

# Tome el control de su bienestar mental

Acceda a servicios convenientes y confidenciales de terapia



## Con Teladoc Mental Health Care, puede obtener asistencia confiable para su salud mental y emocional.

Teladoc Mental Health Care le ofrece acceso de manera conveniente y confidencial a profesionales de confianza que pueden brindarle ayuda para hacer frente al estrés, la ansiedad, el dolor de una pérdida, la depresión y mucho más.

Utilizar Teladoc Mental Health Care es fácil. Puede hacer lo siguiente:

- Buscar un psiquiatra, psicólogo o terapeuta certificado que se adapte a sus necesidades.
- Programar una visita virtual por teléfono o videollamada para un horario en el que le resulte conveniente conectarse.
- Recibir asistencia continua de su proveedor de atención de salud mental.

## Cómo funciona Teladoc Mental Health Care



**Comienzo:** puede acceder a Teladoc:

- Llamando al 1-800-835-2362,
- visitando [teladochealth.com](https://teladochealth.com),
- descargando la aplicación móvil de Teladoc.



**Información:** complete el formulario de admisión y proporcione detalles sobre sus inquietudes.

## Programa una cita

Obtenga más información y pida una cita a través de [TeladocHealth.com](https://TeladocHealth.com).



**Programación:** elija su proveedor de atención de salud mental y programe una sesión virtual.



**Consulta:** hable con el proveedor sobre sus inquietudes.



**Asistencia:** programe citas de seguimiento cuando sea necesario.

## Atención compasiva para promover el bienestar mental

Los proveedores de Teladoc Mental Health Care brindan asistencia en relación con lo siguiente:

- Ansiedad
- Depresión
- Dolor por una pérdida
- Estrés
- Presión laboral
- Resolución de traumas
- Trastorno de estrés postraumático (TEPT)
- Trastorno de pánico
- Trastorno obsesivo compulsivo (TOC)
- Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)
- Trastornos de la conducta alimentaria

Más del 75% de los usuarios que padecen depresión o ansiedad informaron que empezaron a sentirse mejor después de la tercera o cuarta visita de atención virtual.

Teladoc Health, Inc. es una compañía independiente que brinda servicios de atención médica virtual, incluidos servicios especializados.

Independence Blue Cross ofrece productos a través de sus subsidiarias Independence Assurance Company, Independence Hospital Indemnity Plan, Keystone Health Plan East y QCC Insurance Company, licenciatarías independientes de Blue Cross and Blue Shield Association.

