

Beneficios para problemas de salud mental y consumo de sustancias

En **Sutter Health Plus** creemos que la salud mental es tan importante como la salud física. Como miembro, su cobertura incluye beneficios para problemas de salud mental y consumo de sustancias, un servicio brindado a través del Plan de Salud Conductual de los Estados Unidos, California (USBHPC, por sus siglas en inglés). Los proveedores del USBHPC pueden brindar apoyo, información y recursos para ayudarlo a abordar los problemas que afectan su vida personal, su trabajo y su bienestar, incluida ayuda para:

- el estrés o la ansiedad,
- la tristeza o la depresión,
- problemas con el consumo de sustancias y
- preguntas sobre medicamentos recetados y más



Recursos en línea

El sitio web Live and Work Well (Viva y trabaje bien) del USBHPC, **liveandworkwell.com**, fue diseñado para brindarle un acceso rápido y confidencial a los recursos disponibles, las 24 horas, los 7 días de la semana. Estos incluyen:

- **Vida personal:** cuidado personal, paternidad/maternidad, fuerzas armadas y veteranos, relaciones y bienestar general
- **Mente y cuerpo:** salud física y mental, recuperación y resiliencia, problemas con el consumo de sustancias y adicciones
- **Apoyo para crisis:** abuso, adicciones, desastres naturales, finanzas, hospitalización, alojamiento, prevención del suicidio y cómo ayudar a un ser querido con una crisis de salud mental
- **Encontrar un recurso:** ubicar proveedores y centros para citas en persona y virtuales
- **Beneficios y solicitudes:** ver el estado de sus solicitudes y aprender sobre su cobertura y sus beneficios para salud conductual

Aplicación móvil Sanvello

Usted tiene acceso Premium a Sanvello, una aplicación que ofrece ayuda para sobrellevar el estrés, la ansiedad y la depresión, en cualquier momento y en cualquier lugar. La aplicación Sanvello es completamente confidencial y está disponible sin costo adicional como parte de los beneficios de salud conductual que se brindan a través del USBHPC, una filial de Optum.

Descárguela desde su tienda de aplicaciones preferida:



Atención virtual

Acceda a una atención médica que tiene en cuenta su comodidad. Usted puede reunirse con sus proveedores en línea, a través de una conferencia por video en tiempo real privada y segura. Los proveedores del USBHPC pueden evaluar y tratar problemas de salud mental generales, como la depresión o la ansiedad. También pueden brindarle terapia y recetarle medicamentos, cuando corresponda. El tratamiento lo brindan psiquiatras y terapeutas que forman parte de la red de salud conductual del USBHPC. Al igual que con las visitas al consultorio en persona, los miembros pueden remitirse ellos mismos a un proveedor del USBHPC para visitas virtuales al consultorio.

Para encontrar un proveedor de salud conductual participante, llame al USBHPC al 1-855-202-0984 o visite el sitio web del USBHPC Live and Work Well, **liveandworkwell.com**.

Todos los servicios son confidenciales. Sus proveedores no compartirán su información personal con ninguna otra persona sin su autorización escrita. Todos los registros, incluidas la información médica, las remisiones y las evaluaciones, son estrictamente confidenciales de acuerdo con las leyes federales y estatales.