

Cuide su mente

ESTAMOS CON USTED. A CONTINUACIÓN, MENCIONAMOS ALGUNOS RECURSOS QUE PUEDEN AYUDARLE SI SE ENCUENTRA EN UNA SITUACIÓN DE CRISIS:

- ✓ Llame a la línea para crisis de salud del comportamiento de WellCare las 24 horas del día, los siete días de la semana al **1-855-661-6973** (TTY: **711**) para hablar con un consejero capacitado que le pondrá en contacto con la ayuda que necesita.
- ✓ Si tiene un proveedor de salud del comportamiento, llámelo y cuénteles cómo se siente.
- ✓ Llame a su centro comunitario local de salud mental e infórmeles que tiene una crisis. Muchos tienen horarios de atención sin cita previa. Ingrese a **dbhddid.ky.gov/cmhc/** para buscar su centro comunitario local de salud mental.
- ✓ Por último, puede llamar o enviar un mensaje de texto al **988**, las 24 horas del día, los siete días de la semana. Esta es una línea de ayuda gratuita y confidencial para casos de suicidio y crisis.



¿Necesita ayuda para encontrar un proveedor de salud del comportamiento?

Llame al **1-877-389-9457** (TTY: **711**). Podemos ayudarle a encontrar un proveedor cerca de usted.



¿Cuándo debo ir al hospital?

- ✓ Si se ha autolesionado o está pensando en hacerse daño grave.
- ✓ Si está pensando en hacerle daño grave a otra persona.
- ✓ Si experimenta síntomas peligrosos debido a la abstinencia de alcohol o drogas.



¿Qué ocurre si no necesito ir al hospital, pero quiero ayuda?

Tiene otras opciones de tratamiento. WellCare está aquí para brindarle apoyo. WellCare puede ponerle en contacto con los servicios adecuados cuando los necesite. Comuníquese con nuestra línea para crisis de salud del comportamiento las 24 horas del día, los siete días de la semana, llamando al **1-855-661-6973** (TTY: **711**).

Manténgase saludable en su camino hacia la salud mental.



Tome sus medicamentos según lo indicado y asista regularmente a las citas con sus proveedores de salud del comportamiento. Esto ayudará a prevenir futuras hospitalizaciones.

Si acude a las citas, puede hablar sobre los cambios en su estado de ánimo. Su equipo de tratamiento podrá realizar cambios en los medicamentos si es necesario. Además, su proveedor entenderá sus antecedentes médicos.



WellCare of Kentucky cumple con las leyes federales aplicables sobre derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-877-389-9457** (TTY: **711**).

ATENCIÓN: Si habla español, contamos con servicios de asistencia lingüística que se encuentran disponibles para usted de manera gratuita. Llame al **1-877-389-9457** (TTY: **711**).

注意：如果您說中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-877-389-9457** (TTY: **711**)。