

## Recursos de salud mental para madres

### Proveedores especializados en Prenatal, Posparto y Embarazo\*

\*Esta lista no es exhaustiva. Para obtener consejos sobre cómo encontrar proveedores, consulte Recursos adicionales en la página 2.

#### Médicos que aceptan seguros

##### **Karen Foxworth, LCPC**

Your Gift of Therapy (Tu don de la terapia)

<https://www.yourgiftoftherapy.com>

443-741-2494

Seguro: Aetna, BCBS, Carefirst, Cigna, tarifas de escala móvil disponibles

##### **Laurie Booth, LCSW-C**

Integrative Health Practices (Prácticas de salud integradoras)

<https://integrativehealthpractices.org/>

844-243-9737

Seguro: BCBS, Johns Hopkins, Tricare, tarifas de escala móvil disponibles

##### **Jessica Fener, LCSW-C**

Discover Yourself Wellness (Descubre tu bienestar)

<https://www.discoveryyourselfwellness.com/>

443-979-8310

Seguro: BCBS, Cigna, Carefirst, Johns Hopkins, Tricare

##### **Dr. Cindy Dominique, LCPC**

Lifecchange Psychological Services (Servicios psicológicos que cambian la vida)

<https://www.lifecchangepsychservices.com/>

240-702-2994

Seguro: Behavioral Health Systems, BCBS, Carefirst, Humana, Optum, Tricare, tarifas de escala móvil disponibles

##### **Dalia Al-Mansy, LCPC**

Lumos Counseling & Wellness

(Asesoramiento y bienestar de Lumos)

<https://lumoscwc.com/>

443-741-1198

Seguro: Medicaid, BCBS, Carefirst

##### **Sarah Vayda, LCPC**

Vayda Therapy

(Terapia Vayda)

410-216-5949

Seguro: BCBS, Johns Hopkins

#### Médicos fuera de la red o privados con pago

(Los proveedores fuera de la red no participan en planes de seguro, pero a veces pueden crear una "súper factura" que los pacientes pueden enviar a su seguro para su reembolso)

##### **Anne M. Waller, LCSW-C**

Postpartum Family Services (Servicios posparto para la familia) <http://postpartumfamilyservices.com/HomePage.php>

410-718-BABY (2229)

##### **Valerie R. McManus, LCSW-C**

Healing Therapies (Terapias curativas)

<https://healingtherapiesonline.com/>

410-465-8687

##### **Risa Ganel, LCMFT**

Together Couples Counseling (Consejería de parejas juntas)

<https://togethercouplescounseling.com/>

410-440-1413



Promote. Preserve. Protect.

## Recursos adicionales

### Directorios de proveedores

#### Red de atención del condado de Howard

<https://howard.md.networkofcare.org/mh/>

Herramienta para localizar proveedores de salud mental locales mantenidos por la Oficina de Salud Conductual.

#### Oficina de Salud del Comportamiento del Departamento de Salud del Condado de Howard

Acceda al [Directorio de salud conductual](#), Servicios de navegación de salud conductual y más.

410-313-6202

#### Psychology Today

<https://www.psychologytoday.com/>

Sitio web público actualizado por médicos: busque por código postal, grupo de edad, proveedor de seguros y necesidades de salud.

### Recursos para familias

#### Línea CARE del condado de Howard

[Servicio de recursos y referencias](#) para cuidado infantil, apoyo para padres y salud mental, y más.

410-313-CARE (2273)

#### Healthy Families Howard County

[Programa voluntario y gratuito](#) que brinda servicios de visitas domiciliarias centrados en la familia

410-313-1940

#### Los padres como maestros

[Programa de visitas domiciliarias](#) que proporciona a las familias información sobre el desarrollo infantil y la preparación escolar. Las conexiones grupales (disponibles en español) brindan a los padres apoyo entre pares.

### Asistencia de seguros

#### Oficina de Acceso a la Atención en el Departamento de Salud del Condado de Howard

[Solicite seguro médico](#) (Programa de salud infantil de Maryland, Asistencia médica), transporte médico y más.

410-313-5845

#### Maryland Health Connection

<https://www.marylandhealthconnection.gov/>

Solicite planes a través de Maryland Health Connection o Medicaid.

