



La hospitalización para la salud mental:

La importancia de la atención de seguimiento después de la dada de alta

Es importante cuidar tanto de su persona como de su salud mental. Si está teniendo dificultades o se preocupa por sí mismo o misma, consulte a su médico. En ocasiones es necesario pasar tiempo en el hospital. Cuando esto sucede, es importante consultar a un proveedor de salud mental (por ejemplo, trabajador social, terapeuta, psiquiatra) después de regresar a casa.

¿Por qué es importante consultar a su proveedor de salud mental después de regresar a casa?

Si ha estado en el hospital atendiendo su salud mental, es importante que programe una cita con su proveedor de salud mental para verlo en los **7 días** siguientes a cuando le hayan dado de alta porque esto:

- Ayuda a su proveedor a evaluar y ajustar cualquiera de sus medicamentos.
- Le ayuda a usted a ajustarse del hospital a su hogar, trabajo o escuela.
- Le ayuda a usted a continuar mejorando.
- Le proporciona el apoyo adicional que pudiera necesitar.
- Reduce las probabilidades de que regrese al hospital.

¿Qué debo hacer antes de salir del hospital?

- Asegúrese de que entiende los medicamentos que debe tomar y cómo tomarlos.
- Informe al personal del hospital que le gustaría programar una visita con un proveedor de salud mental para verlo en la semana siguiente después de salir del hospital. Si todavía no tiene un proveedor, ellos pueden ayudarle a encontrar uno que esté dentro de la red y a hacer la cita. Ir a la cita puede ayudarle a controlarse sus síntomas.
- Antes de irse del hospital, asegúrese de que tiene la información de la cita y de que la entiende.
- Pida al personal del hospital que envíe a su médico sus registros del hospital.
- Hacer una cita con un proveedor de salud mental para verlo en los 7 días siguientes después de haber salido del hospital y no faltar a esa cita puede ayudarle a continuar mejorando su salud mental y física.

En Peach State Health Plan nos enorgullecemos de ser su socio de atención de la salud.

Si tiene preguntas, por favor llame a nuestro departamento de Salud Conductual al 1-800-704-1484.

¡Estamos aquí para ayudarle!

Mental Health America. (2021). Hospitalization. Obtenido de <https://www.mhanational.org/hospitalization>

National Alliance on Mental Health. (2020). *Inpatient hospitalization: Navigating and understanding the adult inpatient hospital system*. Obtenido de <https://namimainlinepa.org/inpatient-hospitalization/>