

GUÍA PARA LA SUPERVIVENCIA FAMILIAR

CÓMO RECOBRAR LA SALUD MENTAL JUNTOS

**HERRAMIENTAS
PARA Y POR LAS
FAMILIAS**

Una colaboración conjunta entre:

**El Instituto Familiar para la Educación, Práctica e
Investigación**

Recursos de Salud Mental

**La Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado
de Nueva York
(NAMI-NYS, por sus siglas en inglés)**

La Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

5 de enero del 2010

Aprobaciones:

“Esta Guía para Familias es una herramienta importante...para ayudar a las familias a darles el cuidado y tratamiento más completo posible. Apruebo esta Guía para Familias completamente como una herramienta importante para la salud mental y el bienestar de las personas de Nueva York.”

**Dr. Michael F. Hogan, Comisionado de la Oficina de Salud Mental
del Estado de Nueva York**

“Esta Guía ayuda a los pacientes, familias y demás personas interesadas en desmitificar este tema complejo y en ofrecer un amplio repertorio de ayuda... es una herramienta de valor incalculable... Estoy seguro de que se considerará una ayuda excepcional para que la exposición a este gran estrés por trastornos psiquiátricos sea más llevadero.

Dr. Herbert Pardes, Presidente y Director Ejecutivo de la Iglesia Prebisteriana de Nueva York

“Esta Guía es un documento verdaderamente bien escrito con el potencial de ayudar a muchas, muchas familias e individuos a navegar el sistema de salud mental.”

**John B. Allen, Asistente Especial del Comisionado de la Oficina de Salud Mental
del Estado de Nueva York**

GUÍA PARA LA SUPERVIVENCIA FAMILIAR
Cómo Recobrar La Salud Mental Juntos

Guía Para La Supervivencia Familiar:
Cómo Recobrar La Salud Mental Juntos

Herramientas para y por las familias

Una colaboración conjunta entre:
El Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación
Recursos de Salud Mental
La Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York
(NAMI-NYS)
La Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

Índice

ACERCA DE ESTA GUÍA

 INTRODUCCIÓN

 LA EXPERIENCIA FAMILIAR DE LA ENFERMEDAD MENTAL

ATENCIÓN EN EL HOSPITAL - LO QUE PUEDE ESPERAR

 Confidencialidad - Cómo conseguir consentimiento

 Participación sin consentimiento

 Equipo de tratamiento

 Miembros de la familia uniéndose al equipo de tratamiento

 Funciones y responsabilidades: Logrando los objetivos del plan de tratamiento

 Plan de tratamiento

 Cuestiones culturales y apoyo

 Cómo conseguir expedientes del hospital

 Qué hacer si no está satisfecho con el cuidado de su ser querido

PAGARLO TODO

Introducción al Seguro Social por Incapacidad y al Seguro de Ingreso Suplementario

Ingresos

Programa de Pago por el Estado (Medicaid Buy-in, en inglés) para Trabajadores Incapacitados ...

Cómo conseguir cupones de comida

Cómo conseguir una tarjeta de transporte de tarifa reducida

PLANIFICACIÓN DEL ALTA HOSPITALARIA: ENCRUCIJADAS IMPORTANTES

Tratamiento asistido para pacientes externos (AOT, por sus siglas en inglés)

Planificar para una emergencia (Planes para casos de crisis, WRAP y Voluntades Anticipadas) ...

Contrato de familia

Vivienda

Solicitud para programas de vivienda en el Estado y la Ciudad de Nueva York

Tipos de vivienda

CÓMO RECUPERARSE Y MANTENERSE BIEN

Rehabilitación

Vivir con un ser querido fuera del hospital

Seguir con los medicamentos

Que no se le olvide la salud física

Programas de educación y apoyo

Rehabilitación cognitiva

Enfoque para abordar la enfermedad mental basado en la nutrición:
Medicina complementaria y alternativa (CAM, por sus siglas en inglés)

Empleo

Auto-suficiencia y el Movimiento entre Personas Afines

Recuperación

HERRAMIENTAS QUE PUEDE USAR

Lista de Información del hospital

Hojas para Documentar Eventos Pertinentes

Muestra de un formulario: Contrato de familia

RECURSOS

APÉNDICE, PROGRAMA DE PAGO POR EL ESTADO (MEDICAID BUY-IN)

CONTRIBUIDORES

Página dejada en blanco intencionalmente

Acerca de esta guía

La Guía para la Supervivencia Familiar es una colección de información práctica y útil a la cual contribuyeron más de 65 cuidadores de familias de la Ciudad y el Estado de Nueva York quienes han aprendido de la experiencia de navegar el sistema público de salud mental del Estado de Nueva York. Creado para que lo usen las familias cuando un ser querido inicialmente es diagnosticado, internado al hospital y después de ser dado de alta. El objetivo de esta guía es proporcionar información y recursos mientras que orienta a los usuarios con consejos informativos diseñados para permitirles:

- Acceder a materiales educativos; *
- Construir una red de apoyo;
- Abogar por su ser querido;
- Colaborar significativamente con el equipo de cuidado de su ser querido;
- Participar en el desarrollo de un plan significativo del alta y de un tratamiento orientado hacia la recuperación;
- Informarse acerca de la gama de servicios que su ser querido podría necesitar, *
- Permitirles solicitar y acceder a estos servicios ellos mismos conforme sea necesario*

Junto con los folletos adjuntos, *¡Cuando las familias se unen al equipo de cuidado de salud mental todos se benefician!*, y la *Guía para Entender la Ley de Contratación y Responsabilidad en los Seguros de Salud (HIPAA, por sus siglas en inglés)*, la *Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York* y la *Confidencialidad e Información de Tratamiento de Salud Mental en el Estado de Nueva York*, esta guía le proporcionará las herramientas necesarias para ayudarlo a entender mejor los muchos aspectos del sistema de salud mental para que usted pueda apoyar a su ser querido de manera eficaz mientras que él o ella navega el sistema de salud mental. Si él o ella está pasando por un “primer indicio” (p.ej., el primer episodio de psicosis o primera internación al hospital psiquiátrico) o una recaída, este material le darán información sobre las leyes, normas, pautas profesionales y recursos para que su participación en la recuperación de su ser querido sea dinámica y eficaz. Debido a que esta guía se enfoca en un esfuerzo cooperativo hacia la recuperación, recomendamos que lo comparta todo o en parte con su miembro de familia al igual que con los proveedores que están cuidando de su ser querido.

¿Cómo funciona?

La Guía para la Supervivencia Familiar está organizada en dos secciones. La Primera Parte destaca información a la que tal vez tenga que acceder rápidamente: Cómo conseguir el consentimiento de su ser querido para que usted pueda recibir información sobre su tratamiento, o cómo solicitar ingresos suplementarios o beneficios del seguro. La Segunda Parte incluye recursos y listas de lectura al igual que herramientas, tales como la Lista de Información del Hospital y las Hojas para Documentar Eventos Pertinentes, para ayudarlo a llevar un registro de la información importante y a guardar y organizar documentos en un lugar fácil de localizar. La Segunda Parte también incluye una lista de recursos. Le recomendamos que haga uso de la Guía durante todas las reuniones y llamadas telefónicas con los profesionales de salud mental y que

use el folleto y la guía adjuntos como base para cuando necesite interceder por su ser querido.

La Guía usa los logotipos a continuación para facilitar la búsqueda de la información que necesite:

R El logotipo de Recursos indica donde puede encontrar más información acerca de un tema en particular, tal como información de contacto, enlaces o páginas en la Internet. Esta información se encuentra en la sección de “Recursos” al final de la Guía. Las páginas de Recursos empiezan en la página 37.

[toolbox logo] El logotipo de la caja de herramientas le avisa al usuario que la hoja de trabajo mencionada en el texto se encuentra en la sección titulada “Herramientas que puede usar” al final de la guía. Estas herramientas incluyen:

- **La lista de información del hospital:** esta es una hoja de datos que usted puede usar para guardar toda la información relacionada con su ser querido y con su tratamiento. Es de suma importancia que usted tenga esta información a la mano cuando su ser querido esté hospitalizado. La Lista le ofrece un espacio en el cual usted puede anotar información incluyendo la información de contacto de su ser querido, los nombres e información de contacto de los profesionales de salud mental quienes han cuidado de él/ella, diagnósticos, estado de beneficios sociales, metas del tratamiento, lista de medicamentos y planificación del alta. Esta Lista se encuentra al final de la Guía en la sección titulada “Herramientas que puede usar,” que le dará la información que usted necesita para representar a su ser querido de manera inteligente y eficaz y para asegurar que el hospital tenga toda la información importante que requiere para brindarle un cuidado de calidad.*
- **Hojas para Documentar Eventos Pertinentes:** Estos formularios tienen la función de sus “papeles de trabajo” donde usted puede hacer una lista cronológica de las personas con quien usted habla acerca del cuidado de su ser querido, anotando lo que se dijo y las resoluciones que se tomaron, tanto fuera como dentro del ambiente hospitalario. Estas hojas se encuentran al final de la Guía en la sección titulada “Herramientas que puede usar,” y le ayudarán a llevar un registro de la información que podría ser difícil de recordar o reunir más adelante. La información documentada en estas hojas pueden formar la base de conversaciones futuras, informar las decisiones tomadas por equipos de tratamiento en el futuro y servir de registro si en algún momento tiene que presentar una queja. Si necesita ayuda para completar estos formularios, le recomendamos que se lo pida a la trabajadora social o administrador de casos del hospital.

El folleto y la guía adjuntos se encuentran en la solapa interior y también están disponibles en las páginas en la Internet de la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York y la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York:

No es posible defender sus derechos si los desconoce. El material a continuación, que se encuentra en la solapa interior de la Guía, no sólo le informa sobre sus derechos, sino que también pueden ser herramientas importantes cuando interceda por su ser querido:

- *¡Cuando las familias se unen al equipo de cuidado de salud mental todos se benefician!*
- *Guía para Entender la Ley de Contratación y Responsabilidad en los Seguros de Salud (HIPAA), la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York y la Confidencialidad e Información del Tratamiento de Salud Mental en el Estado de Nueva York*

Introducción:
Sus seres queridos en el hospital.
¿Ahora qué?

El descubrir que su ser querido tiene una enfermedad mental puede ser la experiencia más difícil de su vida. Pocas familias están preparadas o equipadas para enfrentar la responsabilidad traumática y exigente que de repente se les impone. Usted se encuentra en un mundo desconocido sin brújula para guiarlo. Sin embargo, usted debe convertirse en una fuente de apoyo mientras que busca información, localiza servicios, navega el sistema de salud mental y enfrenta las consecuencias emocionales, sociales y económicas de una enfermedad mental que afecta a todas las personas involucradas. ¿Cómo lo sobrellevará?

Estas son las buenas noticias. Nunca antes hemos sabido tanto sobre las enfermedades mentales y cómo posibilitar que las personas viviendo con estas enfermedades vivan, trabajen, aprendan y participen plenamente en la comunidad. Investigaciones a largo plazo constantemente demuestran que más de la mitad de las personas diagnosticadas con enfermedades mentales serias consiguen recuperarse completamente o en gran parte. El nuevo campo de la neurociencia está comprobando que el cerebro puede regenerarse a un nivel más alto de lo que antes se creía que era posible. Avances importantes en las investigaciones están proporcionando una amplia gama de medicamentos y tratamientos psicosociales que ofrecen herramientas para la auto-ayuda y ayuda entre personas afines. Mientras tanto, el sistema de salud mental está empezando a aceptar la realidad que recuperarse es posible, especialmente con el apoyo de personas afines, la familia y comunidad. Por primera vez, el bienestar óptimo, no sólo la ausencia o reducción de síntomas, es el objetivo del tratamiento de las enfermedades mentales.

A pesar de los avances logrados en los últimos años, aún hay retos. Aunque las investigaciones y la experiencia cotidiana han demostrado que el recuperarse se logra de mejor manera cuando los profesionales de tratamiento, la familia y el paciente trabajan juntos, mucha de la información que necesitan los consumidores y las familias aún no está a su alcance. Esto significa que las familias no sólo tienen que aprender qué información necesitan, sino que también tienen que esforzarse para conseguirla y entender cómo usarla.

Las familias exitosas aprenden como abogar, lo cual significa “defender la causa” “argumentar, defender, recomendar.” Para poder luchar por lo que su ser querido se merece, usted debe estar bien informado. Usted debe conocer las leyes que gobiernan los derechos de su ser querido y los de usted también y usted debe ser persistente y vigilante para asegurar que los centros cumplan con ellos. Hasta cierto punto, los servicios que usted reciba serán los que exija y por los que luche.

En estos tiempos de dificultades económicas, las familias tienen que llenar el vacío dejado por la reducción de servicios. Las familias deben ser fuertes y auto-suficientes - tenemos que ayudarnos a nosotros mismos y a nuestros seres queridos ahora más que nunca.

Reconocemos que estamos mencionando muchas ideas y posiblemente términos que usted desconoce, todo a la vez. Los primerizos tal vez quieran enfocarse

inicialmente en las secciones tituladas *Atención en el hospital/Pagarlo todo/Planificación del alta* que se encuentran al inicio de la Guía. Nuestro objetivo, sin embargo, es darle un recurso de consulta para permitirle familiarizarse con toda la gama de lo que pueda enfrentar. Existe una gran cantidad de ayuda para usted dentro del sistema de salud mental, pero usted es quien tiene que buscarla y usarla. Esta Guía puede capacitarlo para hacer preguntas informadas, llevar un registro del progreso de los profesionales, contar con las herramientas para asumir el cargo cuando sea necesario y hasta llevar la delantera por diez pasos. Esperamos que con este recurso de consulta, esta Guía, usted recibirá respuestas a sus preguntas de forma en que otras familias no recibieron en tiempos pasados.

AVISO: Usamos el término “ser querido,” “consumidor,” “paciente” y “personas afines” de manera intercambiable.

LA EXPERIENCIA FAMILIAR DE LA ENFERMEDAD MENTAL

Cuando sobreviene una enfermedad mental, es un asunto de familia. Sin importar quien padezca los síntomas, el acontecimiento es catastrófico y afecta a todos los miembros de la familia. Por eso, toda la familia tiene que participar. El familiar enfermo tiene que estar apoyado y estabilizado. Los miembros de la familia sanos necesitan sentirse seguros de que no tienen la culpa de las circunstancias en las que se encuentra su ser querido y que la situación no está sin esperanzas.

La mayor parte del tiempo, cuando un ser querido ha sido internado en el hospital, él o ella padece de síntomas y podría presentar un comportamiento que lo vuelva irreconocible - aún para los familiares que lo conocen de toda la vida. El educarse sobre la naturaleza de la enfermedad mental le permitirá conocer la lucha de su ser querido y entender que su enfermedad no es su identidad.

Una enfermedad mental puede robarle a su ser querido de sus virtudes, su capacidad de enfrentar problemas y sus habilidades cognitivas - éstas son las habilidades mentales básicas que usamos para pensar y aprender. De hecho, dependiendo de su diagnóstico, su ser querido tal vez no se dé cuenta de que está enfermo, demostrando un síntoma común llamado *Anosognosia* o “falta de conciencia.”

FALTA DE CONCIENCIA: NO ME PASA NADA

Puede que su ser querido no se dé cuenta de que está enfermo. En cambio, hasta podría creer que sus delirios y alucinaciones son reales. El término usado por los neurólogos es “anosognosia,” el cual viene de la palabra griega para enfermedad (nosos) y conocimiento (gnosis), que literalmente significa “no conocer una enfermedad.”

Esto es lo que sabemos acerca de anosognosia:

- No es una incapacidad de aceptar la realidad, sino un síntoma de la enfermedad.
- Es causado por daño a ciertas partes del cerebro, lo más probable al lóbulo frontal y partes del lóbulo parietal.

