

Lo que debe saber respecto al tratamiento de los problemas mentales o de la conducta



Estimado miembro de HMO,

Muchas personas, incluso niños, tienen problemas de salud mental, como depresión o ansiedad. Es importante que reciban atención. Preparamos este volante para ayudarle a entender y aprovechar los servicios de tratamiento de los problemas mentales o de la conducta.

Atentamente, Oficina del Defensor de Pacientes

¿Qué cubre su plan de salud?

Llame a su plan o su médico especialista en terapia conductual. El número está en su tarjeta de miembro.

Preguntas sugeridas

1. ¿Qué servicios de orientación o psicoterapia están cubiertos? ¿Con qué frecuencia puedo acudir a citas? ¿Cuánto cuesta?
2. ¿Están cubiertos los medicamentos para los problemas psicológicos? ¿Cuánto cuestan?
3. ¿A cuánto ascienden los costos y beneficios hospitalarios para el tratamiento de problemas psicológicos?
4. ¿Puedo obtener tratamiento por alcoholismo o drogadicción?
5. ¿Hay grupos de apoyo y clases, como las clases para ayudarme a dejar de fumar, a tratar con el sufrimiento y controlar el estrés?
6. ¿Cuáles servicios puede obtener mi hijo?
7. ¿A qué tipo de especialista en problemas mentales puedo consultar?
8. ¿Necesito referencias de mi médico primario?



Su médico de atención primaria

Su médico puede recetarle algunos medicamentos para tratar la ansiedad y la depresión.

Su médico lo puede remitir a otro médico si lo necesita.

Seleccione a un especialista en salud mental

Los especialistas en salud mental incluyen psicólogos, trabajadores sociales, terapeutas de familia y parejas y psiquiatras.

- Pídale a su médico o a su plan de salud una lista de especialistas de salud mental.
- Pregunte cuáles especialistas hablan su idioma.
- Puede preguntar sobre un especialista en el área de especialidad que necesite.

Si no está satisfecho, puede cambiar a otro especialista en salud mental afiliado a su plan.

Servicios especializados de salud mental

El servicio médico de especialidad es servicio médico de un especialista en salud mental como un terapeuta familiar, psicólogo o psiquiatra.

Los planes de salud cubren servicios médicos de especialidad para los problemas graves que se enumeran a la derecha. Puede haber límites en servicios médicos de especialidad para otros problemas. Por ejemplo, puede haber un límite en la cantidad de consultas a un psicólogo durante un año si no tiene uno de los problemas enumerados.

Problemas graves

Si padece uno de los problemas siguientes, tiene derecho al servicio médico apropiado para su situación. Sus beneficios son similares a los beneficios para un problema médico. Su co-pago es el mismo que el co-pago para consultas con especialistas médicos. Su co-pago para un medicamento para problemas de salud mental debe ser el mismo que los co-pagos para otros medicamentos.

- Esquizofrenia
- Trastorno esquizoafectivo
- Trastornos depresivos mayores
- Trastorno obsesivo-compulsivo
- Trastorno bipolar
- Anorexia nerviosa y bulimia nerviosa
- Trastorno de pánico

Trastorno dominante del desarrollo o ciertas perturbaciones emocionales graves en un niño

Medi-Cal también tiene cobertura para problemas graves de salud mental. Sin embargo, Medicare ofrece cobertura más limitada para estos problemas.

¿Qué tratamiento es correcto para usted?

A veces se requiere bastante tiempo para encontrar el tratamiento o tratamientos más adecuados. Si su médico le receta una medicina, pregunte sobre los posibles efectos secundarios. Si sufre efectos secundarios desagradables, o si el medicamento no parece funcionar, hable con su médico. Es posible que exista otro medicamento que pueda probar. O pida una referencia para un especialista en salud mental.

Problemas típicos

No puedo encontrar a un médico (o no puedo obtener una cita) en un tiempo razonable.

En algunos planes de salud, especialmente en áreas rurales, puede ser difícil encontrar a un especialista en salud mental. Si eso le sucede, puede pedirle a su plan que apruebe consultas con un especialista que no pertenezca a la red. También puede presentar una queja con su plan. Consulte la columna siguiente.

No creo que esté obteniendo el servicio médico adecuado para mi situación.

Pídale a su plan que localicen a un especialista en salud mental que esté calificado y tenga experiencia para tratar su problema. Si su plan no ayuda, puede presentar una queja.

Mi plan de salud no autoriza la asistencia médica adecuada.

Si su plan de salud niega alguno o todos los tratamientos que su proveedor recomienda, ellos deben enviarle una explicación clara por escrito de las razones para su negación. Puede presentar una queja con el plan si no está satisfecho con las razones. Si su plan continúa negando su solicitud, puede pedir una evaluación médica independiente al Centro de Ayuda de HMO.

La ley de California protege sus derechos

- Tiene derecho a que lo traten con respeto.
- Tiene derecho a entender su cobertura para problemas de salud mental. Pida una explicación en inglés sencillo, o en su idioma.
- Puede solicitar un diagnóstico escrito (descripción de su problema).
- Puede solicitar la opinión de un segundo médico sobre un problema de salud mental.
- Tiene el derecho de aceptar o rechazar el tratamiento de salud mental.
- Sus proveedores y su plan deben mantener confidenciales sus expedientes de salud mental.
- Puede obtener una copia de sus expedientes de salud mental. Le pueden hacer cargos por el copiado.

Cómo presentar una queja

Algunas veces su plan no aprobará el servicio que usted desea, o tiene que esperar demasiado tiempo para obtener una cita. Si esto sucede:

- También puede presentar una queja con su plan de salud. Llame a su plan y dígame que desea presentar una queja.
- También puede presentar una queja con el Centro de Ayuda HMO de California. Esta es una agencia estatal que supervisa a las HMO. Ofrece ayuda en su idiomas y está abierta 24 horas al día, 7 días a la semana.

n California HMO Help Center (Centro de ayuda HMO de California)

1-888-466-2219

1-877-688-9891 (TTY)

Más información



n Office of the Patient Advocate (Oficina del Defensor del Paciente)

Somos un organismo estatal que facilita materiales educativos para ayudar a los miembros de los planes de seguro médico entender y aprovechar sus servicios de atención médica. Llame gratis para pedir materiales gratuitos en muchos idiomas.

1-866-466-8900

1-866-499-0858 (TTY)

www.opa.ca.gov

n Mental Health Association in California (Asociación de Salud Mental en California)

Información y defensa para las personas con problemas mentales.

1-916-557-1167

1-800-273-8255 (línea nacional gratuita)

www.mhac.org

n NAMI California

Información, defensa y apoyo para familias con familiares que padecen enfermedad mental grave. Programas para el consumidor de servicios de atención psiquiátrica

1-916-567-0163

1-800-950-6264 (línea nacional gratuita)

www.namicalifornia.org

