

Elección del tratamiento de salud mental para su hijo

Lo que debe saber

Una guía sobre las prácticas basadas en la evidencia y la investigación (R/EBP)

Nos complace saber que está buscando atención para su hijo con el fin de abordar sus necesidades de salud mental. A fin de obtener el tratamiento más eficaz para su hijo, podría considerar hablar con su proveedor de atención médica acerca de **las prácticas basadas en la evidencia y la investigación (Research and Evidence-Based Practices, R/EBP)**, puesto que se ha estudiado la eficacia de estos métodos de tratamiento.

¿Qué son las prácticas basadas en la evidencia?

Las prácticas basadas en la evidencia (Evidence-based Practices, EBP) son tratamientos o servicios que se han estudiado de manera formal y que se ha demostrado que ayudan a las personas, al menos, más de lo que lo hacen otras prácticas.

¿Qué son las prácticas basadas en la investigación?

Las prácticas basadas en la investigación son tratamientos o servicios que se han sometido a pruebas y que han demostrado generar un resultado positivo; no obstante, no se han estudiado lo suficiente como para cumplir con los criterios completos de una EBP.

Metas usuales de las prácticas basadas en la evidencia y la investigación (R/EBP)

- Mejora de la asistencia y el rendimiento escolar
- Mejora de las relaciones familiares y con los pares
- Disminución de las tasas de consumo de sustancias y de adicción a ellas

- Disminución de las autolesiones y de las conductas relacionadas con el suicidio

R/EBP actuales en la salud mental infantil

Existen varios tipos de tratamientos que han demostrado ser eficaces para los niños y sus familias. El tipo de R/EBP depende de la edad y de las necesidades del niño.

Trastornos comunes de salud mental

- Ansiedad/Depresión
- Déficit de atención con hiperactividad
- Trastorno bipolar
- Esquizofrenia
- Estrés postraumático

Tipos de intervenciones basadas en la evidencia

- Terapia cognitivo conductual (TCC): un tipo común de psicoterapia
- Terapia de exposición (tipo de TCC): un enfoque sistemático para enfrentar las fuentes de miedo
- Terapia interpersonal: se centra en cómo relacionarse con las personas, como los familiares y los amigos
- Intervenciones familiares
 - Terapia familiar funcional
 - Entrenamiento de manejo para padres
 - Terapia de interacción entre padres e hijos
- Intervenciones intensivas basadas en el hogar y la comunidad
- Tratamiento con medicamentos

Beneficios de salud mental para los miembros de Apple Health (Medicaid)

- Molina cubre el tratamiento con especialistas de salud mental
- Evaluaciones y exámenes preventivos
- Servicios de consejería, tales como servicios de tratamiento individual, grupal o familiar
- Apoyo de pares

Usted puede recomendar por su cuenta que su hijo reciba una evaluación inicial o que visite a su proveedor de cuidados primarios (PCP) como primer paso.

Dónde obtener más información:

Molina Healthcare

Comuníquese con nosotros para obtener información sobre sus beneficios de salud mental o asistencia para encontrar un proveedor de salud mental. (800) 869-7165 TTY 711 MolinaHealthcare.com

Academia estadounidense de psiquiatría infantil y adolescente (AACAP)

Información concisa y actualizada sobre temas que afectan a niños, adolescentes y sus familias
www.aacap.org

También puede encontrar una guía para las familias sobre las EBP visitando la página web de la AACAP y buscando el "NAMI handbook" (Manual de la Alianza nacional sobre enfermedades mentales).

Red nacional para el estrés traumático infantil (NCTSN)

Información y recursos sobre el estrés traumático infantil
www.nctsn.org

Cómo hablar con los proveedores sobre las R/EBP

- Le sugerimos que le pregunte al consejero de su hijo sobre las opciones de tratamiento.

Molina Healthcare of Washington, Inc. ("Molina") cumple con las leyes federales y del estado de Washington sobre los derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, sexo, identidad de género o identidad sexual. Usted tiene derecho a obtener esta información sin costo adicional en un formato diferente, como audio, sistema Braille o letra grande debido a sus necesidades especiales, o bien a obtener esta información en su idioma.

English ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-869-7165 (TTY: 711).

Spanish ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-869-7165 (TTY: 711).

Chinese 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-869-7165 (TTY: 711)。



Compartir sus valores y preferencias puede ayudar a crear un plan de cuidado compartido.

- Lleve un cuaderno con preguntas y escriba las respuestas que le entreguen.
- Estas son algunas preguntas que puede hacerle al consejero de su hijo o al PCP:
 - ¿Por qué recomienda este tratamiento? ¿Qué otros tratamientos están disponibles?
 - ¿Cuál es el objetivo del tratamiento? ¿Será útil para lograr los resultados que deseamos?
 - ¿Cómo sabremos si mi hijo está respondiendo al tratamiento? ¿Cómo medimos el progreso?
 - ¿Cuáles son los riesgos y los beneficios del tratamiento?
 - ¿Existe investigación o evidencia que respalde este tratamiento?
 - Si usted no recomienda una R/EBP, ¿cuál es la razón?