- Afecta a aproximadamente un 50 por ciento de individuos con esquizofrenia y a un 40 por ciento de individuos con trastorno bipolar.
- Los individuos pueden estar parcialmente conscientes o puede variar - estando más conscientes cuando están en remisión y menos conscientes cuando sufren una recaída.
- Es la razón más grande por la cual las personas con esquizofrenia y trastornos bipolares no toman sus medicamentos.
- Los medicamentos pueden mejorar la conciencia en algunos pacientes.

Una falta de conciencia severa es parte del trastorno. El psicólogo Xavier Amador, quien ha estudiado este fenómeno, aconseja “exteriorizar la enfermedad al Escuchar, Empatizar, Estar de acuerdo y buscar Acompañar (el método LEAP, por sus siglas en inglés). LEAP es una forma de conectar y salir de la batalla... para encontrar un punto medio y así permitir que la persona enferma encuentre sus propias razones para ser adepto. No se puede usar la lógica y esperar entendimiento cuando se trata de personas delirantes - la disfunción del cerebro es el enemigo, no el paciente.

CONSEGUIR APOYO:

OTRAS FAMILIAS SON LA MEJOR FUENTE DE APOYO

Algunas personas tienen un episodio de enfermedad mental y después siguen con sus vidas con poca o ninguna incapacidad. Para otras, estos trastornos del cerebro pueden ser enfermedades de toda la vida, con un nivel de incapacidad que varea entre moderada a severa.

El proceso y el resultado de la enfermedad mental puede causar que los miembros de familia pasen por un ciclo de sentimientos de esperanza y desesperación. Aunque es parte normal de proceso de recuperación de la familia, los cambios de sentimientos pueden ser extremos, dolorosos y confusos.

Una de las fuentes más útiles de apoyo para las familias es... ¡otras familias! Las familias pueden pasar por una o más de las siguientes dificultades al enfrentar una enfermedad mental en la familia: económica, interpersonal, matrimonial, social, emocional, física y/o espiritual. El compartir experiencias y sentimientos en grupos de apoyo de familias puede reducir la tensión y ayudar a identificar soluciones que han sido útiles para otras personas con experiencias similares.

¡Y no espere! Cuidadores con experiencia dicen que el unirse a un buen grupo de apoyo lo más pronto posible es de suma importancia. Con el tiempo, usted debe aprender a crear un vida equilibrada para usted y para los otros miembros sanos de la familia, aun mientras cuida del familiar que está enfermo.

El programa único de NAMI, **Familia-a-Familia**, es un curso gratuito de doce semanas ofrecido por los afiliados o delegaciones de NAMI por todo el país. Llame a NAMI del Estado de Nueva York al (518) 462-2000 o 800-950-3228 para localizar el más cerca de usted.

GRUPOS DE APOYO

Este es el momento de unirse a un grupo de apoyo.

Esto es lo que pueden ofrecer:

- Apoyo emocional

- Un descanso del aislamiento
- Un escape de la gama de dificultades emocionales mencionadas anteriormente.
- Una guía de información
- Una oportunidad de intercambiar opiniones sobre los servicios locales*
- La habilidad de basarse en las experiencias de los demás*
- La oportunidad de progresar por las “Etapas del duelo” incluyendo negación, ira, negociación y aceptación.

ATENCIÓN EN EL HOSPITAL

En el caso de un aterrizaje forzoso de avión, a los pasajeros adultos se les instruye primero ponerse las máscara de oxígeno en sus propias caras y luego ayudarles a sus hijos con las de ellos. De igual manera, cuando ocurre una enfermedad mental, las familias estarán en mejor condición de ayudar al familiar enfermo si se aseguran de cuidarse a sí mismos y a los otros miembros de la familia.

El diccionario define la rehabilitación de la siguiente manera: “Volver a un estado de salud física y mental a través de tratamiento y capacitación.” Para las familias, la rehabilitación se trata de conseguir información y educación, progresando por los sentimientos y logrando la aceptación, mientras que aprenden maneras de ayudar a que los miembros de la familia rehagan sus vidas.

La rehabilitación es un proceso que empieza en el hospital y continua después de que su ser querido es dado de alta. Un programa de rehabilitación incluye muchas partes (véase la sección titulada “Rehabilitación” en la página 17). Algunas eventos que deben ocurrir mientras que su ser querido está internado en el hospital e inmediatamente después de que sea dado de alta son:

1. El paciente y su familia deben recibir educación oportuna acerca de la enfermedad y de la importancia de tomar los medicamentos.
2. La familia debe participar inmediatamente con el Equipo de Tratamiento del paciente, conforme lo autorice el paciente.
3. El paciente y los miembros de familia que correspondan, deben asistir a programas y reuniones después del alta para: seguir de cerca la enfermedad del paciente, estar pendientes de los primeros indicios de una recaída y conseguir apoyo e información.

La medida en la que usted participe en el tratamiento de su ser querido podría afectar el rumbo de su enfermedad. Uno de los objetivos principales de esta sección es mostrarle los derechos con los que debe contar y cómo conseguir lo que usted se merece.

CONFIDENCIALIDAD - CÓMO CONSEGUIR CONSENTIMIENTO

Por lo general, un paciente adulto en pleno uso de sus facultades debe autorizar al hospital antes de que un miembro de la familia reciba información acerca del caso del paciente. La Ley de Contratación y Responsabilidad en los Seguros de Salud (HIPAA) y la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York, las cuales protegen la confidencialidad de la información del paciente, infelizmente son malinterpretadas y mal usadas para crear una barrera artificial impidiendo que la familia participe en el tratamiento de un ser querido.

Según HIPAA, las personas tienen derecho a “estar de acuerdo con o a oponerse a” divulgaciones a los miembros de familia o a personas involucradas en su

cuidado. De igual manera, la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York declara que se debe conseguir el “consentimiento” del paciente antes de que se puedan hacer divulgaciones a los miembros de familia, pero no se especifica la forma concreta que debe tomar el “consentimiento.” Por lo tanto, generalmente un paciente adulto debe dar permiso antes de que las familias puedan recibir información acerca de ellos y siempre se debe documentar el hecho de que este permiso se haya conseguido.

LA INFORMACIÓN QUE NECESITAN LAS FAMILIAS

- Mientras que su ser querido está internado en el hospital, asegúrese de conseguir la siguiente información:
- ¿Cuál es el diagnóstico psiquiátrico del paciente (por ejemplo, esquizofrenia), y qué significa?
- ¿Cuál es el plan de tratamiento del paciente para la incapacidad psiquiátrica?
- ¿Cuáles son algunas ideas y estrategias para prevenir una recaída?
- ¿Cómo se pueden identificar los síntomas?
- ¿Qué recursos y apoyo están disponibles?
- ¿Cuáles son algunas causas de estrés personal y cómo se pueden sobrellevar?
- ¿Cuál es el proceso de recuperación de la familia?
- ¿Qué grupos de familia/auto-ayuda del paciente/apoyo están disponibles?
- ¿Cuáles son los asuntos legales de los cuales se debe estar consciente, p.ej. derechos del paciente, leyes de fideicomisos e internación involuntaria?

Anote los detalles en la Lista de Información del Hospital en las páginas 25-34 y en el Hojas para Documentar Eventos Pertinentes (pág. 35)

PRIMERO LO PRIMERO - INTENTE CONSEGUIR EL CONSENTIMIENTO

Las reglas de confidencialidad reflejan el hecho de que la información de salud y de salud mental es delicada. Estas reglas están diseñadas para proteger la privacidad de la persona a quien le pertenece la información. Por lo general, pacientes adultos en pleno uso de sus facultades (de 18 años o mayores) tienen el derecho a escoger con quien compartir su información médica.

Para poder permitir que el hospital comparta información confidencial con los miembros de la familia, su ser querido debe firmar un "formulario de consentimiento." Aunque el consentimiento se puede hacer verbalmente (y se debe documentar en su expediente médico), si algo no está por escrito es más difícil comprobar que existe. El tener un formulario de consentimiento firmado a la mano aumentará su capacidad de participar plenamente en los aspectos confidenciales del tratamiento y la planificación del alta de su ser querido.

En la solapa interior encontrará el folleto titulado *Guía para Entender la Ley de Contratación y Responsabilidad en los Seguros de Salud (HIPAA), la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York y la Confidencialidad e Información del Tratamiento de Salud Mental en el Estado de Nueva York* que también está disponible en la página de la Internet de la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York. Por primera vez, esta guía trata de los muchos asuntos sobre cuándo y cómo la familia puede trabajar con el equipo de salud mental, con o sin el consentimiento del paciente. En términos sencillos, con muchos ejemplos pertinentes para los consumidores, familiares y proveedores, esta es una exploración completa que incluye temas tales como:

- ¿Cuál es la diferencia entre la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York y HIPAA?
- ¿Cuáles son las reglas que determinan la divulgación de expedientes clínicos?
- ¿Cómo puede la familia aportar información importante aun sin el consentimiento del paciente?
- ¿Por qué es la confidencialidad un principio importante en el cuidado médico; qué es el Juramento Hipocrático?

Una guía completa sobre la Confidencialidad e Información del Tratamiento de Salud Mental se encuentra en la solapa interior:

- *Guía para Entender la Ley de Contratación y Responsabilidad en los Seguros de Salud (HIPAA), la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York y la Confidencialidad e Información del Tratamiento de Salud Mental en el Estado de Nueva York*

PARTICIPACIÓN SIN CONSENTIMIENTO

Si el paciente no le da su consentimiento a un miembro de la familia voluntariamente, esto es lo que usted necesita saber:

1. La información general (tal como material informativo sobre la salud mental o información sobre recursos en la comunidad) **no es** confidencial y puede ser de muchísima ayuda para los miembros de la familia.
2. El personal puede hablar de una variedad de temas de manera general, con tal de que no revelen información específica sobre el paciente. Tales temas pueden incluir: programas disponibles que ofrece el hospital o información general de procedimiento, por ejemplo cómo se pueden conseguir privilegios.

EQUIPO DE TRATAMIENTO

El término “equipo de tratamiento” normalmente se refiere a los empleados de un centro quienes están encargados del cuidado directo de un paciente (médicos, administradores de casos, enfermeras psiquiátricas, etc.). A veces, el equipo de tratamiento puede ampliarse para incluir especialistas externos tales como proveedores de rehabilitación profesional. Sin embargo, el paciente normalmente debe autorizar dicha presencia en el equipo y el acceso a su información confidencial de tratamiento.

MIEMBROS DE LA FAMILIA UNIÉNDOSE AL EQUIPO DE TRATAMIENTO

A menudo se requiere de los miembros de la familia para desempeñar un papel importante en el apoyo del familiar enfermo. Puede que los miembros de familia lo conozcan muy bien, lo que es de gran valor para el equipo de tratamiento, y aporten información como el historial médico de la familia, los antecedentes de la enfermedad de un ser querido, los puntos fuertes y débiles del paciente en la actualidad, a qué nivel se desempeñaba antes del comienzo de su enfermedad y/o información sobre el uso/abuso de alcohol o sustancias ilegales de su ser querido. Son un recurso importante. La participación y la colaboración de la familia con el equipo de tratamiento se debe fomentar y apoyar cuando sea apropiado.

CONSEJO: Aunque el equipo profesional tal vez no pueda hablar con usted si su ser querido se negó a firmar el formulario de consentimiento, no hay motivo para no escuchar lo que usted diga, en persona o por teléfono, fax o correo electrónico (por favor tenga en cuenta que algunos centros podrían requerir que las comunicaciones que incluyen información identificando al paciente se hagan de manera segura para proteger la privacidad del paciente). Asimismo, el personal podría compartir la información proporcionada por la familia a los pacientes, como mensajes de apoyo, a menos que el médico no lo permita.

Por desgracia, puede que algunos centros no fomenten la participación de la familia con el equipo de tratamiento, aun cuando organizaciones como la Asociación Psiquiátrica Americana reconocen en sus directrices los beneficios considerables del tratamiento al hacerlo: “Un principio rector es que los miembros de la familia del paciente deben participar e involucrarse en un proceso de tratamiento colaborativo en la mayor medida posible.” (Asociación Psiquiátrica Americana, Directrices Clínicas para el Tratamiento de Pacientes con Esquizofrenia, segunda Ed., 2004, páginas 70, 106).

Además, respecto a los centros administrados por la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York, la Sección 29.13 de la Ley de Higiene Mental requiere el desarrollo por escrito de un plan de tratamiento. El plan de tratamiento plantea los objetivos del tratamiento, qué programas o terapias se emprenderán para lograr estos objetivos y un marco de tiempo para evaluar el progreso. Conforme a esta ley, los padres de menores de edad en centros administrados por la Oficina de Salud Mental deben participar en el desarrollo de un plan de tratamiento, (a menos que el menor sea mayor de 16 años de edad y se oponga a dicha participación y un especialista clínico determine que involucrarlos no sería clínicamente apropiado). Si un paciente adulto en un centro administrado por la Oficina de Salud Mental pide que un miembro de la familia participe en el desarrollo de su plan de tratamiento, esa persona debe ser incluida en su desarrollo.

Otras organizaciones de acreditación, como la Comisión Conjunta, han declarado que “pacientes y, cuando sea apropiado, sus familias [deben ser] informados acerca de los resultados del cuidado, tratamiento y servicios.” (La Comisión Conjunta, Manual Completo para la Acreditación de Hospitales (CAMH), 2006, §RI.2.90, segunda Ed., 2004).

CONSEJOS PARA TRABAJAR CON LOS MIEMBROS DEL EQUIPO DE TRATAMIENTO

- Comportarse de manera profesional - ser calmado, cortés y persistente.
- Respetar el tiempo de los demás - estar preparado para las reuniones y no llegar tarde.
- Preparar para la reuniones al anotar los puntos que usted quiere discutir (para entregar en la reunión conforme sea necesario). Ser conciso pero detallado en sus comunicaciones.
- Anotar información en la Lista de Información del Hospital y en las Hojas para Documentar Eventos Pertinentes (páginas 25-35) [toolbox logo]

Todos estos recursos, al igual que otros más, están incluidos en el folleto titulado, *¡Cuando las familias se unen al equipo de cuidado de salud mental todos se benefician!* (Véase la solapa interior). ¡Recomendamos que se familiarice con la información en este folleto y que no dude en compartirla con los proveedores de cuidado de su ser querido!

FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES: LOGRANDO LOS OBJETIVOS DEL PLAN DE TRATAMIENTO

Las aportaciones de los profesionales de salud mental, miembros de la familia y el paciente con las que se deben contar conforme se van uniendo para desarrollar y lograr los objetivos de un plan de tratamiento son las siguientes:

Profesionales de Salud Mental (lo siguiente presupone que se ha conseguido cualquier consentimiento necesario)

1. Animar e incluir a las familias en la planificación del alta y del tratamiento.

2. Solicitar información de las familias acerca del historial, antecedentes y el progreso a diario de la enfermedad de su familiar.
3. Informar a las familias acerca de cambios en las estrategias del tratamiento y de cambios en cuanto a los medicamentos.
4. Presentar informes oportunos acerca del progreso del paciente.
5. Consultar con e informar a las familias acerca de las posibilidades de mejorar la condición de su familiar.
6. Establecer vías abiertas para quejas y reclamaciones de la familia.
7. Convalidar los primeros indicios de una recaída mencionados por la familia.
8. Permanecer en contacto cercano durante momentos de crisis para ofrecer consejos y ayuda concretos.

