

Para familias

# Preguntas frecuentes

## ¿Qué es Cartwheel?

Cartwheel es un proveedor de servicios de salud mental. Nuestra misión es ser un socio de confianza para las escuelas, los estudiantes y las familias. Brindamos servicios a más de 200 distritos escolares y escuelas autónomas en todo el país, brindando a los estudiantes y las familias un acceso rápido a la atención con un terapeuta de salud mental. Todos los servicios se brindan a través de telesalud.

## ¿Cómo puedo conectarme a Cartwheel?

Los padres, tutores y estudiantes (si son mayores de edad) pueden completar un formulario en [www.cartwheel.org/families](http://www.cartwheel.org/families) para solicitar apoyo de salud mental de Cartwheel. Solicite al equipo de orientación escolar un enlace al formulario.

Una segunda opción es que un consejero escolar o un trabajador social derive a un estudiante a Cartwheel. Pueden hacerlo obteniendo el consentimiento de los padres y luego completando un formulario ellos mismos en el portal en línea de Cartwheel.

## ¿Quién puede solicitar los servicios de Cartwheel?

Puede enviar un formulario de interés en [www.cartwheel.org/families](http://www.cartwheel.org/families) si es padre, tutor legal o estudiante que puede dar su consentimiento legal para recibir atención en su estado de residencia.

En la mayoría de las escuelas, los consejeros y trabajadores sociales derivan a los estudiantes a Cartwheel. Otros miembros del personal escolar, como los maestros, deben hablar con un consejero escolar si creen que un estudiante podría beneficiarse de Cartwheel.

Para familias

# Preguntas frecuentes

## **¿Cómo se protege mi información? ¿Quién puede ver la información que envío?**

Cartwheel se toma muy en serio su privacidad y la seguridad de la información que comparte con nosotros. Cartwheel cumple con las leyes que protegen la información de salud de los pacientes y la privacidad de los registros educativos de los estudiantes, como la Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico (HIPAA, por sus siglas en inglés) y la Ley de Derechos Educativos y Privacidad de la Familia (FERPA, por sus siglas en inglés).

Si solicita más información sobre Cartwheel, se lo haremos saber a su escuela, ya que su escuela está involucrada en el proceso de derivación. Una vez que la escuela haga una derivación, nos comunicaremos con usted directamente para programar la primera sesión. En ese momento, puede decidir si desea o no que Cartwheel comparta información con su escuela sobre el progreso de su estudiante en el cuidado. Si desea un mayor nivel de privacidad, puede negarse a proporcionar este consentimiento y seguiremos brindando servicios sin compartir ninguna información continua con la escuela.

## **¿Qué sucede después de enviar un formulario de interés?**

1. Le informaremos a la escuela que está interesado en los servicios de Cartwheel.
2. El equipo de su escuela revisará su solicitud y la remitirá a Cartwheel o se comunicará con usted para analizar los próximos pasos.
3. Si se realiza una derivación, un coordinador de atención de Cartwheel se comunicará con usted por mensaje de texto para comenzar. También podrá llamarnos o enviarnos un correo electrónico si prefiere hacerlo en lugar de enviar mensajes de texto.

Para familias

# Preguntas frecuentes

## ¿Cómo puedo saber si mi hijo podría necesitar apoyo de salud mental?

Los problemas de salud mental a menudo comienzan siendo pequeños, pero pueden convertirse en problemas más graves.

Si nota alguno de los siguientes síntomas en su hijo, es posible que desee considerar recibir apoyo de salud mental:

- Cambios de humor o comportamiento
- Cambios en los patrones de alimentación o sueño.
- Disminución del rendimiento académico
- Retirada de amigos o actividades
- Aumento de la ansiedad o el estrés
- Expresar sentimientos de tristeza o desesperanza.
- Experimentar una transición (relacionada con la vida, la familia, los compañeros, la escuela)
- Exposición a un evento traumático

Tenga en cuenta que Cartwheel no brinda tratamiento para atención urgente o de emergencia, discapacidades intelectuales o del desarrollo graves, ni trastornos alimentarios primarios o trastornos por uso de sustancias.

