

## Guía de Salud Conductual para Miembros

MDwise se preocupa por todas sus necesidades de atención médica. Su salud conductual es igual de importante que su salud física. MDwise le da opciones para ayudar con su salud conductual. MDwise también tiene médicos que los ayudarán con su trastorno de consumo de sustancias. Nos esforzamos para asegurarnos de que haya buenos médicos en su área para ayudarlo con sus necesidades.



Puede usar el directorio del sitio web de MDwise en [MDwise.org/find-a-doctor](https://www.mdwise.org/find-a-doctor) para buscar un médico en su área. Si necesita ayuda para encontrar uno, puede llamar al servicio de atención al cliente al **800-356-1204**, o al **317-630-2831** si está en el área de Indianapolis.

**No necesita una derivación de su médico para usar servicios de salud conductual y consumo de sustancias. Esos servicios pueden incluir:**

- Servicios de salud conductual con hospitalización, excepto cuando se presten en un hospital de salud conductual del estado.
- Terapia electroconvulsiva.
- Hospitalización para desintoxicación de drogas y alcohol.
- Servicios de hospitalización psiquiátrica parcial.
- Tratamiento residencial de trastorno de consumo de sustancias.
- Terapia ambulatoria.
- Pruebas psicológicas
- Servicios ambulatorios de trastorno de consumo de sustancias, incluidos servicios de proveedores de tratamiento para opioides, servicios ambulatorios parciales e intensivos.
- Servicios de intervención en caso de crisis.
- Tratamiento asistido con medicación (MAT).
- Tratamiento con Suboxone para la dependencia de opioides.
- Servicios de telesalud.
- Servicios para dejar el tabaco.

## Emergencias y Crisis de Salud Conductual

<b>Emergencia de Salud Conductual</b>	Su vida, su salud o seguridad, o la seguridad de otros, podrían estar en peligro si no recibe ayuda rápidamente.	Llame al 911.
<b>Crisis de salud conductual</b>	Necesita ayuda rápidamente para que la situación no se convierta en una emergencia.	Llame a una línea de crisis o a su médico de salud conductual.

Si tiene un médico de salud conductual, como un terapeuta, le informará cómo comunicarse durante una crisis. **Si está atravesando una crisis, siga el plan que elaboró con su terapeuta.**



**Línea Nacional de Prevención del Suicidio:** Llame al número de la línea, disponible las 24 horas del día. Este servicio es gratuito. Llame a ese número si está experimentando sufrimiento emocional o pensamientos de suicidio. Su llamada será derivada al centro de crisis más cercano. Llame al **988** hoy mismo para hablar con alguien que puede ayudarlo.

**Línea de ayuda de la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI),** en el **800-950-NAMI**.

## Servicios Ambulatorios Tradicionales

Outpatient therapy services are usually provided by a therapist. You can be seen in their office, your home, or in another location. Los servicios de terapia ambulatoria suelen ser brindados por un terapeuta. El terapeuta puede tratarlo en el consultorio, en su casa o en otro ambiente comunitario. En la primera cita, un terapeuta le preguntará por su vida y cómo puede ayudarle la terapia. Esto se llama evaluación. Luego el terapeuta le dirá con qué frecuencia piensa que usted debe concurrir a la terapia.

Las sesiones de terapia pueden durar de 30 a 60 minutos. Pueden ser con usted solo o incluir a su familia y seres queridos. También pueden ser con su familia solamente o con las personas más cercanas a usted, si usted está de acuerdo. La terapia grupal también puede ayudar. La terapia grupal es una terapia con otras personas que están atravesando lo mismo que usted. Es posible que también vea a un especialista que puede recetarle medicación. Durante esas visitas, el especialista hablará con usted sobre sus síntomas. El especialista le dirá si hay un medicamento que pueda ayudar a manejar sus síntomas.

