

# Apoyo para la salud mental de toda su familia

Obtenga un acceso rápido y sencillo a la atención y los recursos adecuados para usted y su familia a través de Spring Health.

---

¿Su hijo o adolescente tiene problemas emocionales? Probablemente no le sorprenda saber que el 72 % de los padres afirmaron haber notado un deterioro en el bienestar emocional de sus hijos el año pasado.<sup>1</sup>

El proceso de encontrar la atención adecuada puede ser una experiencia aislante y estresante para los padres, que muchas veces tienen que enfrentarse a un sistema de salud complejo con largos tiempos de espera para las citas y costos elevados.

Para los padres que trabajan, gestionar el tratamiento y el cuidado de niños que tienen problemas de salud mental puede ser un gran desafío. Recientemente, el 71 % informó que las preocupaciones sobre el bienestar mental de sus hijos dificultaron su trabajo,<sup>1</sup> y el 53 % informó haber faltado al menos un día al mes para atender las necesidades de sus hijos.<sup>2</sup>

Con Spring Health, ya no tendrá que preguntarse por dónde empezar, en quién confiar o cuánto tiempo tendrá que esperar para obtener una cita. Ofrecemos flexibilidad, comodidad, educación y recursos de salud mental, y una atención diversa e inclusiva para toda la familia.

<sup>1</sup> Child Mind Institute

<sup>2</sup> VeryWell Mind

<sup>3</sup> AACAP



---

## *7,5 semanas*

El tiempo promedio de espera para una cita de terapia pediátrica en Estados Unidos es de 7,5 semanas.<sup>3</sup>

---

## *2 días*

El tiempo promedio de espera para una cita de terapia con Spring Health es de 2 días.

## ¿Por qué Spring Health?

Una forma más rápida y sencilla de obtener una atención en la que puede confiar

No importa a qué se enfrente su familia, Spring Health lo ayuda a encontrar el apoyo adecuado en el momento adecuado.

Si está listo para buscar atención para su hijo, puede elegir un proveedor, programar citas y gestionar la atención con solo unos clics.

Si no sabe por dónde empezar con el cuidado de su hijo, su Care Navigator familiar especializado, un profesional médico certificado, puede brindarle orientación y apoyo.



## Con Spring Health, usted y su familia pueden acceder a:

### Apoyo asequible

Spring Health está disponible sin costo para los empleados de Standard Motor Products y los miembros de su hogar. Cada miembro mayor de 6 años dispone de hasta sesiones de terapia gratuita al año.

### Proveedores especializados

Nuestra diversidad de proveedores incluye terapeutas, enfermeros psiquiátricos y médicos que brindan atención integral de salud mental y apoyo para toda la familia.

### Care Navigator familiar

Cada familia cuenta con un Care Navigator familiar especializado y certificado que brinda apoyo emocional, recomendaciones y derivaciones, además de orientación en una amplia variedad de temas, como hablar con su hijo sobre la terapia.

### Acceso rápido a la atención

Configurar su cuenta, explorar las recomendaciones de proveedores y programar una cita solo toma unos minutos. Las citas están disponibles en tan solo dos días, incluso por la noche y los fines de semana.

### Panel de control de atención familiar

Los padres pueden usar un solo panel de control en línea para gestionar fácilmente su propia atención, gestionar el cuidado de miembros de la familia de 17 años o menos, acceder a ejercicios de bienestar a pedido y mucho más.

### Coaching y apoyo a los padres

Nuestros coaches pueden brindar orientación imparcial y basada en evidencia sobre las mejores prácticas de crianza en áreas como la comunicación entre padres e hijos, las transiciones familiares, el cuidado propio o las preocupaciones de comportamiento.

La atención de su familia con Spring Health es privada y confidencial.

# Cómo funciona

Una experiencia optimizada para la atención familiar

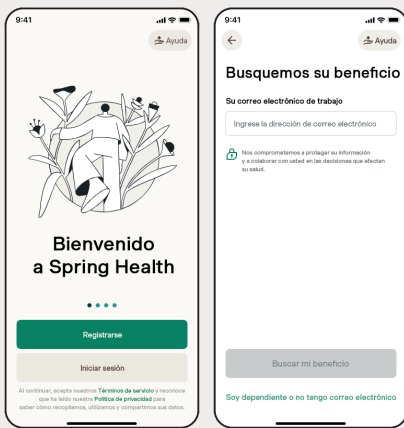
Si busca atención para su hijo o adolescente de 17 años o menos, deberá crear y gestionar una cuenta de Spring Health en su nombre. Después de firmar un consentimiento informado electrónico, podrá gestionar su atención.

