

## Plataformas virtuales – Servicios de terapia para edades 10 años +

1. **MySpectrum** - \*Acepta seguro  
Sitio web: <https://myspectrumcc.com/trauma-therapy/>  
Teléfono: 804-924-2236

2. **Amwell** - \*Acepta seguro  
Sitio web: <https://patients.amwell.com/>

Descripción: Amwell ofrece asesoramiento para niños mayores de 10 años. Los adolescentes y adolescentes jóvenes pueden hablar con su terapeuta cara a cara usando la aplicación o el sitio web de Amwell. Las sesiones suelen durar unos 45 minutos y se pueden programar durante los fines de semana, días festivos y noches. Amwell tiene una red de más de 350 psicólogos con licencia, trabajadores sociales y otros profesionales de la salud mental.

3. **Doctor On Demand** \*Acepta seguro  
Sitio web: <https://doctorondemand.com/>

Descripción: Si prefiere elegir el terapeuta de su hijo en lugar de ser emparejado con uno, consulte Doctor on Demand. En promedio, los psiquiatras y terapeutas con licencia en su red tienen 15 años de experiencia. Los métodos de comunicación son más limitados que otras plataformas. Doctor on Demand utiliza videollamadas en vivo para sus sesiones. Si necesita ayuda para determinar si el asesoramiento podría ser útil para su hijo, Doctor on Demand ofrece una evaluación gratuita de salud mental.

4. **Thriveworks** \*Acepta seguro  
Sitio web: <https://thriveworks.com/>

Descripción: Thriveworks es conocido por la amplia gama de terapeutas con licencia que ofrecen. Puede seleccionar entre terapeutas que tienen una variedad de antecedentes diferentes, incluida la TCC, los enfoques de atención plena y otros métodos. Elija un terapeuta que hable su idioma nativo, o seleccione un tipo diferente de profesional de la salud mental, como un psiquiatra o entrenador de vida. Thriveworks ofrece asesoramiento en línea para niños a través de video o teléfono. Las sesiones del mismo día y al día siguiente están disponibles.

5. **MDLive** \*No acepta seguro  
Sitio web: <https://www.mdlive.com/counseling/>

Descripción: Para comenzar, completará un cuestionario sobre las necesidades de su hijo y luego elegirá un terapeuta que parezca adecuado para su familia. El servicio también puede conectarlo con un psiquiatra si cree que su hijo necesita medicamentos.

Precio: \$108 por sesión

## Plataformas virtuales para niños mayores de 13 años (Teens)

1. **Rethink My Therapy** - \*No acepta seguros

Sitio web: <https://rethinkmytherapy.com/>

Descripción: Rethink My Therapy ofrece una tarifa de suscripción mensual que cubre citas ilimitadas (según la disponibilidad de su terapeuta o psiquiatra). Puede programar una cita para su hijo dentro de una semana. Muchos de los profesionales de la salud mental en la red ofrecen citas nocturnas y de fin de semana.

2. **Talkspace** - \*Acepta seguro

Descripción: Talkspace ofrece terapia a través de mensajes de texto, audio y video a adolescentes de 13 a 17 años en línea y a través de su aplicación de teléfono inteligente. Los terapeutas responden a los mensajes diariamente, 5 días a la semana. Las sesiones de video en vivo con un terapeuta no están incluidas en la tarifa de suscripción mensual.