



ENCONTRAR AL PROVEEDOR ADECUADO EN EL MOMENTO ADECUADO

Acceder a servicios de salud conductual que se ajusten a sus necesidades

Encontrar el proveedor de salud conductual adecuado para sus necesidades específicas puede parecer una tarea abrumadora. Hay una variedad de proveedores disponibles, todos con ofertas de tratamiento específicas y diferentes formas de recibir atención. Cigna está aquí para guiarlo en el camino

¿Qué tipo de proveedores vería para obtener ayuda con un problema de salud conductual?

Terapeutas Licenciados

Los terapeutas con licencia pueden diagnosticar y tratar problemas de salud mental o uso de sustancias. Pueden ayudar a desarrollar habilidades de afrontamiento además de brindar otros cuidados y servicios. Los terapeutas incluyen psicólogos, consejeros y trabajadores sociales.

Psiquiatras y Enfermeras Practicantes

Los psiquiatras y las enfermeras practicantes de salud mental pueden diagnosticar y tratar inquietudes de salud mental o uso de sustancias, generalmente prescribiendo y controlando medicamentos, además de otros cuidados y servicios.

Instalaciones o Programas Conductuales

Las instalaciones de salud conductual suelen incluir hospitales y entornos residenciales que ofrecen servicios especializados tratamiento hospitalario y ambulatorio para necesidades de desintoxicación, rehabilitación y salud conductual.

¿Cómo puedo encontrar un proveedor que me ayude?

Cigna ofrece una experiencia de búsqueda guiada en línea para ayudarlo a encontrar el proveedor más apropiado para sus necesidades específicas.

- ▶ ¿Cómo encuentro un proveedor dentro de la red?
Una vez que comience su cobertura, visite myCigna.com. En la pestaña "buscar costo / atención", haga clic en "buscar un médico / motivo de atención o ubicación" para encontrar proveedores de la red que traten:
 - Salud conductual
 - Uso de sustancias
- ▶ ¿Qué encontrará en el directorio myCigna.com? Desde nuestro sitio puede:
 - Encuentre una lista actualizada de proveedores de salud conductual y abuso de sustancias dentro de la red y pueda buscar por especialidad, código postal, idioma, etc.
 - Leer perfiles de muchos proveedores de salud conductual
 - Revise las características y servicios del **Programa de Asistencia al Empleado** *
 - Conozca qué tipos de proveedores son los más adecuados para sus necesidades según sus criterios de búsqueda.
 - Busque las instalaciones de los **Centros de Excelencia de Cigna** para el cuidado de la salud mental, el uso de sustancias y los trastornos alimentarios.
 - Busque proveedores de Cigna Behavioral Fast Access que ofrecen tiempos de espera más cortos para las primeras citas.
- ▶ Antes de la inscripción, puede visitar Cigna.com e ir a "Buscar un médico, dentista o centro".

Together, all the way.®



Offered by: Cigna Health and Life Insurance Company, Connecticut General Life Insurance Company or their affiliates.

926432 a 03/20

Una vez que encuentre un proveedor, ¿cómo concertaré una cita?

Muchos proveedores de salud conductual dirigen sus propias prácticas independientes y es posible que no tengan personal de oficina para atender su llamada. Simplemente deje un mensaje de voz que indique claramente la siguiente información y solicite una devolución de llamada.

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

¿Qué es una visita virtual?

Muchos de nuestros proveedores conductuales dentro de la red ofrecen virtualmente sus servicios de tratamiento. Puede buscar proveedores virtuales en mycigna.com o pedir específicamente proveedores de salud virtuales cuando llame al número 800 para pedir ayuda para encontrar un proveedor. Recibir servicios de tratamiento de salud conductual y abuso de sustancias ofrece virtualmente a nuestros clientes una manera conveniente de conectarse. También facilita las cosas a nuestros clientes que viven en áreas rurales para poder recibir los servicios cubiertos de proveedores.

Su costo de bolsillo es el mismo que si lo estuvieran atendiendo en el consultorio del proveedor. Y, si es cliente del Programa de asistencia para empleados (EAP) *, también puede aprovechar sus sesiones de EAP de forma virtual.

¿Qué es un ayuno conductual de Cigna? Proveedor de acceso?

Los proveedores de acceso rápido ofrecen a los clientes de Cigna terapia por primera vez y citas de EAP (consejero, trabajador social o psicólogo) dentro de los cinco días hábiles. Y ofrecer citas con el médico que receta (psiquiatra o enfermera especializada en psiquiatría) dentro de los 15 días hábiles. La mayoría de estos proveedores también pueden ofrecer sus servicios de forma virtual. También coordinarán la atención con su médico de atención primaria (PCP) y otros proveedores médicos, para garantizar que la salud de toda su persona, su bienestar físico y emocional, sea siendo abordado.

* EAP is available if offered by your employer.

This flyer is for informational purposes only. It is not medical advice. Always consult your doctor for appropriate examinations, treatment, testing and care recommendations, including prior to choosing another provider for care. In an emergency, dial 911 or visit the nearest emergency room.

Health benefit plans vary, but in general to be eligible for coverage services must be medically necessary and provided by a licensed health care provider. Depending on your plan, you may be required to use an in-network provider for coverage to apply. Plan coverage is subject to any applicable deductible, copayment and/or coinsurance requirements. Product availability may vary by location and plan type and is subject to change. All group health insurance policies and health benefit plans contain exclusions and limitations. For costs and complete details of coverage, see your plan documents. The providers that participate in the Cigna network are independent contractors solely responsible for the treatment provided to their patients. Providers are not agents of Cigna.

All Cigna products and services are provided exclusively by or through operating subsidiaries of Cigna Corporation, including Cigna Health and Life Insurance Company (CHLIC), Connecticut General Life Insurance Company, Cigna Behavioral Health, Inc., Cigna Health Management, Inc., and HMO or service company subsidiaries of Cigna Health Corporation, including 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), and Cigna HealthCare of Texas, Inc. Policy forms: OK - HP-APP-1 et al., OR - HP-POL38 02-13, TN - HP-POL43/HC-CER1V1 et al. (CHLIC); GSA-COVER, et al. (CHC-TN). The Cigna name, logo, and other Cigna marks are owned by Cigna Intellectual Property, Inc. All pictures are used for illustrative purposes only.

926432 a 03/20 © 2020 Cigna. Some content provided under license.

¿Qué pasa si tengo problemas para encontrar un proveedor o para programar una cita?

Cigna ofrece asistencia para encontrar el proveedor adecuado para usted 24 horas al día, 7 días a la semana, 365 días al año. Si tiene dificultades para encontrar un proveedor en línea o necesita ayuda para encontrar una cita en un consultorio o para una visita virtual, nuestro equipo se comunicará con los proveedores y lo ayudará a encontrar la disponibilidad de citas según su horario.

Clientes que no tienen Medicare llaman: **800.274.7603**

Clientes que tienen Medicare llaman: **800.866.6534**



Obtenga la ayuda que necesita para mantenerse más feliz y saludable. Acceda a la atención de la salud del comportamiento desde su hogar, en el trabajo o mientras viaja.

¡Obtenga más información hoy!

Llame al número que figura en el reverso de la tarjeta de identificación de su plan de salud o inicie sesión en myCigna.com.

