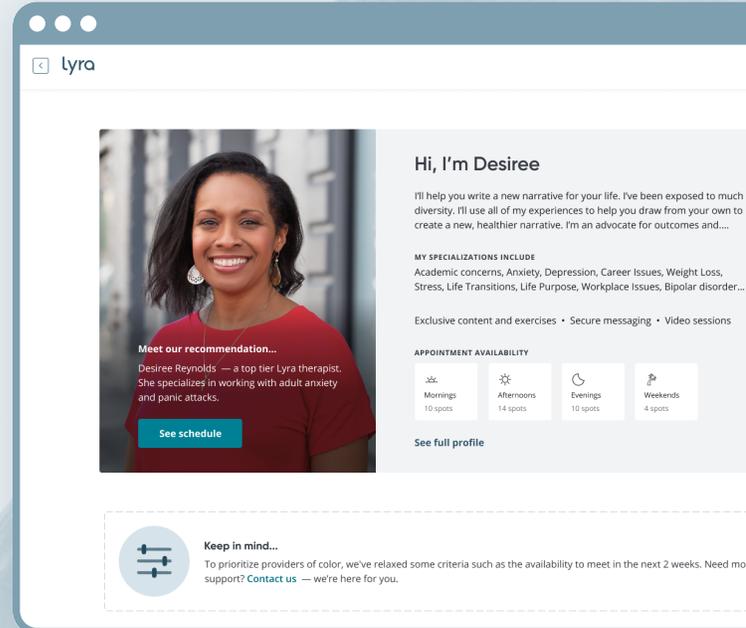


INFORMACIÓN

# Su lugar seguro para la salud mental

Encuentre cuidado para su salud emocional y mental, como, cuando y donde lo necesite. Ya sea que se sienta estresado(a), ansioso(a), o deprimido(a), el apoyo de Lyra puede ayudarlo(a) a recuperarse.



 **Guía de autocuidados con un entrenador**

Comience con un plan de atención diseñado por su asesor de Lyra y aprenda nuevas estrategias de salud mental a su propio ritmo.

 **Asesoramiento en salud mental**

Llegue a la raíz de sus desafíos con la atención efectiva de un asesor de salud mental a través de video o mensajes en vivo.

 **Gestión de medicamentos**

Consulte con un médico especializado en medicamentos para la salud mental.

 **Herramientas de bienestar mental**

Aproveche las herramientas de bienestar autodirigidas en cualquier momento y lugar.



*No puedo creer que una verdadera ayuda esté a solo un clic de distancia. Estoy más que agradecido por Lyra.*

– Cliente de Lyra

Comience en [spacex.lyrahealth.com](https://spacex.lyrahealth.com)  
[care@lyrahealth.com](mailto:care@lyrahealth.com) | (855) 240-0049



# Una forma radicalmente más sencilla de recibir atención para usted y su familia

Atención sin complicaciones por parte de proveedores de la mejor calidad, para que se sienta mejor más rápido.

## Cómo funciona Lyra



### Comenzar es fácil

Comparta con qué está lidiando, obtenga recomendaciones de atención y programe una cita. Los miembros de Lyra pierden menos tiempo buscando atención y pasan más tiempo sintiéndose mejor.



### Cuidado de alta calidad que funciona

Lyra se dedica a ofrecer la mejor atención posible y a respaldar solo los tratamientos que sean más efectivos para aliviar los síntomas, generalmente en un período corto de tiempo.



### Los mejores entrenadores y terapeutas disponibles, en todo el país

Nuestros proveedores están listos para encontrarlo donde se halle, a través de video en vivo, mensajería en vivo o incluso en persona, y muchos usan lecciones y ejercicios digitales para mejorar su experiencia de atención entre sesiones.

## Quién es elegible para los beneficios de salud mental de Lyra

### Entrenamiento en salud mental con Lyra

Todos los empleados de SpaceX (regulares, temporales y pasantes) que normalmente están programados para trabajar al menos 20 horas por semana, su cónyuge legalmente casado y sus hijos dependientes (de 18 a 25 años) son elegibles para hasta 7 sesiones de entrenamiento por persona por año, sin costo.

### Terapia y administración de medicamentos con Lyra

Los empleados y sus dependientes inscritos en SpaceX Medical EPO, PPO, Guide PPO o HDHP pueden utilizar el sitio web de Lyra para acceder a la terapia y la administración de medicamentos de un proveedor de la red de Lyra. Estas sesiones, ya sean en persona o por video, están sujetas a los costos compartidos correspondientes a las visitas al consultorio de salud mental para pacientes ambulatorios dentro de la red, según lo especificado en su plan médico de SpaceX.

Comience en [spacex.lyrahealth.com](https://spacex.lyrahealth.com)  
[care@lyrahealth.com](mailto:care@lyrahealth.com) | (855) 240-0049

Lyra Health, Inc. trabaja en asociación con Lyra Clinical Associates P.C. y otros socios contratados para ser su equipo de atención de Lyra y brindar servicios clínicos. Su beneficio de Lyra brinda acceso a sesiones de video en persona o en vivo, si cumple con los requisitos de elegibilidad a través de su empleador patrocinador, y su proveedor considera que los servicios son apropiados. Lyra no cubre tratamiento hospitalario o residencial, hospitalización (incluida la parcial), tratamiento ambulatorio intensivo, atención de emergencia, atención o asesoramiento a largo plazo, medicamentos recetados, tratamiento del trastorno del espectro autista, servicios de educación correctiva y cuidado de la salud de comportamientos no basados en evidencia.