

## Programa de Atención de Salud del Comportamiento

Este programa conecta a los afiliados con médicos de la salud del comportamiento autorizados que están disponibles para llamadas de apoyo, para ayudar a mejorar su calidad de vida diaria y para ayudarle a comprender mejor su estado de salud del comportamiento. MVP reconoce la salud médica y del comportamiento como componentes igualmente importantes para su bienestar general. Si tiene problemas de salud del comportamiento y física, los gestores de caso colaborarán para garantizar que se aborden ambos temas.

### ¿Qué ofrece el programa?

Obtenga asistencia telefónica privada de un especialista en salud del comportamiento para desarrollar un plan personalizado para manejar su afección. Su plan puede incluir lo siguiente:

- Una Evaluación de Riesgos de Salud para determinar los servicios, recursos y nivel de necesidad adecuados.
- Identificación de grupos de apoyo local, recursos comunitarios y programas sociales.
- Asistencia con la administración y el cumplimiento de medicamentos.
- Monitoreo del plan de atención.
- Asistencia para coordinar la atención entre sus proveedores ambulatorios para garantizar que reciba la mejor atención posible.
- Información sobre diagnósticos de salud del comportamiento.
- Intervenciones en casos de crisis para ofrecer ayuda inmediata y a corto plazo.
- Derivación a programas de salud mental y de consumo de sustancias.
- Asistencia telefónica para afiliados que hayan recibido el alta de un entorno de hospitalización durante la primera semana de regreso al hogar para ayudar a resolver dudas o preguntas que pueda tener con respecto a los planes de alta.

MVP ofrece en equipo de Manejo de Casos de Salud del Comportamiento como parte de sus beneficios y sus registros siempre se mantendrán confidenciales.



MVP cuenta con recursos para afiliados que viven con un problema de salud del comportamiento o físico. **Para obtener más información, visite [mvphealthcare.com/HealthandWellness](http://mvphealthcare.com/HealthandWellness).**

# ¿Qué es la salud del comportamiento?

La salud del comportamiento es un término que se refiere a los trastornos de salud mental y por consumo de sustancias. Incluye formas de prevenir y tratar tanto las afecciones de salud mental como los trastornos por consumo de sustancias.

## Salud mental

Los problemas de salud mental pueden afectar cómo piensa, siente o se comporta una persona. Pueden influir en la forma en que una persona interactúa con otros, las actividades de cada día y la toma de decisiones.

Las afecciones de salud mental comunes incluyen las siguientes:

- Ansiedad
- Depresión
- Trastornos alimenticios
- Trastorno bipolar
- Esquizofrenia

## Trastorno por Consumo de Sustancias

Los trastornos por consumo de sustancias se producen cuando una persona pierde la capacidad de controlar el consumo de alcohol o drogas, y esto causa un deterioro significativo. Las personas que luchan con una adicción continuarán consumiendo la sustancia a pesar del daño que les cause, y es posible que experimenten problemas de salud, incapacidad y que no cumplan con sus responsabilidades en el trabajo, la escuela o el hogar.

Los trastornos por consumo de sustancias incluyen los siguientes:

- Trastorno por consumo de alcohol.
- Uso indebido de opiáceos.
- Dependencia de la nicotina (tabaco).

## Establezca y Cumpla los Objetivos del Programa

Sus objetivos pueden incluir algunas o todas estas metas de salud del comportamiento:

- ✓ Cuidar su cuerpo, que incluye mantenerse activo, consumir comidas nutritivas, evitar el cigarrillo, el vapeo de nicotina, el alcohol y las drogas.
- ✓ Dormir bien.
- ✓ Tomar sus medicamentos según lo indicado por su médico.
- ✓ Pedir ayuda cuando la necesite.
- ✓ Rodearse de personas positivas.
- ✓ Aprender cómo reducir el estrés.

## ¿Necesita ayuda?

Llame o envíe un mensaje de texto o correo electrónico para recibir asistencia confidencial gratuita.

### Línea Directa de Crisis de MVP

1-888-687-6277

### Línea Nacional de Prevención del Suicidio (National Suicide Prevention Lifeline)

1-800-273-TALK (8255)

### Línea de Mensajes de Texto ante Crisis

(Crisis Text Line)

### Envíe un mensaje de texto con la palabra

HELLO al 741741

### Línea de Ayuda de la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (National Alliance on Mental Illness, NAMI)

1-800-950-NAMI (6264)

info@nami.org

**¿Tiene preguntas?  
Estamos listos para ayudarle.**

Llame a Manejo de Casos de MVP al **1-866-942-7966**, de lunes a viernes de 8:30 am a 5:00 pm.