

## Cuidado de su Salud Mental en la Atención Primaria

Este folleto explica cómo cuidamos de su salud mental en el marco de la atención primaria en UW Health.

### **Atención Colaborativa**

La atención colaborativa es un enfoque de equipo utilizado para el tratamiento de los problemas de salud mental.

El equipo incluye:

- Su proveedor primario/de cabecera (doctor, asistente médico o enfermera especializada)
- Un proveedor de salud conductual
- El psiquiatra del equipo
- Usted

Usted y su equipo se reunirán frecuentemente y actualizarán su plan como sea necesario.

### **¿Por qué utilizamos este enfoque?**

Las investigaciones demuestran que esta es la mejor forma de ayudar a aquellos con depresión o ansiedad a sentirse mejor más rápidamente.

### **¿Dónde ocurre?**

Toda la atención se realizará en su clínica de atención primaria.

### **¿Cómo funciona?**

Usted y su equipo deciden cuál es la mejor forma de tratar su depresión o ansiedad. El tratamiento puede incluir medicamentos, cambios en el estilo de vida o terapia. Si el primer tratamiento no funciona su equipo le ayudará a hacer cambios.

Es muy común cambiar su plan por lo menos una vez. Su equipo está para apoyarle y ayudarle a encontrar el mejor plan para usted. Nuestra meta es ayudar a mejorar los síntomas que más le molestan al menos en

un 50% dentro de 10 a 12 semanas. Esto le ayudará a volver a hacer las cosas que disfruta.

Su proveedor de salud conductual le llamara cada 1 a 4 semanas para saludarle y ver cómo se siente. Ustedes también se reunirán en persona en forma regular.

### **PHQ-9 y/o GAD-7**

PHQ-9 es una encuesta de nueve preguntas. Las respuestas ayudarán a su equipo a diagnosticar depresión y a ver cómo va el tratamiento.

GAD-7 es una encuesta de 7 preguntas. Las respuestas ayudarán a su equipo a diagnosticar ansiedad. También ayuda a ver cómo va el tratamiento.

Usted puede contestar estas encuestas por su cuenta, pero si lo prefiere, su proveedor puede revisarlas con usted. Usted contestará esta(s) encuesta(s) cada vez que se reúna o converse con su proveedor de salud conductual.

### **Las Preguntas Claves que debe Hacer a Su Compañía de Seguro**

Llame a su compañía de seguro. Usted puede encontrar su número de teléfono o su página en la red en el reverso de su tarjeta de seguro.

Pregunte sobre los costos a pagar de su bolsillo por su **Beneficio para Salud Conductual** ambulatoria en **UW Health**.

Estos costos pueden incluir co-pagos, co-seguros o deducibles

- ¿Cubrirá mi beneficio para salud conductual ambulatoria mi atención en mi clínica primaria?
- ¿Cuánto será el costo que debo pagar de mi bolsillo?
- ¿Existe un límite al número de visitas?
- ¿Necesito autorización para recibir estos servicios?

### **Códigos CPT**

Puede ser que su seguro le pregunte sobre los códigos “CPT”. Estos son algunos de los códigos CPT de los cobros:

- 90832
- 90834
- 90837
- 90839
- 90840
- 90785
- 99492
- 99493
- 99494

Su equipo de cuidados médicos puede haberle dado esta información como parte de su atención médica. Si es así, por favor úsela y llame si tiene alguna pregunta. Si usted no recibió esta información como parte de su atención médica, por favor hable con su doctor. Esto no es un consejo médico. Esto no debe usarse para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna condición médica. Debido a que cada persona tiene necesidades médicas distintas, usted debería hablar con su doctor u otro miembro de su equipo de atención médica cuando utilice esta información. Si usted tiene una emergencia, por favor llame al 911. Propiedad Literaria © 4/2020. La Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados.

Producido por el Departamento de Enfermería. HF#7987s

## Caring for Your Mental Health in Primary Care

This handout explains how we at UW Health care for your mental health in the primary care setting.

### **Collaborative Care**

Collaborative care is a team approach used to treat common mental health problems.

The team includes:

- Your primary care provider (doctor, physician assistant or nurse practitioner)
- A behavioral health clinician
- A team psychiatrist
- You

You and your team meet often and update your plan as needed.

### **Why use this approach?**

Research shows that this is the best way to help those with depression or anxiety feel better faster.

### **Where does it take place?**

All care takes place at your primary care clinic.

### **How does it work?**

You and your team decide how to best treat your depression or anxiety. Treatment can include medicine, lifestyle changes or counseling. If the first plan does not work, your team helps you to make changes.

It is very common to change your plan at least once. Your team is there to support you and help you find the best plan for you. Our goal is to help improve the symptoms that bother you the most by at least 50% within 10-12 weeks. This will help you get back to doing the things you used to enjoy.

Your behavioral health clinician will call you every 1-4 weeks to check in and see how you are feeling. You will also meet in person on a routine basis.

### **PHQ-9 and/or GAD-7**

The PHQ-9 is a survey that asks nine questions. The answers help your team to diagnose depression and see how treatment is going.

The GAD-7 is a survey that asks seven questions. The answers help your team to diagnose anxiety. It also helps to see how treatment is going.

You can fill out these forms by yourself. If preferred, your care provider can go over them with you. You will fill out the survey(s) every time you meet or talk with your behavioral health clinician.

### **Key Questions to Ask Your Insurance Company**

Call your insurance company. You can find their phone number or website on the back of your insurance card.

Ask about your out-of-pocket outpatient costs for your Behavioral Health Benefit at UW Health. These costs may include co-pays, coinsurance or deductibles.

- Will my behavioral health outpatient benefit cover me to be seen at my primary care clinic?
- What will my out-of-pocket cost be?
- Is there a limit on the number of visits?
- Do you require authorization for services?

## **CPT Codes**

Your insurance may ask you about “CPT” codes. These are some CPT code charges:

- 90832
- 90834
- 90837
- 90839
- 90840
- 90785
- 99492
- 99493
- 99494