

HealthSelect^{of Texas}

CONSUMER DIRECTED
HealthSelect^{of Texas}



ESTÁ BIEN NECESITAR AYUDA

Cuide su salud mental para afrontar lo que la vida le depare.

Si tiene pensamientos o sentimientos que le dificultan sobrellevar el día, no está solo. Casi la mitad de las personas en los Estados Unidos sufrirán problemas de salud mental en algún momento de su vida, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

El cuidado de un experto en salud mental puede ayudarlo a controlar sus emociones y a enfrentar los desafíos.

La salud mental es tan importante como la salud física.

Las coberturas médicas HealthSelectSM, incluida Consumer Directed HealthSelectSM, cubren la atención de salud mental, la terapia y los medicamentos. Usted y sus derechohabientes con cobertura tienen acceso a coordinadores clínicos de servicios médicos, consultas virtuales y presenciales de salud mental y a otros recursos.

Para solicitar más información sobre los recursos para la salud mental, comuníquese sin costo con un asistente personal de la salud de Blue Cross and Blue Shield of Texas al **(800) 252-8039 (TTY: 711)**, con atención de lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 7:00 p. m., y sábados, de 7:00 a. m. a 3:00 p. m., hora del centro.



BlueCross BlueShield of Texas

Recursos para su bienestar mental

Consultas virtuales de salud mental

Consulte en línea a un profesional en salud mental con licencia cualquier día de la semana. Las consultas virtuales de salud mental son citas por videoconferencia a través de Doctor On Demand® o MDLIVE®. Debe programar las citas con antelación. Las citas suelen estar disponibles en un plazo de 5 a 7 días, pero pueden tardar hasta dos semanas. Si su cobertura es HealthSelect of Texas®, HealthSelectSM Out-of-State o HealthSelectSM Secondary, las consultas virtuales de salud mental a través de Doctor on Demand y MDLIVE tienen cobertura al 100%. Esto significa que no pagará nada por las consultas virtuales médicas y de salud mental. Si su cobertura es Consumer Directed HealthSelect, pagará el 20% de la cantidad permitida después de cumplir con el deducible anual. Consulte los detalles de los servicios con cobertura en el sitio web de HealthSelect.

Para empezar, use la información en su tarjeta de cobertura médica para crear una cuenta en doctorondemand.com o en mdlive.com/healthselect.

Telemedicina para la salud mental

Además de las consultas virtuales de salud mental a través de Doctor on Demand y MDLIVE, su profesional en salud mental puede ofrecer consultas por telemedicina. Las coberturas HealthSelect cubren las consultas de telemedicina con profesionales de la red al mismo nivel de prestaciones que las consultas en persona con profesionales de salud mental de la red.

Las ventajas incluyen lo siguiente:

- atención médica conveniente cuando la necesite;
- sin problemas de transportación o largos traslados;
- menos interferencia en su vida cotidiana;
- sin necesidad de llevar a sus hijos a una guardería;
- sin perder el tiempo en una sala de espera.

Administración de servicios médicos

El programa de administración de servicios médicos le da acceso a un equipo de médicos y profesionales de la salud mental especializados. Los profesionales de la salud mental están disponibles por teléfono para ofrecer apoyo y orientación adicionales para problemas de consumo de sustancias, control de la ira, ansiedad, depresión, violencia doméstica, duelo, trastorno de estrés postraumático y estrés. El servicio de administración de servicios médicos está a su disposición sin gasto de bolsillo.

Comuníquese con un coordinador clínico de servicios médicos al **(800) 252-8039 (TTY: 711)**, con atención de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 6:30 p. m., hora del centro, y solicite hablar con un coordinador clínico de servicios médicos. Un coordinador clínico de servicios médicos puede ponerse en contacto con usted si le han diagnosticado determinadas enfermedades.

Apoyo cuando lo necesite

Si tiene una emergencia que pone en peligro la vida, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana.

Si usted o sus derechohabientes con cobertura están enfrentando alguna crisis de salud mental o por consumo de sustancias, que no ponen en peligro la vida, puede hablar con un clínico de salud mental, las 24 horas del día, los siete días de la semana, llamando al **(800) 252-8039 (TTY: 711)**; el mismo número al que puede llamar si tiene preguntas sobre servicios médicos y de salud mental con cobertura.

En caso de emergencia, este servicio no pretende reemplazar la atención en una sala de emergencias o en un centro de atención médica inmediata. Los médicos de MDLIVE y Doctor On Demand no reemplazan la atención de su médico de cabecera. MDLIVE, una compañía aparte, y Doctor On Demand, una compañía independiente, tienen contrato con Blue Cross and Blue Shield of Texas para administrar el programa de consultas virtuales para los asegurados de BCBSTX. Estos proveedores externos son enteramente responsables de sus operaciones y de las de sus profesionales médicos contratados. MDLIVE® y el logotipo de MDLIVE son marcas registradas de MDLIVE, Inc., y queda prohibido su uso sin autorización por escrito.

BCBSTX no recomienda, ni avala, ni garantiza ninguno de los productos o servicios disponibles a través de proveedores externos.

Blue Cross and Blue Shield of Texas es el administrador externo de HealthSelect of Texas® y Consumer Directed HealthSelectSM.

Blue Cross®, Blue Shield® and the Cross and Shield Symbols are registered service marks of the Blue Cross and Blue Shield Association, an association of independent Blue Cross and Blue Shield Plans.

Blue Cross and Blue Shield of Texas, a Division of Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

756742.0721