

# Momentum



Únase a nuestro seminario web, *Crear una cultura positiva en el lugar de trabajo*, el miércoles 24 de septiembre de 2025 a la 1:00 p. m., hora central. Descubra cómo practicar y promover el civismo en su equipo. Escanee el código QR para [registrarse ahora](#).



## Construir un equipo armonioso

Un grupo de personas en una habitación no se unen por arte de magia para formar un equipo dinámico. Se necesita un "director de orquesta" para inspirar la armonía de la motivación, la colaboración y la mejora del desempeño. Para convertirte en ese líder eficaz:

- **Practique el liderazgo de servicio.** Ponga las necesidades de los miembros del equipo por delante de las suyas propias. Para fomentar una cultura de trabajo en equipo, bríndoles orientación, motivación y elimine los obstáculos.
- **Haga énfasis en la comunicación abierta.** Cree un espacio seguro para el diálogo para así garantizar que todos los miembros del equipo se sientan escuchados y valorados.
- **Establezca objetivos claros y una visión compartida.** Asegúrese de que todos comprenden la misión y los objetivos del equipo. Luego anime al equipo a aportar ideas y a asumir la responsabilidad por su trabajo.
- **Reconozca y recompense el trabajo en equipo.** Para generar un espíritu de equipo, motivación y un sentido de logro, reconozca públicamente los esfuerzos de su equipo.

## ThinkWarrior<sup>SM</sup> y ThinkHero<sup>SM</sup> \*

Como gerente, usted desempeña un papel clave a la hora de poner en contacto a su equipo con recursos significativos, incluido el apoyo para el bienestar emocional de sus hijos. La ansiedad afecta a casi el 8 % de los jóvenes; sin embargo, el 80 % de los niños y adolescentes no reciben tratamiento. El *Programa de Bienestar Emocional Digital*, impulsado por NeuroFlow, ofrece dos módulos interactivos basados en la terapia cognitivo-conductual: *ThinkHero*, para niños de 6 a 12 años, y *ThinkWarrior*, para adolescentes de 13 a 17 años.

\*Si está disponible a través de su programa.

Contacte a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-450-1327 (TTY 711) o visite [Member.MagellanHealthcare.com](http://Member.MagellanHealthcare.com) (enter Principal Core) para obtener ayuda confidencial y sin costo disponible 24/7/365 para usted y los miembros de su hogar.

Cuide su salud mental

## Septiembre es el Mes de Concienciación sobre la Prevención del Suicidio

Como gerente, usted se encuentra en una posición única para apoyar el bienestar mental de su equipo. Si bien las conversaciones sobre el suicidio se han vuelto más comunes, el estigma aún impide que muchas personas busquen ayuda. Este mes es un recordatorio de que comunicarse, escuchar sin juzgar y poner a su personal en contacto con fuentes de apoyo puede marcar una diferencia significativa.

- El suicidio es la segunda causa principal de muerte entre personas de 10 a 14 años y la 11<sup>a</sup> causa principal en general en los EE. UU.
- Al 46 % de las personas que mueren por suicidio se les había diagnosticado una afección de salud mental, aunque las investigaciones sugieren que el 90 % puede haber presentado síntomas.
- Si algún ser querido lucha con ideas suicidas, hágale saber que puede hablar con usted sobre lo que está sucediendo.
- Una persona que está considerando el suicidio puede no creer que puede recibir ayuda. Haga todo lo posible por mantenerle a salvo y alejado de objetos letales, como armas de fuego y medicamentos almacenados.
- Si la emergencia parece inminente, llame al 911 o陪伴 a la persona a los servicios de salud mental o a una sala de emergencias cercana. Haga un seguimiento con esa persona después de la crisis para saber cómo está.

Visite [MagellanHealthcare.com/about/bh-resources/mymh](https://MagellanHealthcare.com/about/bh-resources/mymh) o llame a su programa para obtener recursos confidenciales sobre salud mental.

Fomentar el bienestar

## Trabajando en el bienestar de la comunidad

Usted no solo está liderando personas, está ayudando a formar un sentido de comunidad en el trabajo. Un sentido fuerte de bienestar comunitario contribuye al compromiso del personal, a la conexión y a una cultura más saludable en el lugar de trabajo.

- Fomente la conexión del equipo a través de reuniones inclusivas, celebraciones u oportunidades de servicio.
- Organice eventos que fomenten la colaboración y ayuden a los empleados a conectarse de forma personal.
- Demuestre respeto y empatía en cada interacción.

El dinero importa

## Seminarios web financieros de septiembre de 2025

### Guía de supervivencia de préstamos estudiantiles

9 de Sep. Inscríbase aquí: [11:00 a. m. CT | 2:00 p. m. CT](#)

Pagar préstamos estudiantiles puede ser una tarea intimidante, ¡pero es posible! Este evento explorará los elementos que puede usar para elaborar un plan de pago de préstamos estudiantiles, incluyendo evaluar sus opciones de pago, negociar con prestamistas y ajustar su presupuesto para ayudar a hacer pagos de manera oportuna. También analizaremos opciones como consolidación de préstamos, refinanciamiento y cómo presentar solicitudes a programas de condonación de préstamos.

### Información de MSA

25 de Sep. Inscríbase aquí: [11:00 a. m. CT | 2:00 p. m. CT](#)

¡Domine su dinero con MSA Insights! Participe en este evento para adelantarse a las tendencias del mercado, aprender de nuestros expertos asesores financieros y adoptar estrategias que le ayuden a potenciar su bienestar financiero y su tranquilidad general. ¿Está listo para construir el futuro financiero que siempre ha querido?

Fuentes: StopBullying.gov, American Psychological Association, Anxiety and Depression Association of America, National Alliance on Mental Illness, American Foundation for Suicide Prevention, NationalToday.com.

B-MN0925S (7/25) ©2025 Magellan Health, Inc.