



Cuidados de seguimiento | Hoja de consejos

## Cuidados de seguimiento tras una hospitalización psiquiátrica

Trate su salud mental como trataría su salud física. Después de cualquier hospitalización por una necesidad médica, su equipo de atención le hará un seguimiento con una cita ambulatoria con su médico de atención primaria y/o un especialista. Lo mismo ocurre con las necesidades de salud mental. El tratamiento hospitalario es un paso clave en la recuperación, pero es solo el primer paso.

**Es muy importante que acuda a una consulta de seguimiento con su especialista en salud mental de la red en los 7 días siguientes a la hospitalización.** Se ha demostrado que asistir a la atención de seguimiento después de una hospitalización psiquiátrica mejora los resultados de los miembros y disminuye la probabilidad de una nueva hospitalización.<sup>123</sup> No continuar con la atención a menudo resulta en experimentar síntomas emocionales y físicos graves.

### Cómo prepararse para su cita

Al visitar a un proveedor de salud conductual por primera vez después de la hospitalización, es normal experimentar una variedad de sentimientos, ya sea excitación, estrés o preocupación. A continuación se presentan algunas sugerencias que le ayudarán a prepararse y aprovechar al máximo su visita.

#### Traiga los papeles del alta.

**Anote sus inquietudes y las preguntas que le gustaría que le respondieran.** Es normal tener preguntas sobre el tipo de atención que puede recibir, el costo y la frecuencia con la que visitará al proveedor. Considere la posibilidad de anotar estas preguntas con antelación y llévelas a su primera cita.

#### Lleve la información de su seguro y algo con qué escribir.

#### Hable sinceramente de lo que necesita y de cómo se siente.

#### Complete todos los formularios de admisión que el proveedor le pida antes de la primera cita.

**Conozca la política de cancelaciones del proveedor.** Las cosas surgen y los horarios cambian, pero asegúrese de que sabe con cuánta antelación debe avisar al proveedor si necesita cambiar la cita. Algunos proveedores exigen que se les avise con 24 o 48 horas de antelación.



Scan this with your mobile device camera to call us!

# Lucet™

◆ Hoy vamos a conectarle con la atención de salud mental.

El equipo de profesionales de la salud conductual de Lucet está aquí para ayudarlo a recorrer su viaje de salud mental con confianza. Ya sea que esté buscando atención inmediata o no sabe por dónde empezar, le guiaremos en cada paso.

Para ponerse en contacto con nosotros, marque 855-888-5001 y pulse la tecla 1 y luego la tecla 4 o escanee el código de la derecha.

# Cuidados de seguimiento tras una hospitalización psiquiátrica

---

## Estamos aquí para ayudar

Lucet quiere asegurarse de que los miembros se sienten más como ellos mismos desde que reciben atención hospitalaria y de que tienen toda la ayuda y los recursos que necesitan para continuar la atención en casa y en la comunidad. Lucet puede ayudar a proporcionar asistencia y recursos, incluyendo aquellos disponibles como parte de los beneficios del plan de salud del miembro. Lucet puede ayudarle a conectarse con la atención de seguimiento con los siguientes servicios:

**Programar una cita de seguimiento:** La programación directa conecta a los pacientes con proveedores presenciales o virtuales para citas de seguimiento oportunas, aliviando la carga de llamar a múltiples proveedores para acceder a la atención.

**Identificar recursos:** Proporcionamos recursos que ayudan a eliminar barreras, como acceso a telesalud, asistencia lingüística y recursos comunitarios.

**Acceso a apoyo de administración de casos:** Lucet proporciona recursos de administración de casos además de remisiones para el seguimiento del tratamiento ambulatorio.

1. Barekatin M, Maracy MR, Rajabi F, Baratian H. (2014). Servicios de cuidados posteriores para pacientes con trastorno mental grave: Un ensayo controlado aleatorio. *J Res Med Sci.* 19(3):240-5.
2. Glazer, W. (2010). Abordar la adherencia en el mundo real. *Behavioral Healthcare*, 30(3), 28-30.
3. Luxton DD, June JD, Comtois KA. (2013). ¿Pueden los contactos de seguimiento posteriores al alta prevenir el suicidio y la conducta suicida? Una revisión de la evidencia. *Crisis.* 34(1):32-41. doi: 10.1027/0227-5910/a000158.