Miembros de la familia

1. Darle al equipo de tratamiento detalles, de preferencia por escrito, de los antecedentes de la enfermedad de su ser querido (p.ej. cómo empezó, las señales de alerta y el historial familiar de enfermedad mental y/o adicción). Manténgalo al día y esté listo para darle copias a cualquier profesional nuevo que pueda participar.
2. Cooperar con los profesionales de salud mental.
3. Estar al día con la Lista de Información del hospital y las Hojas para Documentar Eventos Pertinentes [toolbox logo]
4. Llevar un diario.
5. Educarse acerca de la enfermedad mental.
6. Familiarizarse con las leyes y directrices profesionales relacionadas con las prácticas de salud mental y la participación de la familia (véase el folleto en la solapa interior titulado, *¡Cuando las familias se unen al equipo de cuidado de salud mental todos se benefician!* y *Guía para Entender la Ley de Contratación y Responsabilidad en los Seguros de Salud (HIPAA), la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York y la Confidencialidad e Información del Tratamiento de Salud Mental en el Estado de Nueva Cork*).
7. Infórmese acerca de la enfermedad mental y el sistema de salud mental para que sepa qué pedir y cómo pedirlo.
8. Apoye y defienda a su ser querido.

Pacientes

Los pacientes tienen una responsabilidad personal de cuidarse a sí mismos y de su camino hacia la recuperación. El tomar pasos para lograr sus objetivos requiere de gran valentía. Los pacientes deben luchar por comprender y darle sentido a sus experiencias al igual que identificar las estrategias para sobrellevar su situación y los procesos de sanación para fomentar su propio bienestar. Su deber es controlar sus síntomas, si no sus síntomas los controlará a ellos.

El Plan de Tratamiento

El Plan de Tratamiento plantea los objetivos del tratamiento junto con programas y/o terapias que le permitirán al paciente lograr sus objetivos. Además de un marco de tiempo para poder documentar el progreso, el plan de tratamiento debe tocar por lo menos los siguientes seis elementos:

1. La función de la familia y del personal profesional
2. Información pertinente relacionada a las enfermedades mentales
3. Los programas y servicios del centro, al igual que otros ofrecidos localmente por el estado
4. Los nombres y números de teléfono del personal y administradores importantes
5. Los nombres de abogados de Servicios Legales de Higiene Mental
6. Números de líneas directas y los horarios regulares cuando las familias pueden llamar o reunirse con ciertos miembros del personal

Lo más probable es que le llamen después de que su ser querido sea dado de alta para que usted aporte algún tipo de ayuda como darle donde vivir o transporte. Se le debe consultar primero. **Si usted no puede aportar un servicio y el paciente es adulto en pleno uso de sus facultades, usted no está obligado a hacerlo - usted puede negarse por cualquier razón. Esto incluye el derecho a no volver a aceptar al ser querido en su hogar.**

CUESTIONES CULTURALES Y APOYO

Durante su colaboración con el equipo de tratamiento, usted debe asegurarse de que el plan de tratamiento sea realista, eficaz y que vaya de acuerdo con los objetivos de su ser querido. Un factor que a menudo se les pasa por alto tanto a la familia como a los profesionales de salud mental es la función que la cultura desempeña en la experiencia familiar de la enfermedad mental.

Cuando hablamos de cultura, nos referimos a un conjunto de creencias, comportamientos, normas, valores e idioma compartido por personas agrupadas por vínculos comunes basados en la raza, origen étnico, fe, género, edad, orientación sexual, etc. Debido a que la cultura afecta como la gente convive unos con otros, es importante reconocer que la cultura de una persona determina la forma en que dicha persona percibe y vive una enfermedad mental. La cultura de una familia podría influir en el momento de buscar ayuda o si es se busca, el tipo de ayuda que buscan, la forma en que manejan su situación y el apoyo que tienen, y los tratamientos que podrían funcionar. Los profesionales de salud mental no sólo se ven afectados por su propia cultura personal sino también por la cultura del campo médico, el cual depende mucho en la ciencia y en la comunicación abierta para el diagnóstico.

Cuando la cultura del proveedor es distinta a la del paciente y/o familia (especialmente si existe una barrera del idioma), la falta de conocimiento de la cultura del paciente/familia puede causar obstáculos para un tratamiento eficaz, incluyendo malos entendidos que pueden resultar en un diagnóstico equivocado. Aunque la mayoría de proveedores desean trabajar sensata y eficazmente dentro de varios contextos culturales, podría ser más fácil que usted encuentre información escrita en idiomas que no sean inglés que encontrar profesionales expertos en proveer un tratamiento sensato y pertinente en lo que a la cultura se refiere.

Además, después de que a un paciente se le da de alta, para algunas familias es difícil encontrar grupos de apoyo en los que se sientan cómodos. Miembros de familias nos informaron haber pasado por los siguientes problemas al tratar de integrarse en grupos de apoyo convencionales:

- Falta de esfuerzos agresivos e innovadores para llegar a familias fuera de la cultura dominante.
- La estructura y los estilos de liderazgo no siempre reflejan los estilos preferidos por diferentes culturas.*
- El liderazgo y los miembros de grupos de apoyo no siempre se sienten cómodos al tocar asuntos de diversidad o simplemente no cuentan con el entendimiento o la información necesaria.
- Las actividades sociales patrocinadas por los grupos a veces son desconocidas, poco interesantes o incómodas.
- Los programas a veces tienen lugar en ambientes afuera de las comunidades del barrio o en lugares donde las personas no se sienten cómodas.
- La falta de personas de la misma cultura puede hacer que las familias se sientan aisladas, apartadas e incómodas.

Para poder recibir el tratamiento apropiado y encontrar un modelo de apoyo para su ser querido y miembro de familia que vaya de acuerdo con su estilo cultural y sus virtudes, usted tiene que estar preparado para tomar la iniciativa, ampliar su propio conocimiento, hacer contactos y educar a los demás sobre su cultura.

Diferencias culturales para tomar en cuenta:

- Estilos de comunicación y presentación
- Expresión verbal: ¿abierta, auto-relevante o cerrada?
- Contacto visual
- Distancia en el espacio personal
- Resolución de problemas y la toma de decisiones
- Expectativas y responsabilidades basadas en la función familiar o en el género de la persona
- Creencias y prácticas religiosas o espirituales

¿Qué funciona?

- A. Encontrar un programa convencional que ya existe.
- B. Considerar un enfoque de “red familiar.” En lugar de formar un grupo de individuos sin relación alguna, esta estrategia se basa en una red grande de familia que comparte vínculos de parentesco o afiliación a instituciones claves en la comunidad tales como una iglesia o un centro comunitario de buena reputación en el barrio. Un enfoque de red familiar tiene como ventaja la resolución de problemas y conflictos de forma colectiva lo cual es común en muchas culturas.
- C. Unirse a o crear un grupo psicoeducativo de una cultura o identidad étnica específica donde todos los miembros son del mismo grupo cultural.

[R logo] Véase “ASUNTOS CULTURALES Y APOYO” en la sección de recursos. (pág.40)

Cómo conseguir expedientes del hospital

Su ser querido tiene el derecho a pedir acceso a sus expedientes del hospital. Si el hospital tiene que cumplir con la ley HIPAA, le dará al paciente un Aviso sobre las Prácticas de Privacidad el cual contiene información acerca de cómo solicitar este acceso. Normalmente, esto se hace al dejar una solicitud por escrito en la ventanilla de "Expedientes" firmada por el paciente antes de que se le dé de alta. Aunque el hospital se reserva el derecho a cobrar una suma razonable por copiar un expediente (a menos que el paciente no tenga los medios para pagar) en la mayoría de veces, se dan sin ningún costo. Es importante tener estos expedientes, debido a que documentan la información usada para tomar decisiones relacionadas al paciente, como base para construir un historial de recuperación.

QUÉ HACER SI NO ESTÁ SATISFECHO CON EL CUIDADO DE SU SER QUERIDO

Encuentre al miembro del personal más adecuado para encargarse de su problema. Si no puede localizar a esa persona por teléfono, escriba una carta y mándela por fax o correo electrónico. Los Servicios Legales de Higiene Mental (MHLS, por sus siglas en inglés) deben estar disponibles para ayudar a pacientes y a sus familias con quejas y normalmente se encuentran en o cerca de las instalaciones de los hospitales administrados por el Estado (tenga en cuenta que MHLS son parte de la Oficina para la Administración del Tribunal y no forman parte de, ni legalmente representan al hospital). Dentro del hospital, el personal o departamentos mencionados a continuación se pueden encargar de quejas: el Director del Hospital, la Oficina de Atención al Paciente, o Gestión de Riesgos (Control de Calidad). El Consejo de Visitantes de un hospital está autorizado a investigar el manejo del hospital y hacer sugerencias. También puede contactar a Atención al Cliente/Información General de la Oficina Salud Mental al 1-800-597-8481 para recibir orientación. Use las Hojas para Documentar Eventos Pertinentes que se encuentran en esta guía para documentar los hechos y fechas relevantes y para apoyar su queja.

[R logo] Véase "QUEJAS" (pág. 38) y "ASUNTOS LEGALES" (pág. 45)

PERSONAS AFINES VINCULADORAS: SERVICIOS COMPLEMENTARIOS PARA APOYAR LA RECUPERACIÓN

Para complementar los servicios de salud mental, existen Personas Afines Especializadas, quienes cuentan con capacitación adicional para desempeñar la función de "Vinculadores." Ellos pueden ayudar con el proceso del alta hospitalaria al igual que a integrarse a la comunidad, enlazarse a recursos, conseguir vivir independientemente, conseguir trabajo remunerado y otros servicios necesarios para completar el camino hacia la recuperación. Los servicios "Vinculadores" actualmente están disponibles en 6 condados (Albany, Ulster, Broome, Queens, Suffolk, y Westchester). Se recomienda contactar a los Vinculadores en las etapas iniciales del proceso para que aporten apoyo en el hospital mientras que el consumidor explora o se acerca al momento cuando le den de alta. Para más información: www.nyaprs.org

Página dejada en blanco intencionalmente

PAGARLO TODO

INTRODUCCIÓN AL SEGURO SOCIAL POR INCAPACIDAD Y A LA SEGURIDAD DE INGRESO SUPLEMENTARIO

Existen dos programas para incapacitados del gobierno de los Estados Unidos dentro de la Administración del Seguro Social que podrían ayudarle. Uno es el Seguro Social por Incapacidad (SSDI, por sus siglas en inglés), un programa de seguro. El otro es Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI, por sus siglas en inglés), un programa basado en ingresos.

Si una enfermedad mental no permite que su familiar trabaje, es indispensable conseguir un ingreso y cobertura médica para la atención hospitalaria. El paciente puede solicitar SSI y/o SSDI al igual que cobertura de Medicaid o Medicare. Esto es lo que necesita saber acerca de estos programas:

- Un persona puede recibir ambos SSDI y SSI.
- Ambos programas tienen el mismo estándar de incapacidad para adultos. Para recibir SSDI, la incapacidad debe ser lo suficientemente grave que no permite que la persona desempeñe ninguna actividad remunerada.
- Una persona que gana más de \$980 por mes - la cifra para el año 2009 - se considera que desempeña una actividad remunerada considerable y no califica.
- Las personas que reciben SSI automáticamente califican para Medicaid en el estado de Nueva York, si la persona recibe por lo menos \$1 en beneficios SSI.
- Las personas que anteriormente recibían SSI aún pueden recibir Medicaid aunque no califiquen.

Una vez se presente una solicitud de beneficios por incapacidad en la oficina de distrito, será enviada a la Agencia de Determinación de Incapacidad (DDS, por sus siglas en inglés) para evaluar la incapacidad.

El proceso puede ser molesto; sin embargo, el esfuerzo es vital tanto a corto como a largo plazo para conseguir cobertura para servicios fundamentales que de otra manera no se podrían pagar. (pág. 36 “Elegibilidad para Beneficios,” pág. 44, “Seguro Médico,” pág. 47 “Servicios Sociales”)

[R logo] Véase “ELIGIBILIDAD PARA BENEFICIOS” (pág 37)

UN INGRESO CONSIDERABLE NO NECESARIAMENTE PERJUDICA SUS BENEFICIOS: PROGRAMA DE PAGO POR EL ESTADO PARA TRABAJADORES INCAPACITADOS (MBI-WPD, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

El programa de *Pago por el Estado* ofrece cobertura de seguro médico de Medicaid a personas incapacitadas quienes trabajan y ganan más de los límites permitidos para Medicaid regular. Su ser querido puede ganar hasta \$55,188 por año sin correr el riesgo de quedarse sin Medicaid. A través de este programa, su ser querido tendrá la oportunidad de volver a la vida laboral y a las ambiciones que tenía antes de enfermarse.

Para calificar para el programa de Pago por el Estado para trabajadores incapacitados, usted debe:

- Ser residente del Estado de Nueva York,*
- Tener por lo menos 16 años de edad (existe cobertura hasta los 65 años de edad);*
- Ppadecer de una incapacidad conforme lo establece la Administración del Seguro Social;*
- Participar en trabajo remunerado de media jornada o jornada completa*
- Tener un ingreso bruto de menos de \$55,188 para una persona, \$73,884 para una pareja incapacitada en el año 2009
- Tener recursos que no sean exentos que no pasen de \$13,800 para una persona, \$20,100 para una pareja incapacitada en el año 2009.

Si usted entrega una solicitud, debe estar preparado para presentar comprobantes de lo siguiente:

- **Incapacidad** (si usted actualmente está recibiendo un tipo de beneficio del Seguro Social para incapacitados, eso sería suficiente para comprobar). Aun si usted no recibe beneficios, también califica si cumple con los requisitos establecidos por el Seguro Social que definen lo que ellos consideran ser una “incapacidad.”
- **Médico:** Nombre, dirección y número de teléfono de su médico.
- **Beneficios:** Medicare Parte A y B, seguro médico privado (si es que tiene estos beneficios).
- **Ingresos:** Seguro social, pensión alimenticia, beneficios para veteranos, apoyo económico de familiares.
- **Ciudadanía:** Acta de nacimiento, Pasaporte de los Estados Unidos, certificado de Naturalización con fotografía.
- **Residencia:** documento de identidad, carta/contrato de arrendamiento/recibo de renta con la dirección de su casa.
- **Recursos:** Dinero en el banco, acciones, bonos, fondos de inversión, certificados de depósito, cuentas de mercado monetario, plan de jubilación 402K, fideicomisos, valor en efectivo del seguro de vida.

No se sienta agobiado. Los especialistas de atención al cliente de Medicaid pueden brindarle apoyo y un manual para guiarlo por el proceso. Las partes de la solicitud que hagan falta se pueden entregar hasta diez días después.

[R logo] El Apéndice de esta guía incluye una descripción paso a paso para conseguir Pago por el Estado y una hoja titulada “Resumen del Programa de Pago por el Estado (Medicaid Buy-In)” para que usted lo comparta en la Oficina de Medicaid y así asegurarse de recibir el servicio que necesita (págs. 49-52)

CÓMO CONSEGUIR CUPONES DE COMIDA

Su ser querido podría calificar para cupones de comida para complementar su presupuesto alimenticio (y no tiene que ser indigente). No tiene que esperar a que un proveedor de salud mental se los consiga. Usted mismo puede iniciar el proceso.

Este programa de Asistencia Nutricional Complementaria (SNAP, por sus siglas en inglés), administrado por agencias locales y estatales, proporciona Cupones de Comida en la forma una de tarjeta de débito para hogares de bajos recursos. La cantidad que recibe está basada en sus ingresos.

Consulte la sección titulada “CUPONES DE COMIDA” para más información sobre dónde puede descargar solicitudes y encontrar la información de contacto de las oficinas para solicitar (pág. 42).