### Programa Ambulatorio Intensivo (IOP)

Los programas ambulatorios intensivos (intensive outpatient programs, IOP) son grupos de terapia que se reúnen 3 veces por semana. Cada sesión grupal dura al menos 3 horas. Este grupo es conducido por un terapeuta con licencia. El grupo puede enseñarle sobre su salud mental o trastorno de consumo de sustancias. El grupo también puede enseñarle a lidiar con sus sentimientos o hablar sobre sus necesidades de salud mental o de trastorno de consumo de sustancias.

### Programa Hospitalario Parcial (PHP)

Los programas hospitalarios parciales (PHP) son grupos de terapia que se reúnen 5 veces por semana. Cada sesión grupal dura al menos 4-6 horas. Therapy groups take place every day and are led by a licensed therapist. Los grupos de terapia se reúnen todos los días y son conducidos por un terapeuta con licencia. La terapia se realiza en grupos con otras personas que tienen las mismas necesidades de salud mental que usted.



## Específico para Trastornos de Consumo de Sustancias

A veces, es mejor ser tratado por lo que lo aqueja específicamente a usted. MDwise trabaja con médicos que pueden ayudarlo con sus necesidades de trastorno de consumo de sustancias.

### Programa de Tratamiento de Opioides (OTP)

Los programas de tratamiento de opioides (opioid treatment programs, OTP) son centros que tratan trastornos de uso de opioides. Esos tratamientos incluyen terapia, administración de la atención, grupos y manejo diario de la medicación con metadona. El tratamiento también incluye pruebas para detectar drogas y medicamentos. Debe usar los servicios de OTP para cubrir el tratamiento con metadona para un trastorno de uso de opioides. Los servicios de OTP se prestan todos los días y son conducidos por un médico de OTP registrado del estado.

### Tratamiento Residencial de Trastorno de Consumo de Sustancias (SUD)

Si tiene un trastorno de consumo de sustancias y probó otro tipo de tratamientos, es posible que pueda recibir tratamiento residencial de trastorno de consumo de sustancias (substance use disorder, SUD). El tratamiento residencial de SUD es para personas que tienen un trastorno de consumo de sustancias y están en un centro que tiene un médico residencial de SUD. Usted pasará la noche en el centro. Tendrá objetivos diseñados para ayudarlo. También irá a terapia individual, terapia grupal y grupos de destrezas. Por lo general, el tratamiento dura un promedio de 30 días. Verá a un médico al menos una vez por semana y es posible que le den medicación.

### Tratamiento con Hospitalización

MDwise sabe que en ocasiones usted puede tener una crisis y que tal vez necesite estar en el hospital como ayuda para proteger su seguridad y la de quienes lo rodean. Eso se llama hospitalización. Hay muchos hospitales en el estado en los que pueden ayudarlo.





## ¿Qué sigue?

Una vez que encuentre un médico, llame y programe una cita. Haga una cita lo antes posible. Eso ayudará a evitar demoras la primera vez que necesite usar sus beneficios.



### **Antes de la cita, escriba lo siguiente:**

- Preguntas que tenga para su médico.
- Antecedentes de problemas de salud familiares.
- Medicamentos recetados, de venta libre, vitaminas o suplementos que tome.

### **Consejos que lo ayudarán cuando haga una cita:**

- Llame cuando el consultorio del médico o la clínica están abiertos.
- Informe en el consultorio o la clínica que usted es miembro de MDwise.
- Dígales su nombre y su número de ID de MDwise.
- Dígales qué tipo de cita necesita.
- Avíseles si piensa que es grave y que necesita más que una cita habitual.

## Faltar a una Cita de Atención Médica

**Si necesita faltar a una cita, llame al consultorio o la clínica para cancelar lo antes posible.** Eso lo ayudará a programar otra cita. Cada clínica tiene sus propias reglas sobre qué pasa cuando se falta a una cita. Pregunte en la clínica cuáles son sus reglas.

## Beneficios de Farmacia

Visite [MDwise.org](https://www.mdwise.org) para ver información sobre sus beneficios de farmacia. Podemos darle información sobre medicamentos que tal vez esté tomando para su salud mental y trastornos de consumo de sustancias.