






Conjunto de servicios de salud conductual

Con Providence Health Plan, usted tiene más opciones para elegir cómo quiere y necesita acceder a la atención.

 Recursos para mejorar el bienestar	Recursos para relajarse y recargar energías <ul style="list-style-type: none">Ahorro en terapia de masaje, yoga, meditación y más	<ul style="list-style-type: none">ProvidenceHealthPlan.com/LifeBalance
 Herramientas de autocontrol y conciencia plena	Asesoramiento de salud <ul style="list-style-type: none">ProvidenceHealthPlan.com/HealthCoachingSesiones individuales de asesoramiento de saludDefinición de objetivos personalizados con pasos manejablesUn programa diseñado para incentivar a los miembros a alcanzar sus objetivos de salud	Learn to Live <ul style="list-style-type: none">LearnToLive.com/Welcome/ProvidenceHealthPlanTerapia virtual autodirigidaAsesoramiento individual, ejercicios de conciencia plena y seminarios web en vivo y a pedidoDisponible en cualquier momento dentro de la aplicaciónCódigo de acceso: PHPPEBB
 Telesalud/consultas virtuales	Asistente de salud conductual <ul style="list-style-type: none">Providence.org/BHCAcceso rápido a la atención directa con proveedores de ProvidenceHorario extendido de 7 a.m. a 8 p.m. (hora del Pacífico), los siete días de la semanaAyuda con los factores de estrés cotidianos, la salud mental y los problemas de adicciónDisponible para miembros elegibles residentes de OR, WA, ID, CA, MT y TX Talkspace <ul style="list-style-type: none">Talkspace.com/ProvidenceHealthPlanProveedor de telesalud de psicoterapia virtual para adolescentes (mayores de 13) y adultosSe selecciona un proveedor dentro de las 48 horasConexión mediante mensajes de texto, llamadas o videos en vivoAcceso a terapia, psiquiatría* o ambas	Equip <ul style="list-style-type: none">Tratamiento virtual de trastornos de la alimentaciónNiños y adultos jóvenes de 6 a 24 añosTratamiento basado en la familia (Family-Based Treatment, FBT) acompañado por un equipo multidisciplinario Charlie Health <ul style="list-style-type: none">Programa intensivo ambulatorio virtual (Virtual Intensive Outpatient Program, vIOP)Adolescentes y adultos jóvenes de 11 a 30 añosPlanes de tratamiento personalizados, que incluyen la terapia grupal y familiar o individual Joon Care <ul style="list-style-type: none">Apoyo en situaciones de crisis y suicidioSesiones virtuales con un terapeuta con licenciaAdolescentes y adultos jóvenes de 13 a 26 añosDisponible para miembros elegibles residentes de OR, WA, TX, CA, DE, PA y NY
 Apoyo clínico amplio	Red de salud conductual <ul style="list-style-type: none">Acceso local y en todo el paísServicios presenciales y virtualesAtención específica por edades (niños, adolescentes, adultos)Acceso a una red de salud conductual de especialidad	Directorio de proveedores <ul style="list-style-type: none">ProvidenceHealthPlan.com/FindAProviderIngresa al Directorio de proveedores y realice una búsqueda con su identificación de miembro.Seleccione "Find a care provider" (Encontrar un proveedor de atención).Seleccione "Mental Health/Substance Use Disorder" (Salud mental/Trastorno por consumo de sustancias).
 Administración de atención médica y apoyo para las crisis	Centro de atención conductual <ul style="list-style-type: none">Acceso inmediato las 24 horas del día, los 7 días de la semanaEquipo entrenado en atención de triaje de crisisRemisiones en tiempo realLlame al 800-878-4445 (TTY: 711)	Servicios de emergencias y de atención urgente <ul style="list-style-type: none">Atención ambulatoria y residencialAtención hospitalaria parcial

*Los psiquiatras pueden recetar medicamentos

Obtenga más información en ProvidenceHealthPlan.com/PEBB o llame a Servicio al Cliente al **503-574-7500** o al **800-878-4445 (TTY: 711)**

Llame o envíe un mensaje de texto a la **Línea para Situaciones de Crisis y Prevención del Suicidio al 988** si usted o alguien a quien conoce necesita atención inmediata para una situación de crisis.