CÓMO CONSEGUIR UNA TARJETA DE TRANSPORTE DE TARIFA REDUCIDA

Las personas que reciben Medicare que padecen de una enfermedad mental grave o quienes reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) pueden recibir una tarjeta del Metro de la Ciudad de Nueva York de “Tarifa Reducida” con un descuento del 50 por ciento. No tiene que esperar a que un proveedor de salud mental se la consiga. Usted mismo puede emprender acción. (pág. 46).

PLANIFICACIÓN DEL ALTA HOSPITALARIA: ENCRUCIJADAS IMPORTANTES

Por ley, los hospitales deben desarrollar un plan de tratamiento por escrito para cada paciente. Una parte importante del plan de tratamiento es el plan del alta hospitalaria ya que sirve para guiar el tratamiento e identificar los servicios y el apoyo que se ofrecerán para ayudar a que su ser querido se recupere.

Al igual que con el plan de tratamiento, con el consentimiento del paciente, los miembros de la familia deben participar en el la creación del plan del alta - sobretodo porque los cuidadores de la familia se verán directamente afectados por estas decisiones.

En cuanto a los centros psiquiátricos administrados por la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York, la Ley de Higiene Mental §29.15 (f) (véase el folleto en la solapa interior titulado *¡Cuando las familias se unen al equipo de cuidado de salud mental todos se benefician!*) dice que el plan del alta debe estar por escrito, preparado en consulta con una persona autorizada para representar al paciente y por lo menos debe tocar los siguientes puntos:

1. La necesidad del paciente, si la hay, de ser supervisado, recibir medicamento, servicios poshospitalarios y ayuda para encontrar empleo después del alta;
2. Sugerencias en cuanto a dónde vivir y una lista de servicios disponibles;
3. Una lista de organizaciones, instalaciones y personas que brindarán estos servicios de acuerdo a las necesidades identificadas para el paciente
4. Información sobre el distrito escolar apropiado y educación especial para pacientes menores de 21 años
5. Una evaluación de la necesidad y posible elegibilidad del paciente para beneficios públicos.

TRATAMIENTO ASISTIDO PARA PACIENTES EXTERNOS (AOT): UNA FORMA DE MANEJAR EL RIESGO

Un Tratamiento Asistido para Pacientes Externos o una designación AOT (por sus siglas en inglés) es un plan de tratamiento por orden judicial diseñado para ayudar a individuos con enfermedades mentales graves quienes al cumplir con el tratamiento presentan “un riesgo” para ellos mismos o para los demás. La orden requiere que una persona acepte el tratamiento que el tribunal crea ser necesario y requiere que el director del condado local provea dicho tratamiento.

Un plan de tratamiento AOT puede detallar una variedad de servicios que una persona pueda necesitar: médicos, educativos, laborales y supervisión de su situación de vivienda, entre otras cosas. A un paciente con una designación AOT se le asigna un administrador de casos quien le ayuda a seguir el plan. Debido a que el director del condado tiene que proveer el tratamiento, una persona con una designación AOT normalmente tiene máxima prioridad para recibir servicios de su sistema de salud mental local.

Una vez la persona esté bajo una orden judicial AOT, se espera que cumplirá con ella. Si un médico determina que la persona no ha cumplido con algunos aspectos de la orden y también determina que la persona necesita internación involuntaria al

hospital, el médico puede recomendarle al director del condado que la persona sea llevada a un hospital y que la mantengan ahí hasta 72 horas para determinar si se requiere de cuidado y tratamiento hospitalario. Si la persona se ha negado a tomar el medicamento recetado, o no ha pasado un examen diseñado para determinar si está tomando el medicamento o para detectar el uso de alcohol o drogas, el médico puede tomar en cuenta dicho comportamiento o resultado al tomar su decisión. Cualquier decisión para detener a la persona por más de 72 horas debe ser conforme a los procedimientos legales de internación involuntaria.

El proceso para conseguir una orden AOT empieza con una petición al tribunal municipal seguida por una investigación para determinar si el paciente cumple con los requisitos. El tribunal debe estar satisfecho que la orden AOT es la alternativa menos restrictiva antes de concederla. Si existe un tratamiento o programa menos restrictivo que podría tratar las necesidades mentales de la persona eficazmente, el tribunal no concederá la petición para un orden AOT.

CALIFICAR PARA UNA ORDEN AOT

Para calificar para una designación AOT, el paciente debe:

- Tener por lo menos 18 años de edad y padecer de una enfermedad mental;
- Ser poco probable de sobrevivir en la comunidad sin ser supervisado, basándose en una determinación clínica;
- Tener antecedentes de no cumplir con el tratamiento para una enfermedad mental comportamiento que se consideró razón considerable por la cual estuvo hospitalizado o encarcelado en los últimos tres años o que resultó en uno o más actos, atentos o amenazas de conducta violenta grave hacia sí mismo o los demás dentro de los últimos cuatro años.
- Ser poco probable de aceptar el tratamiento recomendado en el plan de tratamiento.
- Necesitar una orden AOT para evitar una recaída o deterioro que probablemente resultaría en daños graves para sí mismo o para los demás.
- Tener grandes posibilidades de beneficiarse de una orden AOT.

El director del hospital puede hacer una petición AOT o encargarse de que se haga por medio del condado local, por lo tanto es mejor pedirla mientras el paciente está internado.

[R logo] Véase la sección “AOT” para saber cómo contactar al Coordinador AOT de su condado (pág. 37) y/o Enlace de Familia en su área (pág. 54); para recursos sobre la Ley de Kendra del Estado de Nueva York, de donde originó la orden AOT. (pág. 45)

PLANIFICAR PARA UNA EMERGENCIA

Ningún plan de recuperación puede estar completo si evita planificar para la siguiente crisis posible. El planificar para una crisis les da a los pacientes la oportunidad de expresar sus preferencias en cuanto a su cuidado en caso de una emergencia.

El plan para casos de crisis puede ser una herramienta eficaz de participación y crea las condiciones para la elección y recuperación del consumidor. Cuando la participación del consumidor se vuelve problemática, el plan para casos de crisis se puede usar como una herramienta eficaz para el diálogo entre el personal clínico y el consumidor. Los planes para casos de crisis normalmente son actualizados durante el proceso de evaluación anual o cuando las circunstancias de vida del consumidor cambian.

Hay tres tipos de planes para prevenir o estar preparados para una crisis. Estos incluyen:

1. Planes para casos de crisis
2. Plan de Acción para Recuperar el Bienestar (WRAP, por sus siglas en inglés)
3. Voluntades Psiquiátricas Anticipadas

Planes para casos de crisis

Un plan para casos de crisis escrito puede formar parte del plan de tratamiento de un paciente. Al principio, el plan para casos de crisis de un paciente podría incluir sólo un punto tal como, “de esta forma sé que necesito ayuda” o “esta persona es a quien llamaré cuando necesite ayuda.” Los elementos básicos del plan para casos de crisis pueden incluir cualquier de los puntos a continuación y se puede ampliar para incluir cualquier punto que el paciente sienta que sea importante detallar en este documento:

1. Señales que no me estoy sintiendo bien
2. Señales que necesito ayuda de los demás
3. A quien llamar cuando necesito ayuda (Mi equipo de apoyo)
4. A quien no llamar cuando necesito ayuda
5. Mis medicamentos son
6. Tomo mis medicamentos para
7. Mi médico o proveedor es
8. Esto es lo que normalmente funciona cuando necesito ayuda
9. Favor asegurarse de que alguien en mi equipo de apoyo se encargue de

Plan de Acción para Recuperar el Bienestar (WRAP)

El Plan de Acción para Recuperar el Bienestar (WRAP) es un sistema de auto-manejo y recuperación desarrollado por personas que viven exitosamente con una enfermedad mental. El programa les enseña a las personas en proceso de recuperación a desarrollar actividades para el bienestar cotidiano, documentar los eventos que les provocan malestares así como las primeras señales de alerta, preparar respuestas personales para momentos cuando no se sientan bien y crear un plan de apoyo para cuidarse a sí mismos y así disminuir la severidad y la frecuencia de los síntomas y mejorar la calidad de sus vidas. WRAP tiene muchas presentaciones: seminarios, “grupos WRAP,” libros, DVDs y cursos en la Internet.

[R logo] Véase la sección WRAP en la sección de recursos. (página 48)

Voluntades Psiquiátricas Anticipadas

Las Voluntades Psiquiátricas Anticipadas son otro grupo de herramientas útiles para tener a la mano antes de una recaída o cuando ocurra otra emergencia psiquiátrica.

Estos formularios legales son preparados cuando una persona tiene pleno uso de sus facultades e instruye sobre la atención médica a seguir en caso de determinarse que la persona es incapaz de tomar decisiones sin importar su tratamiento de salud física o mental.

Existen varios tipos de Voluntades Anticipadas:

Carta Poder Duradera - Un documento legal que permite que un individuo designe a una persona (normalmente un familiar o amigo de confianza) para encargarse de sus finanzas si el individuo pierde la capacidad de hacerlo. Antes de que entrara en vigor la Ley de Representantes de Atención Médica del Estado de Nueva York, las cartas poder duraderas se podían usar para delegar poderes en la toma de decisiones en cuanto a la atención médica, pero ese ya no es el caso. Desde que la Ley de Representantes de Atención Médica entró en vigor, las cartas poder duraderas no se pueden usar para asignar autorización para tomar decisiones de atención médica, a menos que haya sido firmada antes del primero de julio de 1990 (fecha cuando la Ley de Representantes de Atención Médica entró en vigor).

Representantes de Atención Médica - Un documento legal que permite que un individuo designe a una persona (normalmente un familiar o amigo de confianza) para tomar decisiones en cuanto a la atención médica si el individuo pierde la capacidad de hacerlo. A la persona designada se le llama “agente de atención médica.” Este documento autoriza al agente de atención médica a tomar decisiones sobre la atención médica tanto mental como física. Estas decisiones pueden incluir proveer atención médica así como no autorizar tratamiento. La autoridad del agente de tomar decisiones relacionadas con la atención médica empieza cuando el médico encargado determina que el individuo no tiene la capacidad de tomar estas decisiones.

Declaración de Tratamiento de Salud Mental - Un documento o declaración que incluye las preferencias del paciente en cuanto a medicamentos, hospitalización y terapia electroconvulsiva (TEC), por ejemplo.

Testamento Vital - Un documento que especifica los deseos de su ser querido sobre el tratamiento de atención médica en caso de incapacitarse. Aunque un testamento vital no se limita a los tipos de asuntos de atención médica que debe incluir, con frecuencia se usa para establecer los deseos de una persona en cuanto al tratamiento al final de la vida. No existe una ley en particular enfocada en testamentos vitales, pero los tribunales los sostienen como documentos válidos que expresan los deseos e instrucciones de una persona si son presentados de manera “clara y contundente.” A menudo, un testamento vital es un documento que un agente de atención médica usará para guiar la toma de sus decisiones según la Representación de Atención Médica.

Orden de No Resucitación (DNR, en inglés) - Un documento legal que le da a una persona voluntades anticipadas sobre no administrar o remover la resucitación cardiopulmonar (CPR, en inglés).

[R logo] Véase la sección “Voluntades Anticipadas” para encontrar una muestra de un formulario de Voluntades Anticipadas sobre Atención Mental y Física (pág. 37).

CONTRATO DE FAMILIA

Si su ser querido volverá a casa después de ser hospitalizado por salud mental, el tener un conjunto de reglas y expectativas claras puede reducir el estrés y servir de guía para volver a empezar.

Muchas familias han encontrado que es mejor crear y estar de acuerdo con un conjunto de “Reglas de la Casa.” Estas reglas pueden formar la base de un contrato de familia que deja en claro lo que cada parte promete hacer e incluye consecuencias específicas por romper el contrato.

El lugar ideal para redactar el contrato de familia es el hospital donde el personal puede participar en las negociaciones. Todas las partes interesadas firman el contrato de familia y éste puede formar parte del plan de tratamiento.

En casa, los miembros de la familia pueden darle seguimiento al funcionamiento del contrato durante reuniones familiares regulares. Estas reuniones también pueden presentar la oportunidad de hacer nuevos acuerdos y/o ajustes al contrato conforme sea necesario o deseado.

[toolbox] Encuentre una muestra de un “CONTRATO DE FAMILIA” en la sección “Herramientas que puede usar” (pág. 36)

VIVIENDA

La cuestión de vivienda a menudo se considera el elemento más importante para ayudar a que los pacientes empiecen a construir una vida para sí mismos y para avanzar el proceso de recuperación. Lo que su ser querido prefiere en cuanto a su elección de vivienda y servicios debió haberse detallado como parte de su Plan del Alta.

La primera colocación de vivienda con frecuencia puede ser en una vivienda de apoyo Nivel II. Esto es un tipo de vivienda de transición que cuenta con servicios. En esta vivienda de apoyo de Nivel II, los residentes suelen vivir con un compañero de casa y reciben servicios de rehabilitación y de administración de casos. Los costos de la vivienda son descontados del cheque de beneficios del individuo. El objetivo de las viviendas de apoyo es ayudar a que los individuos hagan la transición a una vivienda más independiente y “de apoyo” una vez adquieran las habilidades necesarias para vivir independientemente. En viviendas de apoyo, el arrendatario firma un contrato o subcontrato y es responsable de la renta la cual equivale a no más de una tercera parte de sus ingresos. Los servicios se pueden usar conforme sea necesario.

Debido a la falta de disponibilidad inmediata de viviendas, los pacientes suelen volver a casa de su familia mientras que completan formularios de viviendas, un proceso que puede tomar varios meses o hasta años dependiendo de las necesidades clínicas y preferencias. Le conviene al consumidor y/o al miembro de la familia educarse acerca de las etapas del proceso de solicitudes de vivienda y referencias, mantenerse en contacto directo con sus administradores de casos o coordinadores de viviendas (quienes suelen tener una gran cantidad de casos asignados) y ayudar cuando sea posible. Recuerde - la solicitud y formularios psicosociales y médicos requeridos vencen después de seis meses de modo que asegúrese de mantener los tres al día.

En la Ciudad de Nueva York, el proceso de solicitud y sugerencias para viviendas de apoyo es el siguiente:

Trabajar con el administrador de casos para completar y entregar la solicitud requerida llamada Supportive Housing HRA 2010E la cual debe ser completa y entregada electrónicamente al Departamento de la Administración de Recursos Humanos (HRA, en inglés) por un miembro del personal.

La solicitud HRA 2010E requiere que todos los solicitantes entreguen estos tres documentos:

1. Una evaluación psiquiátrica vigente por un psiquiatra o Enfermero Psiquiatra (Realizada en los últimos 6 meses)
2. Una evaluación psicosocial que por lo general la completa el administrador de casos o una trabajadora social (Realizada en los últimos 6 meses)
3. Resultados vigentes de una prueba de tuberculosis (Realizada en los últimos 12 meses).

Si la HRA aprueba la solicitud - y el proceso para determinar la elegibilidad normalmente demora entre uno y tres días laborales - el administrador de casos empieza a hacer sugerencias para programas específicos de viviendas en la Ciudad de Nueva York. Los miembros de la familia y el consumidor también tienen el derecho a realizar la colocación con tal de que se coordinen directamente con los profesionales de salud mental.

Decida si va a usar el programa de viviendas llamado Punto Único de Acceso (SPOA, por sus siglas en inglés) administrado por el Centro de Servicios Urbanos de la Comunidad (CUCS, por sus siglas en inglés) para la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York. Se recomienda para la Ciudad porque garantiza tres sugerencias para viviendas en la Ciudad de Nueva York. Si usted decide usar este servicio, el personal de SPOA tiene acceso a un banco de datos centralizado que contiene información detallada sobre todos los programas de viviendas de salud mental en la Ciudad de Nueva York y sugiere programas de vivienda clínicamente apropiados basándose en las necesidades y preferencias del solicitante. A los solicitantes se les garantizan tres entrevistas en persona con cualquier programa de viviendas en la Ciudad de Nueva York recomendados por SPOA.

