

Los beneficios del seguro para la salud mental suelen ser diferentes a los de la cobertura médica habitual. Antes de programar una cita con un terapeuta, considere comunicarse con su compañía de seguros para obtener más información. Las preguntas que aparecen a continuación pueden resultarle útiles.

- ¿Está el proveedor dentro de la red de mi plan en particular?
 - _____
- ¿Necesito autorización previa o una remisión médica de un proveedor de la red o de un médico de atención primaria?
 - _____
- ¿Cuál es mi pago deducible dentro de la red para visitas ambulatorias de salud mental?
 - _____
- ¿Existe un límite en la cantidad de sesiones de terapia que mi plan de seguro cubre en un año?
 - _____
- Si sigo en terapia después de un año, ¿necesitaré otra remisión médica?
 - _____
- ¿Mi plan de seguro cubre las visitas de terapia virtual o de telesalud?
 - _____
- ¿Cuál es mi copago por las visitas de salud mental para pacientes ambulatorios?
 - Un **copago** es una cantidad fija y predeterminada que una persona debe pagar por un servicio o medicamento en particular conforme a su plan de seguro médico. Por lo general, el copago del seguro no se aplica al deducible y se considera un desembolso personal.
 - Un **deducible** es una cantidad fija en dólares que se le podría exigir que pague por los gastos médicos cubiertos dentro de un solo año antes de que su compañía de seguro médico comience a pagar por su atención.

Si el terapeuta con el que desea programar una cita está fuera de la red, considere hacerle las siguientes preguntas a su compañía de seguros.

- ¿Cuál es mi deducible fuera de la red para visitas de salud mental para pacientes ambulatorios?
 - _____
- ¿Cuánto de mi deducible he utilizado este año?
 - _____
- ¿Cuál es mi coseguro fuera de la red para visitas de salud mental para pacientes ambulatorios?
 - _____
- ¿Necesito una remisión médica de un proveedor dentro de la red o de un médico de atención primaria para ver a alguien fuera de la red?
 - _____
- ¿Cómo presento reclamaciones para reembolso fuera de la red?
 - _____

Cuando llame por primera vez al consultorio del terapeuta, confirme que tenga contrato con su compañía de seguros, que acepte su plan específico y que acepte nuevos clientes. Puede resultar útil recopilar más información antes y durante la primera cita. Las preguntas que aparecen a continuación le pueden resultar útiles.

- ¿Cuáles son sus políticas con respecto a las cancelaciones o no asistencia a una cita?
◦ _____
- ¿Qué debo llevar a la primera cita?
◦ _____
- ¿Cómo abordan ustedes el tratamiento? ¿Tienen ustedes una especialidad o un enfoque principal?
◦ _____
- ¿Con qué frecuencia podremos reunirnos?
◦ _____
- ¿Cuánto dura una sesión normalmente?
◦ _____
- ¿La telesalud o la terapia virtual son una opción para ustedes?
◦ _____
- ¿En caso de una crisis, estarían ustedes disponibles fuera de su horario de atención?
◦ _____
- ¿Estableceremos objetivos durante el tratamiento? ¿Cómo controlaremos el progreso?
◦ _____
- Si mi hijo está siendo atendido, ¿es necesario que haya un adulto presente en el consultorio?
◦ _____
- Si mi hijo está siendo atendido, ¿puede un abuelo, un miembro de la familia o un amigo llevarlo a la cita o es necesario que uno de los padres esté presente?
◦ _____