

Manual del paciente de MindHealthy®

BIENVENIDO(A) A MINDHEALTHY®, EL SOCIO ELEGIDO POR SU PROVEEDOR PARA OFRECER SERVICIOS DE BIENESTAR MENTAL A TRAVÉS DEL MODELO DE ATENCIÓN COLABORATIVA.



¿Qué es el Modelo de Atención Colaborativa (CoCM)?

La Atención Colaborativa es un enfoque basado en el trabajo en equipo que integra la atención de la salud mental con su bienestar y salud en general. Eso significa que no estará solo(a) en su proceso de cuidado.

Con el Modelo de Atención Colaborativa (CoCM), tendrá un equipo que trabajara en conjunto para apoyar sus metas, el cual incluye:

- › Su proveedor de atención primaria (PCP) o proveedor especialista
- › Un gestor de salud mental (BCM), un terapeuta con experiencia
- › Un consultor psiquiátrico, que puede ser un psiquiatra o un enfermero especializado en psiquiatría
- › Y usted, como el integrante más importante del equipo

Este equipo se comunica y colabora para compartir información y ajustar su plan de cuidado, asegurando que todo esté coordinado y adaptado a sus necesidades.

¿Qué Hace MindHealthy®?

MindHealthy® está aquí para asegurarse de que su salud mental reciba la misma atención que su salud física, en el mismo lugar y al mismo tiempo.

Trabajamos directamente con su doctor para brindar:

- › Apoyo emocional y de comportamiento para la ansiedad, depresión, estrés y más
- › Seguimiento regular con un gestor de salud mental
- › Asesoramiento experto de un profesional psiquiátrico que apoya a su equipo de atención
- › Planes de cuidado personalizados que se adaptan a su vida y metas
- › Consultas con su proveedor sobre los medicamentos recomendados, según sea necesario

Monitoreamos su progreso, realizamos ajustes según sea necesario y nos aseguramos de que nada se pase por alto.

Cómo Funciona y Qué Puede Esperar

- + **Referencia:** Su doctor recomienda MindHealthy® según sus necesidades.
- + **Reunión inicial:** Se reúne con uno de nuestros gestores de salud mental para hablar de sus metas y elaborar un plan.
- + **Apoyo continuo:** Sesiones de seguimiento regulares (por teléfono o video) con su gestor de salud mental lo ayudan a mantenerse en camino.
- + **Supervisión experta:** Un equipo de consultores psiquiátricos revisa su progreso y brinda recomendaciones a su equipo de atención.
- + **Los servicios proporcionados se facturarán a su seguro médico.**
- + **Mejor salud, juntos:** Usted y su equipo ajustan el plan según sea necesario para continuar avanzando.

Por Qué Funciona

- > Atención integral
- > Conveniente y conectada con su doctor
- > Personalizada para usted
- > Basada en evidencia
- > Cubierta por la mayoría de los seguros

Preguntas Frecuentes (FAQ)

¿ES ESTO UN REEMPLAZO DE TERAPIA O PSIQUIATRÍA?

La Atención Colaborativa no reemplaza la terapia tradicional ni la atención psiquiátrica. En cambio, es un enfoque basado en el trabajo en equipo que apoya su salud mental dentro del entorno de atención primaria. Puede utilizarse de manera independiente o junto con terapia continua o tratamiento psiquiátrico. Su gestor de salud mental puede ayudar a coordinar atención adicional si es necesario.

¿CON QUÉ FRECUENCIA ME CONECTARÉ CON MI GESTOR DE SALUD MENTAL?

La mayoría de los clientes programan sesiones con su gestor de salud mental cada 1 a 2 semanas, aunque esto puede ajustarse según sus preferencias y necesidades clínicas. Generalmente, estas sesiones se realizan por Teams (video) o por teléfono.

¿CUÁNTO TIEMPO TENDRÉ CON MI GESTOR DE SALUD MENTAL?

La duración varía según su plan de cuidado. Por lo general, puede esperar entre 15 y 120 minutos de apoyo durante el primer mes, y de 45 a 90 minutos por mes después de eso. Esto puede incluir breves sesiones de seguimiento, establecimiento de metas, monitoreo del progreso y coordinación con su equipo de atención primaria.

¿MI DOCTOR SABRÁ LO QUE ESTÁ PASANDO?

¡Sí! Esa es la ventaja de la atención colaborativa: su gestor de salud mental trabaja en cercana colaboración con su doctor y un consultor psiquiátrico para garantizar que su cuidado esté coordinado y adaptado a sus necesidades.

¿CUESTA EXTRA?

La Atención Colaborativa (CoCM) a través de MindHealthy® está cubierta por la mayoría de los planes de seguro como una visita de proveedor médico. La facturación de CoCM se realiza a través de su proveedor de atención primaria como parte de su atención médica. Se utilizan códigos de facturación basados en tiempo, lo que significa que su seguro cubre el tiempo que el equipo dedica a apoyar su cuidado, incluyendo sesiones con el gestor de salud mental, coordinación del cuidado y consulta psiquiátrica.

La mayoría de los seguros cubren CoCM, pero la cobertura puede variar. Recomendamos contactar a su proveedor de seguro para confirmar la cobertura. Al consultar, use los siguientes códigos CPT: **99492, 99493, 99494, 99484, or G0512.**

¿QUIÉN FACTURA MI SEGURO?

Su proveedor de atención primaria factura a su seguro por los servicios de Atención Colaborativa. MindHealthy® trabaja en asociación con su proveedor como extensión de su equipo de atención. Si se requieren servicios adicionales fuera de la Atención Colaborativa, se le informará y se solicitará su aprobación antes de cualquier cargo adicional de MindHealthy®. Cualquier copago o deducible se pagará directamente a su proveedor.

¿QUÉ SUCEDE SI NECESITO CANCELAR O PIERDO MI CITA?

Entendemos que pueden surgir imprevistos. Si no puede asistir a su cita, pedimos de favor al menos 24 horas de aviso. Las citas perdidas o cancelaciones con menos de 24 horas de aviso pueden registrarse como “no presentación”. Repetidas ausencias pueden afectar su capacidad de programar futuras sesiones.

Consejos para el Éxito

- Sea honesto y abierto — su equipo de atención está aquí para apoyar, no para juzgar.
- Establezca metas pequeñas — no necesita resolver todo de una vez.
- Manténgase en contacto — los seguimientos regulares marcan la diferencia.
- Haga preguntas — su equipo quiere que se sienta seguro y cómodo.
- Celebre su progreso — ¡incluso los logros pequeños importan!

¿Preguntas? Estamos Aquí para Ayudar

Si alguna vez tiene preguntas sobre su atención, desea hacer cambios o necesita apoyo, su equipo de MindHealthy® está a solo una llamada o mensaje de distancia.



(888) 510-1352 | mindhealthy.com