

Programa ambulatorio intensivo para ansiedad

El Programa ambulatorio intensivo para ansiedad (IOP, sus siglas en inglés) ofrece terapia cognitivo conductual con base científica para trastornos de ansiedad y trastorno obsesivo compulsivo (TOC).

¿Para quién es este programa?

Ofrecemos tratamiento para niños y adolescentes de 7 a 17 años que fueron diagnosticados con trastorno de ansiedad o con TOC, que por ansiedad evitan ciertas situaciones y que no han podido mejorar con el tratamiento ambulatorio habitual. Como resultado de la ansiedad y la evitación, puede notar que su hijo no interactúa con otras personas de su edad ni se separa de los padres. Puede tener dificultades para salir, episodios de pánico, falta de participación o inasistencias a la escuela, además de dificultades con las actividades diarias más comunes como bañarse, llamar a una tienda y enviar correos electrónicos o mensajes de texto.

¿Qué incluye el tratamiento?

Este es un programa de terapia cognitivo conductual (TCC). La TCC se basa en el hecho de que los pensamientos, los comportamientos y las sensaciones físicas están interconectados. Nuestro principal enfoque de tratamiento es el énfasis en la exposición y prevención de la respuesta (EPR).

- EPR es un enfoque en el que su hijo estará expuesto a pensamientos, imágenes, objetos o situaciones que le causan ansiedad. Al mismo tiempo, aprenderá a resistirse a la evitación, a las conductas de seguridad o compulsiones para disminuir la ansiedad.
- Nuestro tratamiento es principalmente en forma de terapia de grupo. El paciente y la familia también reciben terapia individual semanal. Coordinamos la atención con el terapeuta individual, el médico prescriptor y la escuela.
- Nuestro tratamiento requiere la participación diaria de un cuidador que, junto con su hijo, aprende a hacer los ejercicios en el hogar. Lo logramos de dos maneras:
 - Sesiones grupales diarias. Enseñamos a los pacientes las técnicas para manejar la ansiedad. Incluyen sesiones de ejercicios de exposición con los pacientes e instrucción para que los cuidadores aprendan cómo hacer los ejercicios de exposición y prevención de la respuesta en el hogar.
 - Dos grupos semanales para los cuidadores y comunicaciones diarias con los cuidadores para hablar de los ejercicios y práctica en el hogar.

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 la extensión o el nombre de la persona que necesita.



¿Quién forma nuestro equipo de tratamiento?

Nuestro programa de ansiedad incluye un equipo clínico bajo la codirección de un psicólogo clínico y un psiquiatra de niños y adolescentes. También puede haber psicólogos clínicos, profesionales con maestría y proveedores de psiquiatría o psicología con capacitación avanzada. La consulta de medicamentos con un proveedor psiquiátrico de atención médica (médico o enfermero avanzado) está disponible, si fuera necesario.

¿Quién puede recibir este tratamiento?

Su niño o adolescente puede participar si:

- Recibió terapia como paciente ambulatorio 1 o 2 veces por semana durante al menos 10 sesiones y no ha habido mejora.
- Tiene síntomas graves, riesgo de necesitar internación psiquiátrica o tratamiento residencial psiquiátrico.
- Ha estado internado en una unidad psiquiátrica o en tratamiento residencial psiquiátrico y necesita tratamiento más intensivo que el que reciben los pacientes ambulatorios y/o tiene riesgo de ser internado nuevamente.
- Le cuesta mucho asistir a la escuela, ha faltado con frecuencia debido a la ansiedad (más de 2 semanas y menos de 1 año) y es una escuela a la que tiene que asistir en persona.

Nota: para recibir el tratamiento, debe haber un cuidador dispuesto a estar presente, físicamente, con su hijo durante todo el programa y en cada sesión (4 días a la semana, 3 horas al día).

¿Cuánto dura el programa?

El programa es intenso y requiere mucha dedicación. Son cerca de 3 horas al día, 4 días a la semana, por un total de 6 a 8 semanas. Puede ser más tiempo si su hijo tiene síntomas graves, persistentes y disfunciones. Después de que su hijo termine el programa, regresará a ver a su profesional de salud mental para seguimiento. No proveemos atención de seguimiento.

¿Cuándo y dónde tiene lugar la terapia de grupo?

Cuándo: martes 1:30 - 4:30 p. m. y de miércoles a viernes: 1 - 4 p. m.
Dónde: por el momento todas las sesiones grupales son virtuales por telemedicina/video. Cuando regresemos a los servicios en persona, serán en Seattle Children's North Clinic, 1815 13th Street, Everett, WA 98201

¿Cubre mi seguro esta terapia?

La mayoría de los seguros médicos cubren el tratamiento, pero requieren de una autorización previa. Solicitaremos la autorización cuando su hijo comience el programa. Le avisaremos si hay algún problema para obtener la autorización. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con su seguro médico.

Para recibir información sobre lo que cubre, comuníquese con su seguro y pregunte sobre pagos de coseguro, copago y deducible. El programa se factura como "carga por uso de las instalaciones para tratamiento ambulatorio intensivo". El código de facturación es S9480.

La familia puede solicitar asistencia financiera si les preocupa el pago del tratamiento.

¿Cómo nos inscribimos?

Comuníquese con su proveedor de atención médica de cabecera o con el terapeuta de salud mental actual de su hijo si está interesado en inscribir a su hijo en este programa.