## ¿Qué tipos de soporte están disponibles a través de Cartwheel?

Todos los servicios son vía telesalud:

- Terapia individual basada en evidencia (estudiantes de 3.º a 12.º grado)
- Sesiones de orientación para padres/cuidadores (estudiantes de todos los grados)
- Evaluación psiquiátrica y manejo de medicación (estudiantes de todos los grados)
- Terapia familiar
- Servicios intensivos ambulatorios y de hospitalización parcial a través de nuestras organizaciones asociadas

Cartwheel también ofrece coordinación de atención, seminarios web y referencias a otros proveedores si es necesario.

Para familias

# Preguntas frecuentes

## ¿Cartwheel ofrece terapia en persona?

No, todas las citas de Cartwheel se realizan por telemedicina. Las sesiones de telemedicina de Cartwheel se realizan con un terapeuta de salud mental, a través de Zoom y se puede acceder fácilmente a ellas a través de una computadora portátil, tableta o teléfono inteligente.

La terapia virtual puede ser una opción fantástica y de alta calidad para muchas familias. Reconocemos que la terapia virtual no es adecuada para todos, por lo que si una familia a cargo de Cartwheel determina que la terapia virtual no es la opción adecuada, nuestros coordinadores de atención trabajan con ellos para identificar opciones en persona.

Ofrecer atención de salud mental a través de la telesalud ayuda a facilitar el acceso a una atención de alta calidad. La telesalud ayuda a las familias a ahorrar tiempo y dinero al eliminar la necesidad de viajar. Es más fácil asistir a la terapia virtual y múltiples estudios de investigación han demostrado que la terapia virtual y la terapia en persona son igualmente efectivas (Johns Hopkins, 2022; Frontiers in Public Health, 2023).

## ¿Qué hacen los niños en terapia?

Los niños y adolescentes de 3 a 12 grado pueden tener sesiones individuales con un terapeuta autorizado para aprender a reconocer y comprender sus emociones, desarrollar habilidades prácticas de afrontamiento y desarrollar resiliencia para enfrentar los desafíos de la vida. Su terapeuta ayudará al estudiante a establecer metas sobre lo que desea trabajar durante la terapia. El terapeuta puede usar juegos, arte o hablar para ayudar a los niños a expresarse, aprender sobre las emociones y practicar nuevas habilidades. Algunas habilidades que se aprenden comúnmente en la terapia incluyen: comprensión y manejo de las emociones, manejo del estrés y la ansiedad y habilidades de comunicación, por ejemplo.

Para familias

# Preguntas frecuentes

## ¿Qué es la orientación para padres con Cartwheel?

Las sesiones de orientación para padres son sesiones individuales para que usted, como padre o tutor, se reúna con un terapeuta autorizado para recibir orientación personalizada sobre cómo apoyar mejor la salud mental y el bienestar de su hijo. Estas sesiones virtuales de 30 minutos se realizan semanalmente o cada dos semanas durante un promedio de 2 a 6 meses. Tanto el padre como el niño deben asistir a la primera sesión. Las sesiones de seguimiento son solo para el padre o tutor.

## ¿Qué sucede en la primera cita de Cartwheel?

La primera sesión con su terapeuta Cartwheel se llama “cita de admisión”.

1. **Antes de su sesión de admisión:** complete su documentación inicial. ¡Es importante que lo haga antes de su primera sesión para que todo transcurra sin problemas!
2. **Descripción general de la primera sesión:** en la primera sesión de 1 hora, su terapeuta analizará los objetivos, planificará la atención y recopilará información personal importante. También analizaremos qué horario es el más adecuado para usted y su familia para las sesiones futuras.
3. **Quién debe asistir :** Tanto el estudiante como un padre/tutor deben asistir a la primera sesión. Si el estudiante es un adulto legal, puede asistir a la sesión solo o invitar a su padre/tutor a asistir si desea que esté presente.
4. **Encuestas de registro antes de las sesiones :** si el estudiante tiene 12 años o más y está en terapia individual, él y su padre/tutor recibirán una encuesta rápida antes de cada sesión con preguntas sobre su estado de ánimo, sueño y nivel de energía. Estas encuestas ayudan al terapeuta a comprender cómo le está yendo y sirven de base para el proceso de terapia.

