

**CONSEJO DE BIENESTAR:** Coma comida real. Incorpore a su día alimentos reales, integrales, de un solo ingrediente y no procesados para mejorar su salud, controlar su peso y aportarle energía.

Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-450-1327 (TTY 711) o visite [Member.MagellanHealthcare.com](https://Member.MagellanHealthcare.com) (enter Principal Core) para obtener recursos útiles.