

Programa para tratamiento de ansiedad y TOC

Bienvenidos al Programa ambulatorio para tratamiento de ansiedad y TOC del Departamento de Psiquiatría y Medicina Conductual. En este programa, los niños y adolescentes aprenden a enfrentar y superar los miedos. También los padres aprenden a ayudar a sus hijos a lograr esos cambios. Este es un programa en niveles, o atención escalonada, en el que la mayoría de las familias comienzan con el nivel de menor intensidad (por ejemplo, en grupos) y avanzan a niveles más altos (por ejemplo, terapia individual), dependiendo de cómo su hijo responde al tratamiento.

¿Qué tipo de terapia en grupo se ofrecen?

Nuestro programa de tratamiento para ansiedad ofrece terapia de grupos para padres y jóvenes de 9 a 17 años. Ofrecemos terapia de grupo solo para padres de niños pequeños (2 a 8 años) o con algún tipo de deficiencia cognitiva.

¿Qué tipo de terapia usan?

La terapia es parecida en todos los grupos. Se basan en intervenciones con terapia cognitivo conductual (TCC), producto de muchas investigaciones que han demostrado su eficacia.

¿Cuándo y dónde se reúnen estos grupos?

- Sede central del hospital Children's en Seattle, WA
- North Clinic en Everett, WA

Debido a las restricciones de COVID-19 para reuniones, todas las sesiones grupales se hacen por video con el sistema de telemedicina. Son varias sesiones durante la semana. Nos comunicaremos para que reciba la información de los días y horarios para las citas. En el futuro es posible que algunos grupos vuelvan a ser en persona.

¿Cuántas sesiones son?

Son 9 sesiones más una sesión individual de comentarios al final para hablar de los avances. Debe asistir a todas las sesiones.

Recomendamos no faltar a más de 2 sesiones. Si sabe que tendrá que faltar a más de 2 sesiones, anótese en el próximo ciclo. Participe solamente si sabe que podrá asistir y beneficiarse de todo el programa. Los ciclos se reinician aproximadamente cada 10 semanas.

¿Cómo se distribuyen los grupos?

Según la edad, ofrecemos varios grupos de tratamiento para niños:

- Grupos de terapia para ansiedad para niños pequeños (2 a 8 años): sesiones de 60 minutos son solo para padres o cuidadores.
- Preadolescentes (9 a 12 años): por telemedicina, son sesiones de 90 minutos, 45 minutos con preadolescentes y padres juntos y otros 45 minutos solamente con los padres. En persona, son 60 minutos con los dos grupos por separado: una sesión para padres y cuidadores y otra para preadolescentes.

Más información

- Consulte con el proveedor de atención médica de su hijo
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Dígame al intérprete el nombre de la persona o la extensión que necesita.

- Adolescentes (13 a 18 años): 90 minutos en total por telemedicina, 45 minutos con los adolescentes y otros 45 solo con padres. En persona, son 60 minutos para cada grupo: una sesión para padres o cuidadores y otra para adolescentes.
- Grupo con adaptaciones para jóvenes con deficiencia cognitiva: sesiones de 60 minutos solo para cuidadores.

¿Cubre el seguro esta terapia?

Se enviará la factura a su seguro médico por cada sesión a la que asista. Recomendamos que llame a su seguro médico para preguntar qué cubre y, si no cubre todo, cuánto tendrá que pagar. La mayoría de los seguros cubren las sesiones de grupo para niños, pero no todos cubren las sesiones para padres. Estos son los códigos de facturación:

- Grupo infantil: psicoterapia grupal 90853
- Grupo de padres: 90849 terapia de grupo familiar múltiple

La familia puede solicitar asistencia financiera si les preocupa que el seguro no cubra el costo.

¿Cómo me inscribo?

Si está interesado en saber si esta terapia de grupo es la adecuada para su familia, comuníquese con el pediatra o con el proveedor de salud mental de su hijo, quien será el encargado de enviar la referencia a Psiquiatría Ambulatoria de Seattle Children's para "Grupo de terapia para ansiedad" (Anxiety Group). Si recibimos una referencia de su proveedor de atención médica y tenemos espacio, le llamaremos para programar una evaluación inicial.

