









Bienestar mental en Walmart



Elija cómo proteger y mejorar su salud mental: en persona o virtualmente, 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.



Asistencia para su mente: no necesita plan médico



Obtenga asistencia para la neurodiversidad  
Comuníquese a través de Lyra con analistas del comportamiento certificados por una junta, rápidamente y de forma individual, para obtener ayuda con necesidades como el TDAH y el autismo.

Obtenga 20 visitas a un profesional de la salud mental  
Usted y los miembros de su familia que sean elegibles pueden consultar a terapeutas colegiados de forma presencial o virtual, así como a asesores de salud mental de forma virtual a través de Lyra. Y para obtener asistencia al instante, comuníquese con un profesional clínico colegiado las 24 horas, los 7 días de la semana.



Encuentre apoyo entre pares  
Acceda a un chat grupal facilitado por un moderador capacitado a través de Supportiv y comuníquese de forma anónima con personas que están lidiando con dificultades similares a las suyas.




Tómese un microdescanso guiado  
Reduzca el estrés y recupere el equilibrio y la concentración al descargar la aplicación Breakthru directamente en su cuenta de Microsoft Teams de Walmart.




Tómese el tiempo que necesite  
Enfóquese en las cosas que más le importan con un tiempo de descanso remunerado.

Obtenga ayuda para reducir o abandonar el consumo de sustancias  
El tratamiento personalizado y confidencial a través de Lyra puede ayudarle a usted y a sus dependientes elegibles a reducir o abandonar el consumo de sustancias.

Beneficios al inscribirse en la cobertura médica de Walmart

Programe una evaluación neuropsicológica  
Un proveedor de Lyra puede brindarle atención, generalmente en un plazo de cuatro semanas, en vez de esperar varios meses.

Obtenga ayuda cuando más la necesite   
Todos necesitamos ayuda de vez en cuando. Es posible que un profesional clínico autorizado de Humankind pueda ponerse en contacto con usted para saber cómo está, ofrecerle asistencia o ponerlo/a en contacto con otros beneficios.

Comuníquese con un psicólogo o un psiquiatra de forma virtual   
Su plan médico de Walmart también cubre servicios de salud mental de forma virtual a través de Doctor On Demand de Included Health.







Explore el Bienestar en Walmart

Escanee el código o visite la página One.Walmart.com/Wellbeing

Obtenga ayuda personalizada para navegar por sus beneficios con Help Now. Visite One.Walmart.com/HelpNow

Clave de beneficios

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

Los beneficios y programas descritos son aplicables para 2026.

En esta comunicación se proporciona información sobre determinados beneficios de Walmart. La recepción de esta comunicación no le da derecho automáticamente a los beneficios descritos y esta documentación no crea un contrato de empleo expreso ni implícito, ni ningún otro compromiso contractual. Se ha hecho todo lo posible por garantizar la precisión de esta comunicación. Sin embargo, si hubiera discrepancias entre esta comunicación y los documentos oficiales del plan o programa, es el documento oficial del plan o programa el que rige. Para obtener información sobre la mayoría de los beneficios de salud y bienestar social, el plan 401(k) y el Plan de Adquisición de Acciones del Asociado, consulte el Libro de beneficios del asociado. Para obtener más información acerca de otros beneficios, consulte la página One.Walmart.com/Me. Walmart se reserva la discreción para interpretar la redacción utilizada en cualquiera de sus comunicaciones, de acuerdo con las disposiciones contenidas en los documentos del plan o el programa. Walmart también se reserva el derecho de modificar o rescindir cualquier plan o política de beneficios a su entera discreción, en cualquier momento y por cualquier motivo.