente del trabajo, se enviará la información y los formularios para iniciar una reclamación.

Si tu reclamación de LTD es aprobada, MetLife solicitará periódicamente información actualizada a tu(s) profesional(es) sanitario(s) y otros detalles para la gestión médica continua y la evaluación vocacional.

¿Y si me deniegan la reclamación?

MetLife se pondrá en contacto contigo por teléfono y te enviará una carta explicando por qué se denegó tu reclamación y proporcionando información sobre cómo puedes presentar una apelación. MetLife también notificará a tu empleador la denegación de tu reclamación.

Su apelación debe ser recibida, por escrito, por MetLife y enviada a:

MetLife Disability
P.O. Box 14592
Lexington, KY 40512-4592

Email: DisabilityAppeals@metlife.com

Fax: 1-844-380-0569

MetLife te enviará una carta cuando recibas tu solicitud de apelación y cuándo esperar una decisión.

Es posible que la FMLA siga siendo aprobada, incluso si se deniega el STD, o que tu baja esté cubierta por otra de las políticas de tu empleador. Si es así, tu especialista en reclamaciones te lo aconsejará.

Estas pólizas solo ofrecen seguro de ingresos por discapacidad. Para las pólizas emitidas en Nueva York, NO proporcionan seguro hospitalario básico, médico básico ni seguro médico mayor según lo definido por el Departamento de Seguros del Estado de Nueva York. La ratio de beneficios esperada para estas pólizas es al menos del 50%. Esta proporción es la parte de las primas futuras que MetLife espera que devuelva como beneficios cuando se promedia entre todas las personas con la póliza aplicable.

Como la mayoría de las pólizas de seguro de discapacidad colectiva, las pólizas de MetLife contienen ciertas exclusiones, excepciones, periodos de espera, reducciones, limitaciones y condiciones para mantenerlas vigentes. Pregunta a tu representante de grupo de MetLife para obtener los costes completos y los detalles.

El Seguro de Ingresos por Discapacidad Grupal de MetLife es emitido por Metropolitan Life Insurance Company, 200 Park Avenue, Nueva York, NY 10166, bajo el Formulario de Póliza GPNP23-2T DI.

La información presentada en este documento no constituye asesoramiento legal y no debe confiarse ni interpretarse como asesoramiento legal. No está permitido que MetLife ni sus empleados o agentes ofrezcan asesoramiento legal. La información de este documento es solo para fines informativos generales y no pretende ser completa ni cubrir todas las situaciones. Debes consultar con tus propios asesores legales para determinar cómo te afectarán estas leyes.

Metropolitan Life Insurance Company | 200 Park Avenue | New York, NY 10166

[L number] © 2025 MetLife Services and Solutions, LLC.

V Base

L4537303[exp0727][All States and][All Territories]