

# ¿Qué sucede después de una hospitalización por salud mental?



## La salud mental es tan importante como la salud física.

Le recomendamos que haga un seguimiento con su profesional médico después de su hospitalización por salud mental para ayudarlo durante su recuperación. Antes de abandonar el hospital, colabore con su equipo de atención médica para programar una consulta con un profesional médico de la salud mental.

### Recibir atención médica continua para la salud mental después de salir del hospital podría ayudar a usted o a su hijo con lo siguiente:

- a sentirse mejor;
- a mejorar sus relaciones con amigos y familiares;
- a volver a la escuela o al trabajo.

### ¿Qué debe hacer cuando le den el alta?

- Lleve los papeles del alta a la cita de seguimiento; esto ayuda al profesional médico a tener la información más vigente.
- Cuanto antes puedan acudir usted o su hijo al profesional médico, más pronto obtendrán ayuda para su recuperación.

### Póngase en contacto con la alianza National Alliance on Mental Illness (NAMI, por sus siglas en inglés) Central Texas para obtener más apoyo y recursos gratuitos. Pueden brindarle ayuda con lo siguiente:

- desarrollar un sentido de pertenencia y esperanza;
- formar parte de un grupo dirigido por quienes ya han pasado por lo mismo;
- brindarle apoyo para que pueda cuidar mejor de usted mismo o de su hijo.

**NAMI Central Texas: ayudamos a establecer una comunidad, fomentamos la conexión y promovemos la resiliencia en torno a la salud mental**  
**([namicentraltx.org/en-espanol](http://namicentraltx.org/en-espanol))**

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

SCSKM-3058-1123

764623.1223



Escanee los códigos QR que aparecen a continuación para ver videos sobre cómo obtener la atención que necesita. Una vez que los haya escaneado, seleccione el botón "CC" (Subtítulos cerrados) en la pantalla de video y elija su idioma antes de reproducir los videos.



Salud mental

Seguimiento



## BCBSTX ofrece un incentivo por obtener atención de seguimiento después de una hospitalización por salud mental

Los asegurados que hayan recibido el alta hospitalaria después de una consulta por salud mental son elegibles para obtener una tarjeta de regalo de \$50 cuando realicen un seguimiento con su profesional médico dentro de los siete días siguientes a una hospitalización de salud mental. Una vez que complete el examen, ingrese en [bcbstx.com/wellnessrewards](https://bcbstx.com/wellnessrewards) (haga clic en "Español") para registrarse y reclamar su tarjeta de regalo de recompensa.

Si necesita un traslado de ida y vuelta a consultas médicas que no sean de emergencia, llame al programa de servicios médicos de transporte para casos que no sean de emergencia (NEMT, por sus siglas en inglés) al **1-866-824-1565** (TTY: **711**), con atención las 24 horas del día, los siete días de la semana. Los servicios de NEMT pueden ayudarle a conseguir traslados para sus citas de atención médica cuando no hay otras opciones de transporte. Los traslados se pueden programar para consultas de lunes a viernes, entre las 8:00 a. m. y las 5:00 p. m., hora del centro.

Estamos a sus órdenes. Si desea hablar con un especialista en Servicio al Cliente, llame al número en su tarjeta de asegurado.

Blue Cross and Blue Shield of Texas cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, país de origen, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-855-710-6984 (TTY: 711).

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-855-710-6984 (TTY: 711).