Para pacientes de Psiquiatría de Children's, consulte con su proveedor de salud mental sobre una referencia para esta terapia.

Más información sobre nuestros servicios en:
seattlechildrens.org/getservices (en inglés).

¿Habrá seguimiento después de esta terapia?

Al final del programa hablaremos de la necesidad de seguimiento. Se puede recomendar no recibir más atención, recibir atención individual CBT a corto plazo para seguir trabajando en las técnicas que aprendió, una evaluación para recetar medicamentos u otro servicio especializado o tratamiento más intensivo. Puede recibir estos servicios en Children's o en un centro cerca de su casa.

Anxiety and OCD Treatment Program

Welcome to the Department of Psychiatry and Behavioral Medicine's outpatient Anxiety and OCD Treatment Program. In this program, we teach children and teens how to face and overcome their fears. We also teach parents how to best support their child in making these changes. This program is a stepped care program meaning that most families start with at the lowest intensity level of care (such as a group series) and then we step up to a higher level of care (like individual therapy) depending on how your child responds to treatment.

What groups are offered?

Our anxiety treatment program offers groups for parents and youth ages 9 to 17. We offer parent-only groups when your child is younger (aged 2 to 8 years) or has a cognitive impairment.

What material is covered?

Similar material is covered in all groups. Our programs are based on well researched Cognitive Behavior Therapy (CBT) interventions that have proven successful.

When and where do the groups take place?

- Seattle Children's main campus Seattle, WA
- North Clinic in Everett, WA

During COVID-19 restrictions on group gatherings, all group sessions are being held via a telemedicine/video visit platform. Several groups are offered throughout the week. Information on days and times will be shared with families when our scheduling team contacts you to schedule. Some in-person groups may resume in the future.

How many sessions are there in the series?

There are 9 sessions in the series plus an individual feedback session at the end of group to discuss progress. You should plan to attend all sessions.

We do not recommend missing 2 or more sessions. If you know you will miss more than 2 sessions, please sign up for the next series of sessions. Please join the group when you can fully attend and benefit from this program. The group series restarts about every 10 weeks.

What groups are available?

We offer several treatment groups for children based on age:

- Young Child Anxiety Groups (ages 2 to 8): These 60-minute groups for young children are for caregivers only.
 - Tween (ages 9 to 12): By telehealth, this 90-minute group involves tweens and parents jointly for the first 45 minutes and parents only for the second 45 minutes. In person, this 60-minute group involves two concurrent groups: one for caregivers, one for tweens.
-

To Learn More

- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

- Teen (ages 13 to 18): By telehealth, this 90-minute group involves teens only for the first 45 minutes and caregivers only for the second 45 minutes. In person, this 60-minute group involves two concurrent groups: one of parents, one for teens.
- Adapted group for youth with cognitive impairment: These 60-minute groups are for caregivers only.

Does insurance cover the groups?

Your insurance will be billed for each session you attend. We recommend that you call your insurance company to find out if the cost of the group is covered and how much you need to pay if the full amount is not covered. Most insurance companies cover the child group, but not all cover the parent group. These are the procedure codes billed for the groups:

- Child group: 90853 group psychotherapy
- Parent group: 90849 multiple family group therapy

Families are welcome to apply for financial aid if they have concerns about whether the group visits will be covered.

How do I register?

If you are interested in finding out if this group is a good fit for your family, please contact your child's primary care or mental health provider. Your provider will need to send a referral to Seattle Children's Outpatient Psychiatry for "Anxiety Group." If we receive a referral from your provider and we have an opening, we will call you to schedule an initial evaluation.

If you are a current patient in outpatient psychiatry, please talk to your Children's provider about a possible referral to this group.

For more information about our services visit seattlechildrens.org/getservices.

Is there follow-up care?

At the end of group, we discuss the follow-up needs for all families. This might include a recommendation for no further care at this time, short-term individual CBT to continue to work on skills learned in group, a medication evaluation, a different specialized service, or more intensive treatment. These services might be in our clinic or in the community.