## ¿Cuánto tiempo suele durar el cuidado con Cartwheel?

La mayoría de los estudiantes reciben atención con Cartwheel entre 2 y 6 meses, según los objetivos del tratamiento y la gravedad de los síntomas. Si es clínicamente apropiado, es posible recibir atención con Cartwheel durante más de 6 meses.

Para familias

# Preguntas frecuentes

## **¿Dónde, cuándo y cómo se realizan las citas con Cartwheel?**

Para que sea lo más fácil posible obtener el apoyo que necesita, Cartwheel está disponible de 8 a.m. a 8 p.m. de lunes a viernes, así como algunos sábados y durante las vacaciones escolares y de verano. Muchas escuelas ayudan a los estudiantes a acceder a terapia durante el día escolar si es necesario, pero las sesiones se pueden realizar desde la escuela o el hogar. Las sesiones de teleterapia se llevan a cabo a través de Zoom, que cumple con la HIPAA, y se puede participar fácilmente a través de una computadora portátil, tableta o teléfono inteligente.

Las sesiones de telesalud se deben realizar desde su estado de residencia. Por ejemplo, si su hijo viaja fuera del estado, no podrá participar en la sesión de telesalud.

## **¿Cuanto cuesta Cartwheel?**

Si tiene Medicaid o no tiene seguro, es gratis.

Si tiene seguro privado, Cartwheel probablemente estará dentro de la red. Es posible que se apliquen copagos y deducibles estándar y hay otros planes de pago y opciones de financiación disponibles si es necesario. Antes de su primera cita, le proporcionaremos un presupuesto. La mayoría de las familias con seguro privado pagan entre 20 y 30 dólares por sesión, pero a veces puede ser más o menos según su plan de seguro específico.

## **Si completo un formulario de interés con Cartwheel, ¿mi hijo tendrá problemas?**

### **¿Esto aparecerá en su expediente académico?**

No, su hijo no tendrá problemas y esto no aparecerá en su expediente académico. Las protecciones de HIPAA y FERPA significan que la información solo se compartirá para fines autorizados.

Para familias

# Preguntas frecuentes

## ¿Qué tan rápido me contactarán?

Una vez que tu escuela revise tu solicitud, si hacen una derivación, Cartwheel se comunicará contigo dentro de las 24 a 48 horas (puede ser más tiempo dependiendo de los fines de semana y feriados) para trabajar en la programación de tu primera cita. Comunícate con tu consejero escolar si no has tenido noticias de tu escuela después de unos días.

## ¿Puedo retirar mi interés?

Sí, puedes cambiar de opinión en cualquier momento. Si has enviado un formulario y Cartwheel aún no se ha comunicado contigo, no dudes en comunicarte con tu escuela para detener o pausar el proceso. Si ya estás en contacto con Cartwheel, infórmale a tu coordinador de atención de Cartwheel que deseas pausar el proceso. Los servicios se pueden pausar hasta 30 días antes de que sea necesario enviar otra derivación.

## ¿Tiene más preguntas sobre cómo conectarse a Cartwheel?

Comuníquese con un miembro del equipo de su escuela o comuníquese directamente con Cartwheel llamando o enviando un mensaje de texto al (617) 272-7439 o enviando un correo electrónico [a office@cartwheelcare.org](mailto:office@cartwheelcare.org). O visite nuestro sitio web en [www.cartwheel.org](http://www.cartwheel.org).

## En caso de una emergencia de salud mental:

Si usted o un ser querido está experimentando angustia relacionada con la salud mental, llame o envíe un mensaje de texto al 988 para obtener asistencia gratuita y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana.

Si tiene una emergencia, visite la sala de emergencias más cercana o llame al 911.