



APROVECHE AL MÁXIMO SUS BENEFICIOS DE SALUD DEL COMPORTAMIENTO

myCigna.com se lo hace fácil

En Cigna, tenemos el compromiso de asegurar que le sea más fácil recibir el apoyo para problemas del comportamiento que necesite, cuando lo necesite. Por eso, su plan de salud le permite acceder a **myCigna.com**, su sitio web personalizado en el que puede encontrar toda la información sobre su plan y recursos al alcance de su mano.

En myCigna.com, usted puede:

- Encontrar proveedores de servicios de salud del comportamiento y consumo de sustancias de la red, incluidos proveedores **virtuales y de acceso rápido**
- Conocer qué tipos de proveedores son los más apropiados para sus necesidades según sus criterios de búsqueda
- Revisar los servicios del Programa de Asistencia a los Empleados* (EAP, por sus siglas en inglés)
- Buscar centros con la designación de **Centros de excelencia** de Cigna donde pueda recibir servicios de salud mental, consumo de sustancias, trastornos alimentarios y cuidado de niños y adolescentes.



Para buscar proveedores de servicios de salud del comportamiento de la red en el directorio de proveedores, inicie sesión en myCigna.com y haga clic en la pestaña Find Care & Costs (Dónde atenderse y cuánto cuesta).

¿No puede encontrar un proveedor o conseguir una cita?

Cigna está para servirle a toda hora, los 365 días del año.

Nuestro equipo se comunicará con los proveedores y le ayudará a encontrar citas según su disponibilidad horaria.

Para los clientes que no tienen Medicare: Llame al **800.274.7603**

Para los clientes que tienen Medicare: Llame al **800.866.6534**

Contigo paso a paso.®

Ofrecido por: Cigna Health and Life Insurance Company, Connecticut General Life Insurance Company o sus afiliadas.

926432SP b 01/21

¿Qué es una visita virtual?

Muchos de nuestros proveedores de servicios de salud del comportamiento de la red ofrecen la cómoda opción de recibir atención por video. Tendrá el mismo costo de desembolso que con una visita al consultorio. Además, si es cliente de un EAP,* puede aprovechar sus sesiones de salud del comportamiento del EAP también en forma virtual.

Para ver una lista de proveedores virtuales que puedan atenderle rápido:

- Inicie sesión en **myCigna.com**
- Haga clic en el botón azul *Connect Now* (Conectarse ahora)
- Seleccione *Connect* (Conectarse) debajo de *Counseling* (Asesoría)

¿Qué es un proveedor de acceso rápido de Cigna Behavioral?

Los proveedores de acceso rápido ofrecen a los clientes de Cigna la posibilidad de acceder más rápido a las primeras citas, lo que incluye:

- Citas para recibir terapia y del EAP (consejeros, trabajadores sociales o psicólogos) para dentro de los cinco días hábiles siguientes
- Citas con proveedores que recetan medicamentos (psiquiatras o enfermeras practicantes psiquiátricas) para dentro de los 15 días hábiles siguientes

La mayoría de estos proveedores también ofrecen visitas virtuales e incluso coordinarán servicios con su proveedor de cuidado primario (PCP) y otros proveedores médicos.



Una vez que encuentro un proveedor, ¿cómo programo una cita?

Muchos proveedores de salud del comportamiento administran sus propios consultorios independientes y es posible que no tengan personal para atender su llamada. Simplemente deje un mensaje de voz claro con la información indicada a continuación y pida que le devuelvan la llamada.

- Su nombre, que es cliente de Cigna y el motivo de su llamada
- Cómo pueden comunicarse con usted y los mejores días y horarios para una cita

¿Qué tipo de proveedores debería ver para que le ayuden con un problema de salud del comportamiento?

Terapeutas con licencia

Los terapeutas con licencia pueden diagnosticar y tratar problemas de salud del comportamiento o consumo de sustancias. Pueden ayudar a desarrollar habilidades para sobrellevar la situación y, además, proporcionar otros tipos de atención y servicios. Los terapeutas incluyen psicólogos, consejeros y trabajadores sociales.

Psiquiatras y enfermeras practicantes

Los psiquiatras y las enfermeras practicantes de salud del comportamiento pueden diagnosticar y tratar problemas de salud del comportamiento o consumo de sustancias, en general, recetando un medicamento y supervisando su uso, además de proporcionar otros tipos de atención y servicios.

Centros o programas de salud del comportamiento

Los centros de salud del comportamiento generalmente incluyen hospitales y establecimientos residenciales que ofrecen tratamiento especializado para pacientes internados y ambulatorios orientado a la desintoxicación, rehabilitación y satisfacción de necesidades relativas a la salud del comportamiento.

* El EAP está disponible si lo ofrece su empleador.

Este folleto se brinda con fines informativos únicamente. No es asesoramiento médico. Consulte siempre a su médico para que le haga las recomendaciones apropiadas de exámenes, tratamientos, pruebas y servicios de cuidado de la salud, inclusive antes de elegir otro proveedor para atenderse. En caso de emergencia, marque el 911 o visite la sala de emergencias más cercana.

Los planes de beneficios de salud varían, pero en general, para que los servicios estén cubiertos, deben ser médicamente necesarios y los debe proporcionar un proveedor de cuidado de la salud con licencia. Según cuál sea su plan, es posible que deba usar un proveedor de la red para que la cobertura sea válida. La cobertura del plan está sujeta al deducible, el copago y/o el coseguro que corresponda. La disponibilidad de los productos puede variar según la ubicación y el tipo de plan, y está sujeta a cambios. Todas las pólizas de seguro de salud colectivo y los planes de beneficios de salud tienen exclusiones y limitaciones. Para conocer los costos y los detalles completos de la cobertura, consulte los documentos de su plan. Los proveedores que participan en la red de Cigna son contratistas independientes exclusivamente responsables del tratamiento que brindan a sus pacientes. Los proveedores no son agentes de Cigna.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company (CHLIC), Connecticut General Life Insurance Company, Cigna Behavioral Health, Inc., Cigna Health Management, Inc. y HMO subsidiarias o compañías de servicios subsidiarias de Cigna Health Corporation, incluidas Cigna HealthCare of Arizona, Inc., Cigna HealthCare of California, Inc., Cigna HealthCare of Colorado, Inc., Cigna HealthCare of Connecticut, Inc., Cigna HealthCare of Florida, Inc., Cigna HealthCare of Georgia, Inc., Cigna HealthCare of Illinois, Inc., Cigna HealthCare of Indiana, Inc., Cigna HealthCare of St. Louis, Inc., Cigna HealthCare of North Carolina, Inc., Cigna HealthCare of New Jersey, Inc., Cigna HealthCare of South Carolina, Inc., Cigna HealthCare of Tennessee, Inc. (CHC-TN) y Cigna HealthCare of Texas, Inc. Formularios de pólizas: OK: HP-APP-1 y otras; OR: HP-POL38 02-13; TN: HP-POL43/HC-CER1V1 y otras (CHLIC); GSA-COVER y otras (CHC-TN). El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc. Las imágenes se usan con fines ilustrativos únicamente.

926432SP b 01/21 © 2021 Cigna. Parte del contenido se suministra bajo licencia.

¿Tiene más preguntas?

Inicie sesión en **myCigna.com** o llame al número que aparece en la parte de atrás de la tarjeta de ID de su plan de salud las 24 horas del día, los 7 días de la semana, durante todo el año.