****CONSEJO** - Los miembros de la familia pueden ayudar al llevar un registro de todos los documentos de apoyo, asegurándose de que los reciba el administrador de casos quien los entregará electrónicamente a la Administración de Recursos Humanos con la solicitud final.

TIPOS DE VIVIENDAS

PARA EL ESTADO DE NUEVA YORK Y EN ALGUNOS CASOS LA CIUDAD

Residencias en la Comunidad Administradas por el Estado (SOCR's, por sus siglas en inglés). Estas residencias de transición por lo general están ubicadas dentro de las instalaciones de los Centros Psiquiátricos del Estado.

Hogares para Adultos en Propiedades Privadas (también llamados Hogares para Adultos) Estas residencias están acreditadas por el Departamento de Salud del Estado de Nueva York.

Hogares Tipo Familiar para Adultos son hogares privados en comunidades del Estado de Nueva York donde una o más personas que padecen de enfermedades mentales podrían pagar alojamiento y comida. El nivel de supervisión varía. También, estas residencias podrían estar acreditadas por el departamento local de servicios sociales o podrían no estar acreditadas.

Programa de vales para la renta llamado Sección 8 El Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (HUD, por sus siglas en inglés) ofrece opciones asequibles de vivienda para familias de bajos recursos al permitir que familias escojan propiedades privadas para rentar. Individuos de bajos recursos pueden acceder a estas propiedades privadas por medio del programa HUD que proporciona vales de renta Sección 8 de disponibilidad limitada a través de la autoridad de viviendas local o ciertas organizaciones sin fines de lucro. Llame a su Autoridad local de Viviendas Públicas y/o al Departamento de Salud Mental para verificar la disponibilidad de vales Sección 8 en su área. **Por desgracia, HUD abre sus listas de vez en cuando sin imprevisibilidad. A veces es un sistema difícil de navegar.**

[R logo] Véase “Programa de Viviendas de HUD Sección 8” en la pág. 45 para la información de contacto.

Viviendas con apoyo y habitaciones individuales de apoyo (SROs, por sus siglas en inglés) son los únicos modelos de viviendas permanentes fundados o acreditados por el estado. Estos programas de viviendas son para individuos que padecen de enfermedades mentales que son capaces de vivir de manera más independiente. Un subsidio de renta y servicios de apoyo de salud mental son proporcionados por agencias de vivienda sin fines de lucro. Las viviendas de apoyo pueden ser apartamentos por la comunidad o puede ser una residencia en un solo lugar. Las habitaciones individuales de apoyo son edificios en un solo lugar.

SOLICITUDES AFUERA DE LA CIUDAD DE NUEVA YORK

Los procesos para solicitar varían en cada condado. En la mayoría de los condados de la zona norte, la solicitud para viviendas acreditadas por el estado y para viviendas de apoyo se deben hacer por medio de recomendación por el Punto Único de Acceso (SPOA). (Como se menciona anteriormente, el uso del programa de viviendas SPOA es optativo en la Ciudad de Nueva York). Verifique con su Departamento local de Salud Mental para saber quien es el administrador del programa SPOA en su comunidad e investigue cómo conseguir una solicitud para viviendas de apoyo.

[R logo] Véase “VIVIENDAS” para una descripción detallada sobre las opciones de viviendas acreditadas y con apoyo así como listas de programas de viviendas de salud mental con la información respecto a su disponibilidad y lista de espera.

CÓMO RECUPERARSE Y MANTENERSE BIEN

REHABILITACIÓN

Hasta hace poco, un diagnóstico de una enfermedad mental representaba el fin de nuestras ilusiones y porvenir. Había pocas esperanzas de que las personas con enfermedades mentales pudieran volver a sus estudios, a trabajar o llevar vidas productivas. Ahora, el enfoque a largo plazo de la enfermedad mental es recuperarse. Muchos líderes en el campo de rehabilitación psiquiátrica justamente reafirman que recuperarse de una enfermedad mental es posible y aseguran que gran parte de la naturaleza crónica de la enfermedad mental se debe a los fracasos de los servicios y no necesariamente a la naturaleza de la enfermedad en sí.

Un programa ideal de rehabilitación incrementa la cantidad de apoyo a cada paso de la recuperación. También presupone que la familia formará parte del equipo que ayudará al ser querido a reconstruir sus habilidades y confianza así como proporcionar educación y apoyo para la familia.

La lista a continuación detalla lo que un programa innovador de rehabilitación podría incluir.

1. Educación inmediata tipo “primer indicio” sobre la enfermedad y la importancia de tomar los medicamentos realizada en el hospital.
2. Inclusión inmediata de la familia por parte del equipo de tratamiento.
3. Colaboración directa y continua entre el consumidor, los profesionales de tratamiento y los miembros de la familia para seguir de cerca la enfermedad y estar pendientes de los primeros indicios de una recaída.
4. Un Programa de Educación Familiar como el programa Familia a Familia de NAMI para los miembros de familia, ser referido a un Grupo de apoyo de NAMI y consejería de apoyo para los miembros de familia si es necesario.
5. Educación extensa sobre la enfermedad mental en grupos de personas afines.
6. Grupo de apoyo de personas afines-- programa Conexión NAMI, Programa de Vinculación con Personas Afines (Peer Bridger, en inglés) y en Nueva York, el programa Peer2Peer pág. 49
7. Servicios de apoyo mientras que el consumidor se recupera así como al volver al trabajo o a sus estudios.
8. Presentación al movimiento de personas afines y a las oportunidades para unirse a las actividades de apoyo.

VIVIR CON UN SER QUERIDO RECIÉN SALIDO DEL HOSPITAL

Al salir del hospital, las personas necesitan tiempo para recuperarse. Los seres queridos que vuelven a casa no sólo tienen que enfrentar las circunstancias de un trastorno mental y adaptarse a medicamentos psiquiátricos fuertes, sino que también necesitan tiempo para recuperarse del puro trauma de haber estado internados y hospitalizados así como sobrellevar los efectos de los sedantes durante el proceso de estabilización. Por algún tiempo tal vez tengan que dormir muchas horas.

Las siguientes normas de familia (adaptadas del Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación, Centro Médico de la Universidad de Rochester y la Oficina de Salud mental del Estado de Nueva York) están diseñadas para facilitar el proceso de recuperación. Están diseñadas teniendo en cuenta la biología de la

enfermedad mental. Úselas como guía para desacelerar el estímulo sensorial de una persona que podría estar enfrentando una enfermedad psicótica y para ayudar a establecer reglas básicas para poder vivir con y recuperarse de una enfermedad mental.

1. VAYA DESPACIO. La recuperación toma tiempo. El reposo es importante. Las cosas mejorarán a su tiempo.
2. MANTENGA LA CALMA. El entusiasmo es normal, pero conténgalo. El desacuerdo es normal, pero también conténgalo. Evite estimular demasiado a su ser querido durante este momento de dificultad.
3. MANTENGA LA CALOR. Los vínculos de familia son valiosos e importantes. Cree un ambiente de cariño, apoyo y amor.
4. DENSE ESPACIO UNOS A OTROS. Tiempo a solas es importante para todos. Permita que su ser querido se retire cuando lo necesite y aprenda a reconocer el comportamiento que indique esta necesidad.
5. FIJE LÍMITES. Todos deben conocer las reglas. Unas cuantas reglas dejan las cosas en claro. Establezca reglas para el hogar y considere hacer un Contrato de Familia. pág. 36
6. IGNORE LO QUE NO PUEDE CAMBIAR. Deje pasar algunas cosas por alto pero no ignore comportamiento amenazador, violento o psicótico.
7. MANTENGA LAS COSAS SIMPLES. Diga lo que tenga que decir de manera clara, calmada y positiva.
8. SIGA EL PLAN DE TRATAMIENTO.
9. SIGA CON LA RUTINA NORMAL. Vuelva a establecer las rutinas de la familia lo más pronto posible.
10. CUIDE DE SÍ MISMO. Es difícil cuidar a otra persona si usted no se cuida bien a sí mismo.
11. AYUDE A SU SER QUERIDO A EVITAR DROGAS ILÍCITAS Y ALCOHOL. Esto hace que los síntomas empeoren, pueden causar una recaída, prevenir la recuperación e interferir con los medicamentos recetados. Si su pariente usa alcohol o drogas ilícitas, fomente un diálogo abierto al respecto con ellos y con el equipo de tratamiento para mejor potenciar su recuperación. También evite la cafeína ya que puede quitarle el sueño.
12. DETECTE LAS PRIMERAS SEÑALES DE ALERTA. Desarrolle una lista de las primeras señales de alerta que indiquen que su pariente está recayendo. Hable de cualquier cambio con su pariente y su proveedor para evitar una recaída.
13. BAJE SUS EXPECTATIVAS, POR UN MOMENTO. Normalmente se necesita bastante tiempo para recuperarse después de un episodio agudo de psicosis. Compare este mes al mes pasado en lugar del año pasado al año que viene.

CONSEJO - ¡No olvide su Contrato de Familia! (pág. 36)

Las recaídas pueden y deben ser evitadas. Una de las aportaciones más importantes que una familia puede hacer es estar atentos a las primeras señales de alerta y decírselas al médico inmediatamente. Recaídas dañinas múltiples son innecesarias y se debe evitar.

PRIMERAS SEÑALES DE ALERTA DE UNA RECAÍDA

- Dificultad para dormir
- Sentimientos de tensión o estrés
- Enojo, irritabilidad, o mal genio
- Dificultad para concentrarse
- Falta de energía
- Estar inquieto
- Pérdida de interés en actividades que disfrutaba anteriormente
- Temor de que las personas están hablando de ellos
- Depresión o tristeza
- Estar retraído
- Sentirse incómodo entre las personas
- Confusión y miedo

QUE NO SE LE OLVIDE LA SALUD FÍSICA

Las personas con una enfermedad mental grave son dos a tres veces más probables de correr el riesgo de padecer de enfermedad cardiovascular a comparación de la población en general y se reconocen cada vez más como una población en alto riesgo de desarrollar diabetes. Los factores incluyendo obesidad, fumar, alta presión, y alto colesterol, pueden ser tratados eficazmente por medio de buena atención médica empezando con una evaluación y supervisión apropiada. Si un medicamento causa un aumento de peso dramático o subida de la presión arterial, se debería considerar otro medicamento antes de que la condición progrese. La buena alimentación y ejercicio regular son esenciales para estar sanos y combatir los efectos de los farmacéuticos.

SEGUIR CON LOS MEDICAMENTOS

- 1) Mantenga una lista de todos los medicamentos, incluyendo los medicamentos sin receta y los suplementos botánicos. Muéstrole esta lista a todos los médicos y a su farmacéutico.
- 2) Use una sola farmacia para que puedan detectar interacciones con los medicamentos y llamar al médico si es que se detectan.
- 3) Ayude a su ser querido a seguir las instrucciones del médico para tomar los medicamentos. Sin embargo, hable con el médico para que acomode el horario de los medicamentos de acuerdo al horario de su ser querido.
- 4) Aprenda de antemano qué hacer en caso de que no se tome una dosis. También asegúrese de que el médico le explique en qué circunstancias debe dejar de tomar ciertos medicamentos.
- 5) Ayúdele a su ser querido a evitar el alcohol y otras drogas ilícitas. Cambios en el consumo de nicotina y cafeína deben ser reportados a todos los médicos ya que estos cambios pueden afectar la forma en que los medicamentos funcionan.
- 6) Vaya a todas sus citas. No dude en hacer preguntas (haga una lista por adelantado). Cuénteles al médico cualquier problema de salud o efectos secundarios o si su ser querido está embarazada o piensa embarazarse o si está amamantando.

- 7) Asegúrese de que el psiquiatra sepa lo que el médico hace (si receta un medicamento o recomienda una cirugía o procedimiento médico) y viceversa.
- 8) Guarde los medicamentos en un lugar seguro, fresco y seco y no los deje al alcance de los niños y mascotas.
- 9) Enlace el horario de medicamentos de su ser querido a las rutinas cotidianas, como desayunar o lavarse los dientes.
- 10) Fomente la paciencia. Recuerde que muchos de los efectos secundarios disminuyen en algunas semanas. Podría demorar algunas semanas antes de que él también empiece a sentirse mejor.
- 11) Ayude a supervisar cambios metabólicos. Asegúrese de que el médico lleve un registro de su peso, presión arterial y análisis regulares para detectar problemas del colesterol o diabetes.

[R logo] Véase la sección “AUTO-MANEJO DEL BIENESTAR” para encontrar información sobre una guía creada por la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York para ayudar a los consumidores a mejorar y mantener su salud pág. 48

PROGRAMAS DE EDUCACIÓN Y APOYO

Desde que se fundó la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI) en 1979, las familias que viven con enfermedades mentales severas y persistentes se han estado cuidando las unas a las otras y brindando una variedad de grupos de apoyo, cursos y eventos educativos.

Programas de rehabilitación enfocados en la recuperación y servicios de apoyo de personas afines pueden reducir el número de hospitalizaciones psiquiátricas y recaídas, por lo tanto los consumidores y las familias deben usar, y de ser necesario, crear estos recursos basados en la comunidad...

[R logo] Encuentre información de contacto para todos los programas a continuación en la sección “EDUCACIÓN” (pág. 41) o “APOYO” (pág. 47)

PROGRAMAS PARA MIEMBROS DE LA FAMILIA

En cuanto sea posible tome un curso intensivo sobre cómo enfrentar una enfermedad mental dentro y fuera del hospital. Por aquí puede empezar:

NAMI Familia a Familia (F2F) es el curso de educación familiar más completo sobre las enfermedades mentales. Este curso educativo gratuito de 12 semanas lo imparten miembros de familias de personas que padecen de enfermedades mentales severas. F2F le dará información práctica sobre la biología de la enfermedad mental, medicamentos e investigación, manejo de crisis, técnicas de comunicación, resolución de problemas, auto-cuidado, apoyo y recuperación. Basado en el modelo de una experiencia traumática, los participantes trabajan por las etapas de dolor (shock, enojo, dolor, aceptación). Participantes de F2F dicen que cuentan con un mayor entendimiento de las enfermedades mentales lo que lleva a desarrollar mejores técnicas para sobrellevar la situación, preocuparse menos y sentirse recién fortalecidos para abogar por un mejor tratamiento y servicios para sus seres queridos. (Pág. 59).

Grupos de Apoyo NAMI - Contacte a su afiliado NAMI local para saber qué grupos están disponibles o llame a NAMI del Estado de Nueva York para localizar a su afiliado local. (pág. 47) Referencias a los equipos móviles de crisis se hacen llamando al 1-800-543-3638 (LIFENET)

PROGRAMAS DE FAMILIA Y CONSUMIDOR EN CONJUNTO

Terapia del comportamiento - Estas sesiones privadas o pagadas por el seguro entre el especialista y un consumidor y/o su familia proporcionan educación e información lo cual puede durar unas cuantas sesiones o un par de años. La terapia del comportamiento por lo general enfatiza la educación sobre la enfermedad y el manejo de síntomas, resolución práctica de problemas, prevención de recaídas, apoyo y ayuda familiar para navegar el sistema de salud mental.

Enlace de referencias y Consultas de Familia Enfocadas en el Consumidor - Las Consultas Familiares es un programa de extensión en el cual un asesor de familia de una agencia atendiendo al paciente visita a la familia después del alta hospitalaria. Durante las sesiones (una a tres, por lo general), se habla de preocupaciones seguido por una exploración de soluciones posibles y un plan para resolverlas. La Consulta Familiar también es un servicio que sirve de portal para toda la Gama de Servicios Familiares ofrecidos por el Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación. (pág. 41).

