

# Sobre os cuidados de saúde comportamental na Reliant



**BEM-VINDO(A)!** Estamos felizes por você estar aqui. Você decidiu falar com um profissional de saúde comportamental (SC) da Reliant para ajudar com algo que está incomodando você. Este é um primeiro passo importante para se sentir melhor. A Reliant oferece aos nossos pacientes um serviço chamado “cuidados primários integrados de saúde comportamental”.  
[Leia abaixo e saiba mais.](#)

1

## O que são cuidados primários integrados de saúde comportamental?

Cuidados integrados significam os profissionais de cuidados primários e de saúde comportamental trabalhando juntos para o benefício de seus pacientes. Quando os cuidados são integrados, você não precisa ir a diferentes consultórios ou conversar com diferentes especialistas para obter ajuda.

2

## Como funciona o cuidado integrado na Reliant?

Na Reliant, os profissionais de SC trabalham em conjunto com você e sua equipe de cuidados primários. Eles se concentram em ajudar você a adquirir habilidades para gerenciar seus sintomas de SC. Eles geralmente duram apenas alguns meses, mas ocasionalmente podem durar mais. Se você precisar de tratamento de SC de longo prazo, sua equipe de cuidados pode conectar você a um profissional fora da Reliant. **VOCÊ** é a parte mais importante desse processo. Seus profissionais são os especialistas em tratamento, mas você é o(a) especialista em si mesmo(a)!

3

## Que tipos de tratamento e serviços posso receber?

Primeiro, um profissional de SC irá conversar com você sobre o que está incomodando você. Muitas vezes, você pode começar a praticar novas habilidades durante essa primeira conversa. Então, você e seus profissionais de saúde definirão um plano de tratamento. As opções de tratamento podem incluir terapia individual, ferramentas de autoajuda como aplicativos móveis, terapia em grupo ou medicação. Tudo isso é gerenciado pelo consultório do seu profissional de saúde da atenção primária (primary care provider, PCP).

4

## Qual é meu próximo passo?

Caso ainda não tenha visitado um profissional de SC, entre em contato com o consultório de seu PCP ou com o número de telefone do Departamento de SC listado abaixo.

## QUEM PODE ME AJUDAR SE EU TIVER DÚVIDAS?

- Departamento de Saúde Comportamental Reliant:  
1-508-856-0732
- Linha direta de prevenção do suicídio: 1-800-273-8255
- Linha móvel de apoio emergencial: 1-877-382-1609

### O que devo saber sobre custos?

A maioria dos serviços de saúde comportamental são cobertos por seguros de saúde. Como a cobertura do seguro de saúde pode variar muito, verifique com sua companhia de seguros sobre seu plano e custos específicos.



**Estamos aqui sempre que você precisar.**