

Guía de salud conductual para miembros

MDwise se preocupa por todas sus necesidades de atención médica. Su salud conductual es tan importante como su salud física. MDwise le ofrece opciones para ayudarlo con su salud conductual. MDwise también tiene médicos que lo ayudarán con su trastorno por consumo de sustancias. Trabajamos arduamente 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 para encontrar un médico en su área. Si necesita ayuda para encontrar uno, puede llamar al servicio de atención al cliente al **800-356-1204** o **317-630-2831** en el área de Indianápolis.

No necesita una derivación de su médico para utilizar los servicios de salud conductual y abuso de sustancias. Estos servicios pueden incluir:

- Servicios de salud conductual para pacientes hospitalizados, excepto cuando se prestan en un hospital estatal de salud conductual.
- Terapia electroconvulsiva.
- Desintoxicación de drogas y alcohol como paciente internado.
- Servicios psiquiátricos de hospitalización parcial.
- Tratamiento residencial para trastornos por consumo de sustancias.
- Terapia ambulatoria.
- Pruebas psicológicas.
- Servicios ambulatorios para trastornos por consumo de sustancias, incluidos los servicios de proveedores de tratamiento de opioides y los servicios ambulatorios parciales e intensivos.
- Servicios de intervención en crisis.
- Tratamiento asistido con medicamentos (MAT).
- Tratamiento con Suboxone para la dependencia de opioides.
- Servicios de telesalud.
- Servicios para dejar el tabaco.

Emergencias y crisis de salud mental

Emergencia de salud mental	Su vida, su salud o su seguridad, o la de los demás, estarían en peligro si no recibe ayuda rápidamente.	Llame al 911.
Crisis de salud mental	Necesita ayuda rápidamente para que la situación no se convierta en una emergencia.	Llame a la Línea de Crisis 988 o a su médico de salud conductual.

Si tiene un médico de salud conductual, como un asesor, él le dirá cómo contactarlo durante una crisis. Si está sufriendo una crisis, siga el plan que hizo con su asesor.



- Línea de Prevención del Suicidio y Crisis: Llame al número de la Línea de prevención las 24 horas del día. Es un servicio gratuito. Llame a este número si tiene problemas emocionales o una crisis suicida. Su llamada será enviada al centro de crisis más cercano. Llame hoy mismo al 9-8-8 o al **1-800-273-TALK (8255)** para hablar con alguien que pueda ayudarlo.
- Línea de ayuda de la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI) al **800-950-NAMI**.

Servicios ambulatorios tradicionales

Los servicios de terapia ambulatoria suelen estar a cargo de un terapeuta. Puede acudir a su consulta, a su domicilio o a otro lugar de la comunidad. En la primera cita, el terapeuta le preguntará sobre su vida y cómo puede ayudarle la terapia. Esto se llama evaluación. Después le dirá con qué frecuencia cree que debe acudir a terapia.

Las sesiones de terapia pueden durar entre 30 y 60 minutos. Pueden ser solo con usted o incluir a su familia y seres queridos. También pueden ser solo con su familia o sus allegados, si usted está de acuerdo. La terapia de grupo también puede ayudar. La terapia de grupo es una terapia con otras personas que están pasando por lo mismo que usted.

También es posible que acuda a un especialista que pueda administrarle medicamentos. Durante estas visitas, el especialista hablará con usted sobre sus síntomas. Le dirá si hay algún medicamento que pueda ayudarle a controlar sus síntomas.

Programa intensivo ambulatorio (IOP)

Los programas intensivos ambulatorios (IOP) son grupos de terapia que se realizan 3 veces por semana. Cada sesión de grupo dura al menos 3 horas. Este grupo está dirigido por un terapeuta licenciado. El grupo puede enseñarle sobre su salud mental o su trastorno por consumo de sustancias. El grupo también puede enseñarle a manejar sus sentimientos o hablar con usted sobre sus necesidades de salud mental o trastorno por consumo de sustancias.