Psicoeducación multifamiliar (“Grupos Multifamiliares” o MFG, por sus siglas en inglés) - Estos programas de tratamiento reúnen a grupos de seis familias, incluyendo al paciente, para promover la participación, educación y resolución de problemas. Dos veces al mes (por nueve meses hasta dos años), los participantes del programa crean una comunidad de apoyo y ponen en práctica un método específico de resolver problemas para ayudar a sus seres queridos a lograr estabilidad y prepararse para reintegrarse a la comunidad en general. Cuenta con validez empírica de la investigación PORT de NIMH que comprobó reducir los índices de recaídas por un 50 por ciento en el primer año. El Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación (pág. 41)

PARA CONSUMIDORES

Programa NAMI de Personas Afines (Peer-to-Peer/P2P, en inglés), 518-462-2000 o 800-950-3328 Para personas con enfermedades mentales que quieren establecer y mantener su bienestar y recuperación. El programa ofrece una carpeta de materiales, incluyendo una voluntad anticipada; un “plan para prevenir las recaídas”; y ejercicios de concienciación para ayudar a enfocarse y a pensar tranquilamente; y técnicas de supervivencia para convivir con proveedores y con las personas en general. Se limita al Estado de Nueva York. pág. 39.

Conexión NAMI es un grupo semanal para apoyar la recuperación de personas que viven con enfermedades mentales, aprender de sus experiencias, compartir estrategias para sobrellevar su situación y ofrecer ánimo y comprensión. Si busca NAMI Connection en Google, saldrá un mapa que muestra donde, en casi cincuenta estados, hay un grupo disponible.

Proyecto de Vinculación con Personas Afines (Peer Bridger) patrocinado por La Asociación de Servicios de Rehabilitación Psiquiátrica de Nueva York (www.nyaprs.org) ayuda a individuos durante el proceso del alta de Centros Psiquiátricos del Estado del Nueva York en seis condados y a facilitar la transición a la vida en la comunidad. (pág. 39)

Plan de Acción para Recuperar el Bienestar (WRAP) es un sistema estructurado de auto-supervisión para identificar señales y síntomas de molestias y angustia y como reducir, modificar o eliminarlos por medio de respuestas planificadas. WRAP incluye planes para las demás personas cuando los síntomas previenen la buena toma de decisiones, el auto-cuidado y la seguridad propia. Los planes WRAP son individuales. Un diario para la auto-supervisión cotidiana ayuda a organizar el comportamiento y las acciones para manejar las enfermedades mentales. (pág. 48)

Auto-manejo del Bienestar - desarrollado por la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York, el programa para el Auto-manejo del Bienestar consiste en 57 lecciones que son presentadas a grupos de consumidores en ambientes fuera y dentro del hospital. Los tres temas principales que se tocan son la recuperación, el bienestar de la salud mental y la prevención de recaídas y vivir sanamente. (página 48).

REHABILITACIÓN COGNITIVA

La mayoría de las personas que padecen de un episodio psicótico pierden las capacidades de sus “Funciones Ejecutivas” como recordar, categorizar y organizar la información y resolver problemas. Estos problemas cognitivos representan obstáculos significantes para el empleo.

Las investigaciones muestran que estos problemas se pueden disminuir por medio de rehabilitación cognitiva combinada con rehabilitación vocacional lo cual a su vez mejora el autoestima y reduce la depresión.

Programas eficaces incluyen usar un programa computarizado de remedio en el que se avanza a su propio ritmo, también llamado “enseñanza sin error,” lo cual divide tareas complejas en pasos integrantes pequeños. Por ejemplo, la Dra. Alice Medalia, Directora de Neuropsicología en el Centro Médico Montefiore, ha desarrollado juegos de computadora para usar en grupos de ocho pacientes. Los clientes que han usado este programa llamado Edmark lo han encontrado divertido y han aumentado la capacidad para concentrarse y la retención.

[R logo] Véase “REHABILITACIÓN COGNITIVA” (página 44)

ENFOQUE PARA ABORDAR LA ENFERMEDAD MENTAL BASADO EN LA NUTRICIÓN: MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVA (CAM) - UNA OPCIÓN EN PROCESO DE EVOLUCIÓN

Investigaciones que comenzaron en los años 70 con los recipientes del premio Nobel Linus Pauling y sus colegas, crearon una base científica para demostrar que los problemas de salud mental incluyendo la depresión, trastorno bipolar, esquizofrenia, Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad, trastornos del aprendizaje y trastornos obsesivos compulsivos suelen tener una causa en común: falta de nutrientes en el cerebro. Este método se llama “ortomolecular” lo que significa “la molécula correcta” para ocasionar un estado de salud al equilibrar la concentración de sustancias naturales que normalmente se encuentran en el cuerpo humano: vitaminas, minerales, aminoácidos, oligoelementos y hormonas. Han introducido un protocolo de suplementos mega vitamínicos y minerales en dosis recomendadas que se podrían haber beneficiado de (www.orthomed.org [↗]).

EMPowerplus, una fórmula de una EMPowerplus canadiense, una fórmula de una empresa canadiense llamada Truehope, fue desarrollada de iniciativas zootécnicas. EMPowerplus está recibiendo la atención de neuropsicólogos convencionales y muchos usuarios quienes padecen de una variedad de trastornos del cerebro. La página en la Internet de la empresa ofrece información acerca de las investigaciones científicas y casos prácticos (www.truehope.com [↗]). Truehope cree que los nutrientes pueden corregir las deficiencias que afectan el cerebro, funcionamiento de los órganos y crecimiento de los nervios. Experimentos con ratas que comieron los nutrientes parecen mostrar una regeneración del cerebro y crecimiento de las extensiones de las neuronas llamadas dendritas para corregir el déficit cognitivo. El régimen requiere tomar los nutrientes tres a cuatro veces por día, de preferencia bajo la supervisión de un médico y con bastante apoyo del equipo de apoyo de Truehope. Esta modalidad no ha recibido aceptación convencional por varias razones relacionadas con el no poder patentar las formulaciones al igual que la falta de disponibilidad general y a bajo costo.

(La inclusión de esta información de ninguna manera representa una recomendación o aprobación para no tomarse los medicamentos; esta información se ofrece para ser considerada por individuos interesados, bien informados, motivados y disciplinados como un tipo de ayuda posible para lograr su bienestar).

EMPLEO

Los dos ingredientes mágicos para formar una vida son vivienda y trabajo.

Su ser querido tiene derecho a recibir ayuda para sus necesidades de empleo. La sección 29.15 (g) de la Ley de Higiene Mental del Estado de Nueva York establece que los planes por escrito del alta “deben incluir una declaración de la necesidad del paciente... de servicios poshospitalarios y ayuda para encontrar empleo...” (Véase *¡Cuando las familias se unen al equipo de cuidado de salud mental todos se benefician!*)

Los métodos principales para ayudar a personas con enfermedades mentales graves a encontrar empleo son Capacitación Pre-Vocacional y Empleo con Apoyo. El empleo con apoyo incluye una búsqueda rápida de trabajo, servicios integrados vocacionales y clínicos así como ayuda de empleo. El objetivo es conseguir empleo

competitivo rápidamente en ambientes comunitarios integrados, trabajando junto con personas que no están incapacitadas y brindar apoyo continuo para facilitar el éxito en el trabajo. Esto es diferente a los servicios vocacionales tradicionales que utilizan capacitación pre-laboral extensa.

Capacitación Pre-vocacional

La clave de la Capacitación Pre-vocacional es que se requiere un periodo de preparación antes de que un individuo se integre al empleo competitivo o abierto. Una manera en que su ser querido puede conseguir este tipo de preparación es al unirse a la “Casa Club” (Clubhouse, en inglés) que ofrece un método de capacitación pre-vocacional. Este método también establece la norma para una red internacional.

Una “Casa Club” es una comunidad de rehabilitación organizada por y para personas con enfermedades mentales. Sirve como un espacio entre colegas para que los consumidores se dediquen a una variedad de actividades, incluso buscar y conseguir vivienda, empleo y amistades. La primera Casa Club, Fountain House en la Ciudad de Nueva York, fue fundada en 1948 por consumidores quienes acuñaron el término “casa club” para comunicar un lugar de afiliación donde las personas sienten que encajan bien. Desde entonces, Fountain House ha sido el modelo para otras casas club por todo el mundo. (véase pág. 38)

Los participantes de las casas club se llaman “miembros” porque se enfoca en la virtudes de la persona, no en su enfermedad. Parte de los derechos al estar afiliado a la Casa Club son oportunidades de empleo. Los miembros hacen la transición al empleo pagado mientras que miembros del personal ayudan en la colocación, retención y capacitación laboral. Trabajo significativo en una Casa Club puede llevar a un empleo de transición, con apoyo o independiente en empresas locales.

Empleo de Transición es una estrategia muy bien respetada para facilitar el ajuste laboral de hombres y mujeres con enfermedades mentales graves dentro de la comunidad. La Casa Club administra varios sitios de empleo dentro de la comunidad que les da a los miembros un entrenador de trabajo por seis a ocho meses. Mientras que los miembros trabajan en este sitio de empleo se les paga el sueldo actual. Las Casas clubes normalmente capacitan a los trabajadores en el lugar de empleo y cuentan con suplentes para el empleado cuando sea necesario. Un puesto de empleo de transición ayuda a aumentar el autoestima, desarrollar habilidades interpersonales y vocacionales y desarrollar un historial de empleo para solicitudes en el futuro.

El empleo con apoyo se basa en el principio de que conseguir un trabajo competitivo deber ocurrir lo más pronto posible seguido por apoyo y capacitación en el trabajo. En el empleo con apoyo, un puesto se desarrolla teniendo a un miembro en particular en mente. Después de un periodo de adaptación, el miembro permanece en dicho puesto, recibiendo apoyo conforme y cuando lo necesite.

EMPLEO: SERVICIOS DE AGENCIAS

Programa Boleto para trabajar

Administrado por la Administración Federal del Seguro Social, el programa “Boleto para trabajar” es en realidad un vale de caja que una persona puede llevar a cualquier Red de Empleo o agencia de Rehabilitación Vocacional del Estado para conseguir ayuda de capacitación laboral, preparar materiales para usar al buscar empleo, localizar

empleadores, conseguir información acerca de incentivos de trabajo y otros tipos de ayuda necesarios para alcanzar sus objetivos de empleo. El programa está disponible para personas entre 18 y 65 años de edad quienes reciben beneficios de Seguro Social por Incapacidad (SSDI) o Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) por que están incapacitados o ciegos. pág. 42

Existe un número de beneficios al usar el programa “Boleto para trabajar.” Por ejemplo, los consumidores pueden “probar” un trabajo sin perder el derecho a sus beneficios y mantener acceso a otros programas e incentivos de trabajo de la Administración del Seguro Social mientras que hacen la transición al trabajo. Estos son los detalles:

1. Si usted tiene que dejar de trabajar, puede volver a recibir sus beneficios sin ningún problema (se le llama “restitución acelerada de beneficios”). Así mismo, por 36 meses después de haber completado el periodo de prueba laboral, los beneficios pueden volver a ser restituidos si los ingresos de un consumidor caen debajo del nivel ‘sustancial’ y éste continua padeciendo de una incapacidad.
2. Si usted vuelve a trabajar, NO perderá sus beneficios por incapacidad inmediatamente. El programa Boleto para Trabajar y normas especiales llamadas “incentivos de trabajo” le permiten mantener sus beneficios en efectivo y Medicare o Medicaid durante un periodo de prueba en el que usted pone a prueba su capacidad de trabajar. Para el programa de Seguro Social por Incapacidad (SSDI) hay un periodo de prueba laboral durante el cual usted puede recibir todos los beneficios sin importar cuanto gana con tal de que usted declare su actividad laboral y siga padeciendo de una incapacidad.
3. Los consumidores no recibirán una revisión médica de la continuación de la incapacidad (CDR, por sus siglas en inglés) mientras que participan en el programa “Boleto para trabajar.” pág. 42

La Oficina de Servicios Vocacionales y Educativos para Personas con Discapacidades del Estado de Nueva York (VESID, por sus siglas en inglés)

Por medio del programa VESID, agencias de Rehabilitación Vocacional ofrecen una gran variedad de servicios a través de programas de educación especial y rehabilitación vocacional para ayudar a personas incapacitadas a volver a trabajar, ingresar a un nuevo campo laboral o a ingresar al mundo laboral por primera vez.

VESID coordina servicios relacionados a la evaluación vocacional, asesoramiento vocacional, capacitación y colocación y seguimiento laboral. Su labor es asegurar que tanto el individuo como el empleador estén satisfechos con la colocación e intervendrán si surgen problemas una vez que el individuo sea colocado en un trabajo.

Los participantes de VESID tienen un Plan Individualizado de Empleo que detalla los objetivos profesionales específicos y los pasos necesarios para lograrlos. El Plan Individualizado de Empleo puede incluir puntos tales como capacitación en una escuela vocacional, un programa profesional en el Departamento de Educación Continua de una universidad, empleo con apoyo o un título de dos a cuatro años. Pregunte a VESID sobre la disponibilidad de rehabilitación cognitiva si usted cree que este servicio mejorará la oportunidad para conseguir empleo de su ser querido. pág 42

En la Ciudad de Nueva York, los centros llamados Workforce I se encuentran en cada barrio de la ciudad. Estos centros cuentan con un Navegador de Programas para Incapacitados en su personal. Todos los residentes de la Ciudad de Nueva York califican para este programa. Además de ayuda para buscar trabajo, ofrecen algunos vales para capacitación limitada, acceso a una computadora, impresora, teléfono y fax y cursos para el Diploma de Educación General (GED, por sus siglas en inglés). (pág. 51).

Véase “EMPLEO” (pág. 41) para todos los recursos sobre empleo y agencias.

AVISO: El apoyo vocacional tiene un futuro prometedor debido a un subsidio generoso de Medicaid para la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York. Alianzas y la posibilidad de fondos por varios años podrían resultar en un mejoría del actual bajo índice de empleo para personas con enfermedades mentales.

[R logo] Consejo - CUNY y SUNY, universidades de dos y cuatro años, tienen una oficina para estudiantes incapacitados que puede ser de mucha ayuda.

AUTO-SUFICIENCIA Y EL MOVIMIENTO ENTRE PERSONAS AFINES

El movimiento floreciente y estructurado de consumidores ha encabezado el fundamento de recuperación como derecho. Este movimiento social para la auto-determinación afirma que el consumidor tiene el control principal sobre las decisiones de su propio cuidado y defiende la administración de una variedad de servicios por “personas afines especializadas.” Estos servicios son: Centros de atención de acceso voluntario administrados por personas afines, Apoyo de empleo por personas afines, Prevención de casos de crisis por personas afines, Vinculadores del Programa Peer Bridger, Servicios de Apoyo y ahora Servicios de Salud por personas afines. Su lema expresa que aquellos quienes han padecido de enfermedades son quienes mejor pueden proveer estos servicios: “Nada sobre nosotros sin nosotros.” Consideran que ya ha llegado el momento para instituir servicios por y para personas con enfermedades mentales, ya sean para promover la recuperación, auto-suficiencia y empleo o para ofrecer intervenciones oportunas para ayudar a evitar casos de crisis y mejorar su salud y bienestar.

