



# ¿Cuál es el siguiente paso?

**Revise sus instrucciones de alta. Asegúrese de solicitar información sobre cualquier información que no entienda antes de marcharse.**

**¿Tiene una cita de seguimiento con su proveedor? En caso afirmativo, escriba la información a continuación:**

 Fecha: \_\_\_\_\_

 Hora: \_\_\_\_\_

Telesalud  En persona

Si no tiene una cita de seguimiento, llame a Servicios al Miembro de WellCare al **1-866-799-5318** (TTY: **711**). Acudir a un profesional es importante para su proceso de recuperación, aunque se sienta mejor. Puede que sus síntomas hayan mejorado, pero puede haber sensaciones y síntomas que no desaparezcan cuando regrese a su hogar. Nos preocupamos por usted y queremos acompañarle en el camino hacia la recuperación.



## Preguntas frecuentes

**Tengo problemas para que me surtan los medicamentos. ¿Qué debo hacer?**

Llame al administrador de casos o a Servicios al Miembro al **1-866-799-5318** (TTY: **711**). Solicite hablar con el Departamento de Farmacia.

**¿Qué debo hacer si no tengo transporte para acudir a mi cita?**

Llame al administrador de casos o a Servicios al Miembro al **1-866-799-5318** (TTY: **711**). Solicite ayuda al Departamento de Transporte para conseguir un traslado.

**¿Qué les digo a mi familia, amigos o compañeros de trabajo sobre dónde estuve?**

Cuando hay un cambio en su salud mental, algunas personas de su entorno pueden tener problemas para adaptarse a estas noticias. Si usted se siente a gusto, puede hablar con su familia, amigos o compañeros de trabajo sobre su condición. Sin embargo, no hay presión para compartir nada que no desee. Recuerde que pedir ayuda es un signo de fortaleza y nunca debe sentir vergüenza por esta condición nueva o actual.

**¿Mis medicamentos psiquiátricos interactuarán con otros medicamentos que tome, con drogas recreativas o alcohol?**

Es una posibilidad. Por este motivo, es importante que hable con su proveedor de salud mental y con el administrador de casos sobre cualquier otro medicamento que tome, o droga recreativa o alcohol que consuma. Si cree que necesita un cambio, su proveedor de salud mental o el administrador de casos pueden brindarle ayuda para recibir tratamiento por cualquier problema relacionado con el uso de sustancias que quiera abordar.

**No siento seguridad en su hogar o me preocupa el maltrato. ¿Qué debo hacer?**

Si no siente seguridad en su hogar, hable con su proveedor de salud mental o administrador de casos. Pueden brindarle ayuda para encontrar recursos locales. Si alguna vez siente que su vida corre peligro, llame inmediatamente al **911**.

### Auxiliary Aids and Interpreter Services

You can get free materials in large print and other auxiliary aids and services. Call **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**. If English is not your first language, free interpreter services are available. Call **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**.

**Español (Spanish):** Puede obtener materiales gratuitos en letra grande y otras ayudas y servicios auxiliares. Llame al **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**. Si el inglés no es su lengua nativa, dispone de servicios gratuitos de interpretación. Llame al **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**.

**中国人 (Chinese):** 您可以免费获得各种资料的大字版以及其他辅助工具和服务。请致电 **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**。如果英语不是您的首选语言，我们提供免费的翻译服务。请致电 **1-866-799-5318 (TTY/TDD 711)**。



# Regreso a casa tras un tratamiento psiquiátrico



**WellCareNC.com/nemt**

CAD\_170473S\_C State Approved 10112024  
NC4NCDBRO70473S\_0000  
©WellCare 2024



## Administración de la atención

Wellcare of North Carolina ofrece administración de la atención médica a sus miembros sin costo alguno. Uno de nuestros administradores de atención se pondrá en contacto a través de una llamada. Responderá sus preguntas y le dará apoyo adicional si lo necesita.

Su administrador de atención médica puede hacer lo siguiente:

- ✓ ponerle en contacto con un trabajador de salud del comportamiento para atender sus necesidades;
- ✓ brindarle ayuda para encontrar proveedores de los servicios que necesite;
- ✓ brindarle ayuda para que entienda sus beneficios de atención de salud;
- ✓ hablar con usted sobre cualquier condición de salud o medicamento y cómo administrarlos;
- ✓ remitirle a proveedores para sesiones de asesoramiento individual, grupal y familiar.



**Nombre del administrador de atención médica de WellCare:**

**Teléfono:**



## Cuándo obtener ayuda de inmediato

Si siente alguno de estos signos o síntomas, llame inmediatamente a su proveedor de salud mental o a una línea de crisis. A continuación, se enumeran los recursos para situaciones de crisis.

Llame en los siguientes casos:

- Tiene pensamientos de hacerse daño a sí mismo o a otros.
- Siente un impulso de hablar o escribir sobre la muerte o el suicidio.
- Tiene una reacción grave a cualquier medicamento que esté tomando.
- Tiene depresión o siente tristeza todo el tiempo.
- Se presentan cambios en los hábitos alimenticios o del sueño.
- Se presentan cambios en su peso (pierde o sube de peso) sin ninguna causa evidente.
- Tiene una pérdida de interés por las actividades que solía disfrutar.
- Tiene preocupaciones sobre cómo está usando los medicamentos o el alcohol.
- No le interesa pasar tiempo con la familia o los amigos.
- Tiene sentimientos de desesperanza, desamparo, culpa, vergüenza o de estar atrapado.
- Tiene sentimientos fuertes de ira o rabia.
- Siente el impulso de actuar de forma impulsiva o imprudente.



Puede ponerse en contacto con la Línea Nacional de Suicidio y Crisis llamando o enviando un mensaje de texto al 988.

También puede chatear en línea ingresando en [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org). La ayuda está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Si usted o un ser querido se encuentra en peligro inmediato, llame al 911 de inmediato.



## Dónde obtener ayuda en cualquier momento

Aquí tiene más recursos para obtener más información:

Wellcare of North Carolina  
Servicios al Miembro  
**1-866-799-5318** (TTY: 711)

Wellcare of North Carolina  
Línea para Crisis de Salud del Comportamiento  
**1-833-207-4240**

Institutos Nacionales de Salud Mental  
**1-866-615-6464**  
[nimh.nih.gov](https://www.nimh.nih.gov)

Mental Health America  
**1-800-969-6642**  
[mentalhealthamerica.net](https://www.mentalhealthamerica.net)

National Alliance on Mental Illness  
**1-800-950-6264**  
[nami.org](https://www.nami.org)

Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias  
**1-877-SAMHSA-7**  
[samhsa.gov](https://www.samhsa.gov)