Programa hospitalario parcial (PHP)

Los programas hospitalarios parciales (PHP) son grupos de terapia que se realizan 5 veces por semana. Cada sesión de grupo dura de 4 a 6 horas. Los grupos de terapia se realizan todos los días y están dirigidos por un terapeuta licenciado. La terapia se realiza en grupos con otras personas que tienen las mismas necesidades de salud mental que usted.





Específico para los trastornos por consumo de sustancias

A veces es mejor ser atendido por su preocupación específica. MDwise trabaja con médicos que pueden ayudarlo con su trastorno por consumo de sustancias.

Programa de tratamiento de opioides (OTP)

Los programas de tratamiento de opioides (OTP) son centros que tratan el trastorno por abuso de opioides. Estos tratamientos incluyen terapia, gestión de la atención, grupos y gestión diaria de la medicación con metadona. El tratamiento también incluye pruebas de detección de drogas. Debe utilizar los servicios de OTP para cubrir el tratamiento con metadona para el trastorno por abuso de opioides. Los servicios de OTP se realizan todos los días y están dirigidos por un médico de OTP registrado por el estado.

Tratamiento asistido con medicamentos (MAT)

El tratamiento asistido con medicamentos (MAT) está pensado para ayudarlo si padece un trastorno por abuso de opioides (OUD). Si está recibiendo servicios de MAT, se espera que deje de consumir drogas ilícitas o no recetadas y alcohol. Se realizarán pruebas de drogas aleatorias para asegurarse de que lo ha dejado. Los proveedores le harán una evaluación completa y un examen médico para averiguar si padece OUD y si el MAT es adecuado para usted. Hay 3 opciones de medicamentos para tratar un OUD: Metadona, Buprenorfina y Naltrexona.

Tratamiento residencial para trastorno por consumo de sustancias (SUD)

Si padece un trastorno por consumo de sustancias y ha probado otros tipos de tratamiento, es posible que pueda recibir un tratamiento residencial para el SUD. El tratamiento residencial de SUD es para personas que tienen un trastorno por consumo de sustancias y están en un centro que cuenta con un médico residencial de SUD. Pasará la noche en el centro. Tendrá objetivos diseñados para ayudarlo. También irá a terapia por su cuenta, terapia de grupo y grupos de habilidades. El tratamiento suele durar un promedio de 30 días. Verá a un médico al menos una vez por semana y es posible que le administren medicamentos.

Tratamiento de hospitalización ambulatoria

MDwise sabe que a veces usted puede experimentar una crisis y necesitar estar en el hospital para ayudar a mantenerlo a usted y a los que lo rodean a salvo. Esto se llama estar hospitalizado. Hay muchos hospitales en todo el estado que pueden ayudarlo.



¿Qué hacer luego?

Una vez que encuentre un médico, llame y programe una cita. Pida una cita lo antes posible. Así evitará retrasos la primera vez que necesite utilizar sus beneficios.



Antes de la cita, recuerde tomar nota de lo siguiente:

- Preguntas que tenga para su médico.
- Historial de problemas de salud familiares.
- Recetas, medicamentos sin receta, vitaminas o suplementos que tome.

Consejos que lo ayudarán a la hora de pedir una cita:

- Llame cuando el consultorio o la clínica estén abiertos.
- Dígame al consultorio o clínica que es miembro de MDwise.
- Dígame su nombre y su número de identificación de MDwise.
- Dígame qué tipo de cita necesita.
- Dígame si cree que es grave y necesita algo más que una cita normal.

Faltar a una cita médica

Si tiene que faltar a una cita, llame al consultorio o clínica para cancelarla lo antes posible. Le ayudarán a programar otra cita. Cada clínica tiene sus propias normas sobre las ausencias. Pregúntele a su clínica cuáles son sus normas.

Beneficios de farmacia

Visite MDwise.org para obtener información sobre sus beneficios de farmacia. Podemos darle información sobre los medicamentos que puede estar tomando y que le ayudan con sus trastornos de salud mental y de consumo de sustancias.