Decenas de miles de consumidores han declarado claramente cómo se debe respetar sus decisiones en un informe oficial en el año 2006 titulado Inculcando Principios Basados en la Recuperación en el Servicio de Salud Mental. Tiene diez reglas esenciales:

- (1) Debe haber opciones informadas;
- (2) El tratamiento debe enfocarse en la recuperación;
- (3) El tratamiento debe centrarse en la persona;
- (4) Para empezar, no causar daño;
- (5) Debe haber acceso libre a los expedientes;
- (6) El sistema debe basarse en la confianza;
- (7) El tratamiento debe tener un enfoque en los valores culturales;
- (8) El tratamiento debe basarse en el conocimiento;

- (9) El tratamiento debe basarse en una asociación entre el consumidor y el proveedor;
y
(10) Debe haber acceso a servicios sin importar la habilidad de pagar
(www.thewhitepaper.org )

RECUPERACIÓN

Las definiciones oficiales incluyen: “Recuperarse de una enfermedad mental es un viaje de sanación y transformación que le permite a una persona con un problema de salud mental llevar vidas plenas en una comunidad de su elección mientras que intentan lograr su potencial máximo.”

Esta es mucho más amplia que la definición que históricamente se usaba en el sistema de tratamiento de salud mental: compensando por, o adaptando el impedimento de una incapacidad psiquiátrica.

Si considera que recuperarse es estar en remisión o volver a la forma que su ser querido era anteriormente, esto podría perjudicar los esfuerzos de recuperación. Estar “en proceso de recuperación” sin embargo, de brinda la posibilidad de funcionar bajo un nuevo conjunto de parámetros con potencial de crecimiento conforme lo defina el individuo.

La recuperación no es algo que usted puede hacer por su ser querido. Su ser querido debe responsabilizarse de su propia recuperación. La función de la familia es compartir los recursos valiosos que se encuentran en esta Guía para potenciar a su ser querido a diseñar sus propios objetivos y plan de recuperación. (págs. 38-39).

Página dejada en blanco intencionalmente

Herramientas que puede usar

LISTA DE INFORMACIÓN DEL HOSPITAL

INFORMACIÓN DEL PACIENTE:

DIRECCIÓN DEL HOSPITAL DEL PACIENTE:

NÚMEROS DE TELÉFONO DEL PACIENTE:

Teléfonos públicos de la sala del hospital:

Números de recepción:

Casa:

Celular:

HORAS DE VISITA Y OTRA INFORMACIÓN PERTINENTE:

DIAGNÓSTICO MÉDICO ACTUAL Y PASADO

Diagnóstico Actual (si lo hay)

Medicamento(s), si lo(s) hay

Médico de cabecera

¿Psiquiatra?

Dentista

CUESTIONES FÍSICAS

HISTORIAL DE ENFERMEDADES MENTALES/TRASTORNOS DEL CEREBRO EN LA FAMILIA

INFORMACIÓN DE CONTACTO PROFESIONAL:

LISTA DE INFORMACIÓN DEL HOSPITAL (se continúa)

**Psiquiatras atendiendo al paciente
(encargados de asignar medicamentos)**

#1 Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

#2 Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

Trabajador(a) Social

**(recomienda recursos: servicios sociales, vivienda, empleo y conduce
consejería)**

Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

Enfermera Practicante

(opina sobre el diagnóstico y tratamiento)

Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

LISTA DE INFORMACIÓN DEL HOSPITAL (se continúa)

Administrador de Casos

(Guía y dirige, ayuda a conseguir beneficios y a acceder servicios de salud, educación y sociales, aconseja sobre el diagnóstico y tratamiento de la enfermedad. Para cobertura más intensa: Administrador de casos intensivo)

Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

Gerente o Director Médico

(Médico que ocupa puestos clínicos y de gerencia)

Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

Consejeros Religiosos

(consejería tradicional con sanación por medio de lecturas de las escrituras)

Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

Consejería y Apoyo por Personas Afines

(aconsejan en cuanto a la recuperación al compartir su éxito luchando por y logrando la independencia)

Nombre: _____ TURNO de/a _____

Números de Teléfono: _____ celular: _____

Mejor hora para llamar: _____

Días y horas de contacto: _____

Fax: _____ Email: _____

HISTORIAL MÉDICO PERSONAL A FONDO (se continúa)

7. BENEFICIOS DEL SEGURO DEL GOBIERNO

Una trabajadora social o representante de la oficina de finanzas del hospital puede ayudarle a conseguir la ayuda financiera apropiada.

Representante(s) de beneficios del seguro

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____

Paciente califica para: _____

Fecha en que se solicitó el beneficio _____

Fecha vigente _____

Costos cubiertos/otros beneficios: _____

Paciente califica para: _____

Fecha en que se solicitó el beneficio _____

Fecha vigente _____

Costos cubiertos/otros beneficios: _____

Paciente califica para: _____

Fecha en que se solicitó el beneficio _____

Fecha vigente _____

Costos cubiertos/otros beneficios: _____

SEGURO SOCIAL persona(s) de contacto:

Nombre _____ Número de teléfono _____

Fax: _____ Email: _____

MEDICAID persona(s) de contacto:

Nombre _____ Número de teléfono _____

Fax: _____ Email: _____

MEDICARE persona(s) de contacto:

Nombre _____ Número de teléfono _____

Fax: _____ Email: _____

Otra Información Pertinente:

DESCRIPCIÓN DEL ESTADO LEGAL DEL PACIENTE

8. PLANIFICACIÓN DEL ALTA

(En caso de un diagnóstico doble, p.ej. abuso de sustancias y enfermedad mental, los servicios deben enfocarse en ambos.)

A) SERVICIOS DE ADMINISTRACIÓN DE CASOS

Tratamiento Comunitario Afirmativo

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____
Fax _____ Email _____

Administración de Casos con Apoyo

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____
Fax _____ Email _____

Administración de Casos Intensivo

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____
Fax _____ Email _____

B) TRATAMIENTO DE SALUD MENTAL

Tratamiento ambulatorio (individual o en grupo)

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____
Fax _____ Email _____

Programa de Tratamiento de Día

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____
Fax _____ Email _____

Psiquiatra/Trabajadora Social/Terapeuta

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____
Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____
Fax _____ Email _____

C) OTRO APOYO COMUNITARIO

Grupos de Auto-ayuda, AA, NA, MHA, NAMI, NYAPRS, Double Trouble (circle)

Proveedor _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Club Psicosocial

Proveedor _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Otro Programa

Proveedor _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Grupo de Apoyo

Proveedor _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Tratamiento Individual de Rehabilitación Psiquiátrica (IPRT, por sus siglas en inglés)

Proveedor _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Programa Vocacional

Proveedor _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

D) VIVIENDA: DONDE VIVIR DESPUÉS DEL ALTA

Proveedor de Vivienda Comunitaria _____ Si corresponde, Fecha de Inicio _

_____ Información de Contacto: Nombre _____

_____ Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

E) PARA DIAGNÓSTICO DOBLE

Programa para personas con Enfermedades Mentales y Adicciones Químicas
(MICA, por sus siglas en inglés)

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

_____ Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Grupo de Apoyo

Proveedor del tratamiento _____ Fecha de Inicio _____

Información de Contacto: Nombre _____

_____ Teléfono _____ Celular _____

Fax _____ Email _____

Herramientas que puede usar #2

HOJA PARA DOCUMENTAR EVENTOS PERTINENTES

(Use estas hojas para llevar un registro de todas las reuniones, conversaciones telefónicas, correos electrónicos, cartas, efectos secundarios en el hospital o en casa).

FECHA

QUIÉN ESTABA ATENDIENDO

QUÉ SE DECIDIÓ

SÍNTOMAS

MEDIDAS DE ACCIÓN

QUIÉN HACE QUÉ PARA CUÁNDO

EFFECTOS SECUNDARIOS

CAMBIOS: Físicos

CAMBIOS: Del comportamiento

Herramientas que puede usar #3

MUESTRA DE UN CONTRATO DE FAMILIA

(adapte las partes entre paréntesis a su situación particular) miembro de familia)
consiente en cumplir con las siguientes condiciones:

1. Yo (ofreceré mi hogar durante el periodo de transición mientras el miembro de familia espera colocarse en una vivienda con apoyo)
2. Yo (no entraré a la habitación de _____ sin tocar)
3. Yo (le daré a _____ comidas y dinero para gastar en la suma de \$____ por semana)
4. Yo (le ayudaré a _____ con transporte a sus citas y servicios, y, cuando pueda, a otros lugares apropiados)
5. Otro _____ yo, (consumidor) consiento en cumplir con las siguientes condiciones:
 1. Yo (tomaré mis medicamentos de la manera en que me los recetó un psiquiatra acreditado, iré a mis citas con mi administrador de casos dos veces por mes, y cooperaré con el tratamiento y los objetivos del plan).
 2. Yo (entiendo que para acertar con el medicamento se requiere de ensayo y error y que es mi responsabilidad informar a mi médico para poder acertar)
 3. Yo (prometo avisar cuando sienta las primeras señales de alerta como insomnio, ansiedad y escuchar voces).
 4. Yo (no me haré daño a mí mismo ni a los demás, y no haré amenazas de hacerle daño a los demás).
 5. Consiento en cumplir con el siguiente deber: (lista de deberes y cuándo se deben hacer).
 6. Yo (no esperaré que mi familia me ayude económicamente, a parte de los \$____ para gastar por semana).
 7. Yo (seré cortés en casa de mi familia y usaré técnicas para controlar el estrés y las emociones).
 8. Yo (me comprometeré a un plan para conseguir empleo de jornada completa; trabajaré como voluntario de manera flexible mientras me estabilizo y asistiré a un programa de capacitación).
 9. Otro _____

Miembro de la familia

Firma

Fecha

Consumidor

Firma

Fecha

Proveedor

Firma

Fecha

RECURSOS

VOLUNTADES ANTICIPADAS

La Asociación de Servicios de Rehabilitación Psiquiátrica de Nueva York
518-436-0008 x19

www.nyaprs.org 

Visite esta página en la Internet para descargar el documento titulado Planificar su Atención de Salud Mental y Física y Tratamiento, el cual es un conjunto completo de formularios para Voluntades Anticipadas e instrucciones al igual que un carnet de socio: http://www.nyaprs.org/Pages/View_Content_A.cfm?ContentID=39 

TRATAMIENTO ASISTIDO PARA PACIENTES EXTERNOS (AOT)

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

http://www.omh.ny.gov/omhweb/resources/publications/aot_program_evaluation/appen dix_a.html

ELIGIBILIDAD PARA BENEFICIOS

Servicios de Abogacía, Asesoría y Derechos (ACES)
212-614-5552

Llame para investigar para cuales beneficios califica su ser querido.

Centros para Servicios de Medicare y Medicaid

800-342-3009 (Medicaid)

877 472-8411 (sólo Ciudad de NY)

<http://www.cms.hhs.gov/medicaideligibility/> 

800-772-1213 (Línea de Información Básica de Medicare para registración/elegibilidad)

<http://www.medicare.gov/Help/MET.asp> 

**Administración de Recursos Humanos de la Ciudad de Nueva York,
Departamento de Servicios Sociales**

718-472-8411, (TTY) 718-262-3566

o la línea gratuita 1-800-342-3009

<http://www.nyc.gov/html/hra/html/home/home.shtml> 

**Oficina del Estado de Nueva York de Servicios Temporales y para
Discapacidades**

800-342-3009

<https://www.mybenefits.ny.gov/selfservice/> 

La página principal titulada “Mis Beneficios” es una forma rápida y fácil para que las personas del Estado de Nueva York encuentren respuestas a sus preguntas sobre los programas y servicios del Estado de Nueva York incluyendo elegibilidad para beneficios.

La Asociación de Servicios de Rehabilitación Psiquiátrica de Nueva York (NYAPRS)

Beneficios de Seguro Social por Incapacidad

800-772-1213, (TTY) 800-325-0778

<http://www.ssa.gov/dibplan/dqualify.htm>

NIÑOS

Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Juvenil

202-966-7300

www.aacap.org

Este sitio ofrece información de última hora, hojas informativas, acción legislativa, publicaciones, investigaciones y una guía de organizaciones de salud mental y médicos organizada por regiones.

Familias Unidas en el Estado de Nueva York

518-432-0333 o 888-326-8644

www.ftnys.org

Familias Unidas es una organización sin fines de lucro administrada por familias que luchan por establecer una voz unida para niños y jóvenes con desafíos emocionales, sociales y de comportamiento. Su misión es asegurar que cada familia tenga acceso a la información, apoyo y servicios necesarios. La página en la Internet cuenta con publicaciones, guías e informes.

Familias USA

www.familiesusa.org

Un centro de información completa para asuntos relacionados a los niños.

CRISIS

Equipos Móviles de Crisis

800-543-3638 (LIFENET)

Son un equipo de profesionales de salud mental (enfermeras, trabajadores sociales, psiquiatras, técnicos de salud mental, especialistas en adicción, consejería por personas afines y a veces la policía) que responden las llamadas de personas en la comunidad, normalmente en sus hogares. Cuentan con 23 equipos a través de la Ciudad de Nueva York que atienden a cualquier persona que está pasando por o corre el riesgo de pasar por una crisis psicológica y requiere de intervención de salud mental.

REHABILITACIÓN COGNITIVA

La Oficina de Servicios Vocacionales y Educativos para Personas con Discapacidades del Estado de Nueva York (VESID)

<http://www.vesid.nysed.gov/> 

Ofrece acceso a una gama completa de servicios de los cuales personas con incapacidades pueden requerir a lo largo de sus vidas, incluyendo educación especial, rehabilitación cognitiva, rehabilitación vocacional y programas para vivir independientemente. Visite la página en la Internet para la información de contacto de la oficina de distrito en su condado.

Servicios Lieber de Recuperación y Rehabilitación

Centro Médico de la Universidad Columbia zona este

16 East 60th Street, Suite 400, New York, New York 10022

212-326-8441

Ofrece el método NEAR (Enfoque Neuropsicológico Educativo para la Rehabilitación) que proporciona ejercicios neurocognitivos específicos para mejorar la atención, planificación, memoria y otras habilidades cognitivas. Ejercicios por computadora y ejercicios en grupo enseñan conciencia de los procesos cognitivos y habilidades cognitivas y mejoran la autoestima y motivación intrínseca. De pago por el paciente.

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

<http://www.omh.ny.gov/>

Desde la página en la Internet, busque “Dealing with Cognitive Dysfunction” (Enfrentando la Disfunción Cognitiva) para descargar una guía sobre el tratamiento cognitivo escrito por Alice Medalia

QUEJAS (TAMBIÉN VÉASE “SERVICIOS LEGALES”)

Comisión del Estado de Nueva York para la Calidad de Atención

800-624-4143 (Voz/TTY/español)

<http://cqc.ny.gov/> 

Para problemas relacionados al tratamiento de pacientes dentro y fuera del hospital.

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

Línea directa

1-800-597-8481

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

Enlaces de Familia

518-474-4888

Ayuda a familias a abogar por sus seres queridos en ambientes hospitalarios o clínicos

Oficina de Asuntos del Consumidor del Estado de Nueva York

518-473-6579

Apoyo brindado por personas afines ayuda a consumidores con problemas relacionados con el tratamiento y/o a conseguir servicios.

APOYO AL CONSUMIDOR Y AUTOAYUDA

Centro para la Independencia del Incapacitado, NY (CIDNY)

212-674-2300

212-674-5619 TTY (Manhattan)

646-442-1520

718-886-0427 TTY (Queens)

<http://www.cidny.org/> 

Esta organización sin fines de lucro forma parte del movimiento de los Centros para Vivir Independientemente. Su objetivo es asegurar una integración completa, independencia e igualdad de oportunidades para todas las personas con incapacidades removiendo las barreras a la vida social, económica, cultural y cívica de la comunidad. Las oficinas de CIDNY en Manhattan y Queens ofrecen asesoría de beneficios, servicios directos (p. ej. ayuda en cuanto a viviendas, servicios de transición para jóvenes incapacitados, ayuda relacionada al empleo, acceso a atención médica, grupos de apoyo de personas afines), información y referencias así como actividades recreativas.