Si el miembro de su familia es mayor de 18 años, podrá crear y gestionar su propia cuenta de Spring Health.



1

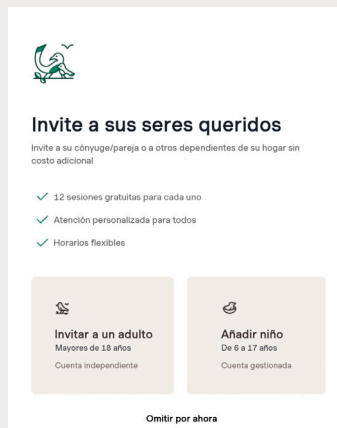
## Crear una cuenta



Visite [smpcorp.springhealth.com](https://smpcorp.springhealth.com) para crear una cuenta de padre antes de crear una cuenta de hijo.

2

## Añadir un miembro de la familia



Después, puede añadir una cuenta para un niño de 17 años o menos, o invitar a otro miembro de la familia mayor de 18 años a registrarse de forma independiente.

3

## Programar y gestionar la atención

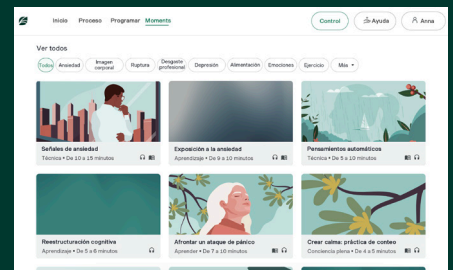


Una vez creadas las cuentas, podrá buscar proveedores recomendados, programar y gestionar la atención, acceder a un Care Navigator familiar, explorar Moments y mucho más.

# Apoyo de bienestar familiar a pedido

Moments es la biblioteca de Spring Health de ejercicios de bienestar digitales autoguiados. Use el filtro "Crianza" para encontrar ejercicios de Moments centrados en la familia que ofrezcan consejos y estrategias comprobadas para la crianza.

El acceso a Moments es ilimitado y gratuito. Explore la biblioteca desde su computadora o aplicación móvil de Spring Health. Los ejercicios de Moments están disponibles en 34 idiomas.



## Preguntas frecuentes

### ¿Cómo sé si mi hijo o adolescente necesita apoyo de salud mental?

Si no sabe por dónde empezar, comuníquese con su Care Navigator familiar. En calidad de profesionales de salud mental certificados, pueden responder preguntas y ayudarlo a encontrar el mejor camino a seguir para su hijo o adolescente. Puede programar una cita con su Care Navigator familiar a través de su cuenta de Spring Health.

### Mi hijo o adolescente trabaja con un terapeuta que nos encanta. ¿Podemos seguir viéndolo?

No es necesario cambiar de proveedor; sin embargo, es posible que no estén cubiertos en la red de Spring Health como parte de este beneficio. Para confirmar, puede hablar con ellos directamente o pedirle a su Care Navigator familiar que los busque por nombre.

Si su proveedor actual no es parte de la red de Spring Health, puede visitar [springhealth.com/providers](https://springhealth.com/providers) y hacer clic en "Solicitar hoy" para unirse. Al presentar la solicitud, el proveedor debe seleccionar "Otro" y escribir "Derivación del paciente" cuando se le pregunte cómo se enteró de Spring Health.

Incluso si su hijo recibe atención de un proveedor fuera de la red de Spring Health, puedes utilizar el beneficio como orientación adicional para mejorar su tratamiento.

### ¿Qué pasa si mi hijo o adolescente necesita ayuda de inmediato?

Spring Health ofrece apoyo en situaciones de crisis las 24 horas, todos los días. Si siente que necesita hablar con alguien ahora y no puede esperar para concertar una cita, llame al 1-855-629-0554 y marque 2. Un profesional certificado responderá a su llamada en menos de 60 segundos. No es necesario activar su cuenta de Spring Health ni iniciar sesión para llamar. El apoyo en casos de crisis está disponible siempre que necesite asistencia inmediata, ya sea que esto represente una amenaza para su vida o no.

Si usted o una persona a quien conoce corre riesgo de sufrir daño, llame de inmediato al 911. Para comunicarse con la Línea de ayuda para suicidio y crisis, llame o envíe un mensaje de texto al 988.

Comience hoy

[smpcorp.springhealth.com](https://smpcorp.springhealth.com)

Comuníquese con Spring Health

[springhealth.com/support](https://springhealth.com/support)

1-855-629-0554

*La atención de su familia con Spring Health es privada y confidencial.*