- Necesitaremos una referencia para evaluar si el programa es apropiado para las necesidades de su hijo.
- Una vez que recibamos la referencia de su proveedor de atención médica, nos comunicaremos para programar la evaluación.
- La evaluación se hace en dos sesiones. Durante estas sesiones, confirmaremos el diagnóstico de su hijo y la necesidad del programa ambulatorio intensivo.
- Si su hijo necesita un programa menos intensivo o atención de más alto nivel, le recomendaremos otras opciones.
- Si se determina que su hijo puede participar en el programa, pasará a la lista de espera. Los llamaremos cuando haya un espacio.

Si su hijo es actualmente paciente de Psiquiatría en Seattle Children's, hable con el proveedor de atención médica acerca de una cita para la evaluación y selección para el programa.

Más información sobre nuestros servicios:
seattlechildrens.org/getservices.

Anxiety Intensive Outpatient Program

The Anxiety Intensive Outpatient Program (IOP) offers evidence-based cognitive behavioral treatment for anxiety disorders and obsessive compulsive disorder (OCD).

Who is best for this program?

We treat children and teens ages 7 to 17 who are diagnosed with an anxiety disorder or OCD, avoid situations as a result of anxiety, and who have not been able to make progress in regular outpatient treatment. As a result of anxiety and avoidance you may be seeing that your child is unable to interact with peers or separate from parents. They may be having difficulty going outside, panic episodes, poor school engagement or attendance, and difficulties with typical daily activities like bathing, calling stores or emailing/texting.

What does treatment include?

This is a Cognitive Behavior Therapy (CBT) program. CBT is based on the fact that thoughts, behaviors and physical sensations are interconnected. Emphasizing exposure and response prevention (ERP) is our main treatment focus.

- ERP is a therapy approach where your child is exposed to the thoughts, images, objects or situations that cause them anxiety. At the same time, your child learns how to resist engaging in avoidance, safety behaviors, or compulsions that lessen their anxiety.
 - Our treatment is primarily delivered in a group format. In addition, each patient and family receives weekly individual therapy. We coordinate this care with your child's individual therapist in the community, medication prescriber, and school.
 - Our treatment requires daily participation for the caregiver along with your child so that you can learn how to help your child practice these activities at home. We do this in two ways:
 - Daily group sessions. We teach patients the skills they need to manage anxiety. These groups include in-session exposure practice with kids and teaches caregivers how to do exposure and response prevention at home.
 - Two weekly caregiver groups and daily caregiver check-ins to go over assignments and home practice.
-

Who is on our treatment team?

Our Anxiety IOP program includes a clinical team under the co-direction of a licensed clinical psychologist and child and adolescent psychiatrist. Other team members may include licensed clinical psychologists, master's level providers, and psychiatry or psychology providers in advanced training. Medication consultation with a psychiatric provider (MD or APP) is available for patients if appropriate.

1 of 3

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.



Who is eligible?

Your child or teen may participate if they have any one of the following:

- Tried clinic-based therapy 1 to 2 times a week for at least 10 sessions and have been unable to make progress.
- Severe symptoms or are at risk for an inpatient psychiatric hospitalization or psychiatric residential treatment.
- Been in an inpatient psychiatric unit or a psychiatric residential treatment and need treatment more intensive than routine outpatient and/or are at risk to be hospitalized again.
- A very hard time attending school, including frequent absences due to anxiety, for more than 2 weeks and less than 1 year, and are enrolled in a brick and mortar school.

Note: To be eligible, a caregiver must be physically present with your child and attend each session (4 days per week, 3 hours per day) for your child's entire program.

How long is the program?

The program is intense and requires a great deal of dedication of your time. It runs about 3 hours per day, 4 days per week and lasts 6 to 8 weeks. The time may be longer if your child has persistent, severe symptoms and impairment. After your child completes the program, they will return to their current community mental health providers for follow-up care. We are unable to provide follow-up care for families.

When and where do the groups take place?

When: Tuesday 1:30 - 4:30 p.m. and Wednesday through Friday: 1 - 4 p.m.
Where: At this time, all group sessions are held via telemedicine/video visit platform. When services resume in-person, the location is at Seattle Children's North Clinic, 1815 13th Street, Everett, WA 98201

Is it covered by insurance?

Most insurance plans cover the treatment but require pre-authorization. We will request authorization from your insurance provider when it is time for your child to start the program. If there are any problems obtaining authorization, we will let you know. If you have any questions about your coverage, please contact your insurance.

To find out what your plan covers, contact your insurance provider and ask about coinsurance, copay and deductible. The program is billed as a facility charge for intensive outpatient treatment with a procedure code of S9480.

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

How do we register?

Contact your primary care provider or your child's current mental health therapist if you are interested in signing your child up for this program.

- They will need to send us a referral for an evaluation and screening to see if the program is appropriate for your child's needs.
- Once we receive a referral from your provider, we will contact you to schedule a screening interview and evaluation.

Anxiety Intensive Outpatient Program

- The evaluation takes place over two sessions. During these sessions, we will confirm your child's diagnosis and the need for an intensive outpatient program.
- If your child's needs can be met in a less intensive program or needs a higher level of care, we will recommend other options.
- If your child is determined to be eligible, we will place your child on the waitlist. We will call you when there is an opening available.

If you are a current patient in Seattle Children's Outpatient Psychiatry, please talk to your Children's provider about being referred for the evaluation and screening.

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