Alianza de Apoyo a Personas con Depresión y Trastorno Bipolar

www.dbsalliance.org/ 

Dedicada a educar sobre la depresión y el trastorno bipolar, fomentar autoayuda, eliminar la discriminación y mejorar el acceso al tratamiento.

Amigos en la Comunidad

(212) 632-4743

Este programa administrado por el Consejo Judío de Servicios para Familias y Niños ha capacitado a voluntarios [para] contactar a miembros enfermos para romper cualquier sentimiento de aislamiento al ofrecerles una reunión simple como caminar por el parque o un café en Starbucks avanzando a salidas más estimulantes que aprovechan el sinfín de oportunidades gratuitas que ofrece la Ciudad.

Fountain House

www.fountainhouse.org 

212-582-0340

Una comunidad de recuperación tipo “Casa Club” organizada por y para los enfermos mentales. Cuentan con un poco de personal pero básicamente es administrada por consumidores. Sus miembros emprenden una variedad de actividades en una casa club, bella y acogedora, al igual que ofrecen oportunidades para conseguir vivienda, trabajo y amistades. La primera Casa Club Fountain House en la Ciudad de Nueva York empezó en 1948 por un grupo de consumidores sentados en los escalones de la Biblioteca Pública en la calle 42 hablando del tipo de lugar donde les gustaría pasar el tiempo. Habiendo fundado la primera, acuñaron el término “Casa Club” para sus “miembros” definiéndolo como un lugar de afiliación y donde las personas sienten que encajan bien ... Desde entonces, el modelo Fountain House establece normas estrictas para una red de Casas Club por el mundo.

Red de Amistad

www.friendshipnetwork.org 

Ofreciendo servicios en los cinco barrios de la Ciudad de Nueva York (Queens, Bronx, Manhattan, Staten Island, Brooklyn); Long Island (Nassau y el Condado de Suffolk); el Condado de Westchester y el norte de Nueva Jersey, la Red de Amistad es una organización sin fines de lucro que presenta a hombres y mujeres solteros en recuperación de enfermedades mentales los unos con los otros. Patrocinado por NAMI de Queens-Nassau.

Proyecto para la Autonomía de Salud Mental

800-643-7462

(para una lista de grupos para la autoayuda del consumidor)

Recuperación de Salud Mental

802-254-2092

www.mentalhealthrecovery.com 

www.copelandcenter.com 

Mary Ellen Copeland ha escrito varios libros y desarrollado una variedad de programas para ayudar a las personas en el proceso de recuperación, incluyendo el Plan de Acción para Recuperar el Bienestar (WRAP), un programa que enseña habilidades de auto-supervisión para las altas y bajas del Trastorno Bipolar. Las páginas en la Internet ofrecen información útil, un boletín gratuito y una lista de publicaciones y talleres que se pueden comprar.

Programa de Personas Afines (Peer to Peer) de NAMI

518-462-2000 o 800-950—3328(P2P)

Para personas con enfermedades mentales que quieren establecer y mantener su bienestar y recuperación. El programa ofrece una carpeta de materiales incluyendo una voluntad anticipada; un “plan para prevenir las recaídas”; y ejercicios de concienciación para ayudar a enfocarse y a pensar tranquilamente; y técnicas de supervivencia para convivir con proveedores y las personas en general. Se limita al Estado de Nueva York.

Conexión NAMI

Busque “NAMI Connection” en Google, para conseguir un mapa que muestra donde, en casi cincuenta estados, hay un grupo disponible.

Es un grupo semanal para apoyar la recuperación de personas que viven con enfermedades mentales, para aprender de sus experiencias, compartir estrategias para sobrellevar su situación y ofrecer ánimo y comprensión.

Asociación de Salud Mental del Estado de Nueva York

518-434-0439

<http://www.mhanys.org> 

Esta organización de cien años ofrece programas, recursos, educación y referencias. Todas las demás delegaciones en el país se llaman “Salud Mental America” (Mental Health America).

Centro de Información Nacional para Consumidores de Salud Mental

www.mhselfhelp.org 

Noticias, publicaciones, recursos, capacitación, materiales, ayuda técnica y una guía de servicios encabezados por consumidores.

Voces de la Ciudad de Nueva York

www.nycvoices.org 

Una publicación de personas afines para el apoyo de la salud mental, Voces de la Ciudad de Nueva York es una publicación excelente escrita por consumidores para consumidores y la comunidad de Nueva York.

Asociación de Servicios de Rehabilitación Psiquiátrica de Nueva York

(518) 436-0008, www.nyaprs.org 

Esta organización principal para consumidores es una coalición a nivel estatal de personas que usan y/o ofrecen servicios enfocados en la recuperación basados en la comunidad. Dedicada a mejorar servicios y condiciones sociales para personas con [sic.] psiquiátrico, patrocina un servidor automático completo de listas de correos, ofrece capacitación, ejerce presión y patrocina el proyecto de Vinculación con Personas Afines “Peer Bridger” (ver a continuación). Su servidor automático de listas de correos es uno de los registros de asuntos legislativos y de política más completos que existen actualmente (llame al número mencionado arriba para ser colocado en el servidor).

Oficina de Asuntos del Consumidor de la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

(518) 473-6579

El personal está compuesto por consumidores, OCA ofrece capacitación para saber abogar a su familiar, ayuda técnica y apoyo por personas afines, al igual que reuniones del comité asesor cada tres meses.

Proyecto de Vinculación con Personas Afines “Peer Bridger”

518-436-0008

Tanyas@nyaprs.org,
<http://www.nyaprs.org/Index.cfm> 

El Proyecto de Vinculación con Personas Afines “Peer Bridger” de NYAPRS ha ayudado a individuos durante el proceso del alta de Centros Psiquiátricos del Estado de Nueva York en seis condados (Albany, Ulster, Broome, Queens, Suffolk y Westchester) para facilitar la transición a la vida en la comunidad y para disminuir considerablemente la necesidad de ser reinternados.

Recovery x-Change

<http://recoveryxchange.org/> 

Recovery x-Change es una asociación entre personas afines especializadas y proveedores para el manejo del bienestar al crear, diseñar y personalizar capacitaciones enfocadas en la recuperación para un método integrado necesario para lograr recuperarse.

DERECHO PENAL

Programa de Defensa de Derecho Penal de NAMI del Estado de Nueva York

260 Washington Avenue Albany, NY 12210

518-462-2000 o 1-800-950-3228

<http://www.naminys.org/criminal-justice/education-a-training> 

Ayuda a que familias orienten a su ser querido por el sistema de derecho penal y a que luchen por iniciativas que no lleven a la cárcel.

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York Oficina de Servicios Forenses y Procesos Penales

518-474-7219

<http://www.omh.ny.gov/omhweb/forensic/>

Encargados de servicios para personas con enfermedades mentales conforme lo ordene el Derecho Procesal Penal o Correccional.

Centro de Recursos para el Reingreso- Nueva York

<http://www.reentry.net/ny/> 

Reingreso Net/NY es la primera red de apoyo y centro de información sobre el reingreso a la cárcel o prisión y las consecuencias secundarias de los procesos penales en los individuos y las familias en el estado de Nueva York.

Justicia Urbana NYC

646-602-5600

www.urbanjustice.org 

El Centro de Justicia Urbana se encarga de los residentes más vulnerables de la Ciudad de Nueva York por medio de una combinación de servicio legal directo, abogacía sistémica, educación comunitaria y organización política.

INTERVENCIÓN EN CASOS DE CRISIS

LIFENET Equipos móviles de intervención en casos de crisis

800 543-3638

ASUNTOS CULTURALES Y APOYO

Centro de Acción Multicultural de NAMI

Los recursos en la Internet incluyen hojas informativas, guías y otros materiales informativos sobre asuntos de salud mental enfocados en comunidades tradicionalmente marginadas: afro-americanos, indios americanos nativos de Alaska, asiático-americanos de las islas del Pacífico, Latinos y Gays, Lesbianas, Bisexuales y personas transgénero. Hay recursos disponibles en español, chino, italiano y portugués. Página en la Internet: Vaya a http://www.nami.org/Content/NavigationMenu/Find_Support/Multicultural_Support/Cultural_Competence/Cultural_Competence.htm . De la página principal, seleccione “Encontrar Apoyo” del menú desplegable y seleccione “Centro de Acción Multicultural.”

Oficina para la Competencia Cultural de la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

http://www.omh.ny.gov/omhweb/cultural_competence/
518-474-1704

Avanza los intereses y actividades multiculturales

Oficina de Salud de las Minorías

1-800-444-4472

<http://minorityhealth.hhs.gov/espanol/> 

Su misión es mejorar la salud de minorías raciales y étnicas a través de la comunicación y servicios personalizados así como enfoques prácticos a los problemas y asuntos.

MEDICAMENTOS AYUDA (ECONÓMICA)

Programas de Ayuda para Pacientes PhRMA

www.phrma.org 

Encuentre programas de ayuda para pacientes para los que usted pueda calificar.

El Programa de Medicina

www.themedicineprogram.com 

Una organización fundada por voluntarios que ayudan a personas que no tienen los medios para pagar a conseguir medicamentos recetados sin costo.

Rx Assist

www.rxassist.org 

Este banco de datos en el cual se pueden efectuar búsquedas, localiza programas de ayuda para pacientes por empresa, nombre de marca, nombre genérico y clase de fármaco. Incluye elegibilidad e instrucciones para solicitar.

Together Rx

<http://www.togetherrxaccess.com/Tx/jsp/apply.jsp> 

Una tarjeta gratuita para descuentos en las recetas de residentes elegibles de los Estados Unidos y Puerto Rico que no cuentan con cobertura para medicamentos recetados.

EPIC

http://www.health.ny.gov/health_care/epic/ 

EPIC es un programa del Estado de Nueva York que ayuda a personas de la tercera edad a pagar sus medicamentos recetados. La mayoría de personas inscritas tienen Medicare Parte D u otro tipo de cobertura de medicamentos y usan EPIC para reducir sus costos de medicamentos aun más al ayudarles a pagar el deducible y copagos requeridos por sus otros planes de medicamentos. EPIC también ayuda a miembros a pagar sus primas de Medicare Parte D.

Medicare Parte D

800-633-4227, TTY: 1-877-486-2048

<http://www.medicare.gov/default.aspx> 

Esta cobertura de Medicare para medicamentos recetados es un seguro que cubre medicamentos recetados ambos de marca y genéricos en farmacias participantes en su área para cualquier persona con Medicare sin importar sus ingresos y recursos, estado de salud, o gastos actuales de medicamentos recetados.

DIAGNÓSTICO DOBLE

Oficina de Servicios para el Alcoholismo y Abuso de Sustancias (OASAS)

518-473-3460 o 212-399-8404

<http://www.oasas.ny.gov/index.cfm> 

Asociación Nacional para Personas con Diagnóstico Doble

1-800-331-5362

<http://www.thenadd.org/> 

Ofrece servicios educativos, materiales de capacitación, apoyo y algunas referencias. La misión de esta organización sin fines de lucro es ocuparse de las necesidades de salud mental de personas con impedimentos del desarrollo.

TRASTORNOS ALIMENTICIOS

Asociación Nacional de Trastornos Alimenticios (NEDA)

1-800-931-2237

<http://www.nationaleatingdisorders.org/> 

Dedicada a proporcionar educación, recursos y apoyo para personas afectadas por trastornos alimenticios.

Asociación Americana de Anorexia/Bulimia

212-575-6200

Grupos de apoyo, información y referencias

EDUCACIÓN

Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación (FIEPR)

585-224-1324

<http://www.nysfamilyinstitute.org/> 

Ofrece consultas de familia enfocadas en el consumidor y enlaces a referencias. Con el consentimiento del consumidor, la Consulta de Familia está compuesta por reuniones de una a tres sesiones después de salir del hospital con un proveedor de salud mental para hablar de sus preocupaciones, explorar soluciones y planificar como afrontarlas. También es un servicio que sirve de portal para la Gama Completa de Servicios Familiares de FIEPR.

Proyecto para la Educación de Enfermedades Mentales (MIEP)

800-343-5540

www.miepvideos.org 

Busca mejorar el conocimiento de las enfermedades mentales a través de la producción de vídeos para personas con trastornos psiquiátricos, sus familias, profesionales de salud mental, administradores, educadores y el público en general.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York (NAMI-NYS)

518-462-2000 o 800-950-3228

www.naminys.org 

Ofrece educación completa y programas de capacitación para pacientes y familias incluyendo el curso de 12 semanas llamado Familia a Familia. Visite la página en la Internet <http://naminys.org/educationandtraining.html> , contacte su delegación NAMI local (usted puede encontrar una lista de nuestros afiliados en nuestra página en la

Internet) o llame a NAMI-NYS para más detalles sobre cursos educativos disponibles cerca de usted. Ellos patrocinan una conferencia anual donde se presentan líderes del campo de salud mental, ofrecen talleres y la oportunidad de relacionarse a nivel estatal.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales de la Ciudad de Nueva York Metro (NAMI-NYC Metro)

212-684-3264

<http://www.naminycmetro.org/> 

Uno de los afiliados más grandes de Alianza Nacional de Enfermedades Mentales, esta organización comunitaria ofrece apoyo, educación y representación para familias y consumidores de todos orígenes étnicos y socio-económicos que viven con enfermedades mentales. Sus veinte grupos de apoyo se encargan de las necesidades de personas que padecen de esquizofrenia, trastorno bipolar con familias y niños quienes enfrentan enfermedades mentales y hasta ofrecen terapia para mascotas. El único grupo de apoyo tiene lugar el primer viernes del mes. El Grupo de los Medios y Apoyo (MAG) ofrece información de apoyo, formación de habilidades, oportunidades para relacionarse, y una persona del campo de salud mental quien presenta un tema cada mes. La línea directa de NAMI-NYC Metro está disponible de lunes a viernes. Del mediodía a las 7 p.m. de lunes a jueves y del mediodía a las 6 p.m. los viernes. (212) 684-3264. (páginas 47, 58)

**Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York,
Oficina de Asuntos del Consumidor y de Familias (NYSOMH)**

518-473-6579

http://www.omh.ny.gov/omhweb/consumer_affairs/

La reunión trimestral del Comité para Familias del Comisionado es una oportunidad para que las familias y proveedores aprendan sobre las actividades más recientes de NYSOMH, se relacionen con sus colegas y se conviertan en un grupo focal para los proyectos internos de OMH al igual que para los que ellos generan. Llame para conseguir una “Caja de Herramientas” para el Auto-Manejo del Bienestar o para unirse a su servidor automático de listas de correos: listserv.omh.stte.ny.us.

EMPLEO

Centro para la Rehabilitación y Recuperación

212-742-1600

www.coalitionny.org 

El centro ha creado un cuaderno exhaustivo con una lista de 115 programas de salud mental que apoyan el empleo en la Ciudad de Nueva York. También ofrece información sobre cómo trabajar sin dejar que un salario le impida recibir beneficios al igual que

cómo escoger un programa de empleo. El cuaderno se puede descargar desde su página en la Internet.

Red para la Asistencia de Empleadores y Reclutamiento (EARN)

<http://www.earnworks.com> 

Este servicio gratuito conecta a empleadores que buscan a empleados de calidad con candidatos capacitados. Empleadores federales y privados, proveedores de servicios de empleo y personas que buscan empleo pueden registrarse en la página en la Internet y anunciar o buscar vacantes en su región.

Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (EEOC)

800-669-4000 o (TTY) 800-669-6820

<http://www.eeoc.gov/> 

La EEOC se encarga de hacer cumplir la Ley de Ciudadanos con Discapacidades (ADA). Además de asuntos laborales relacionados con las enfermedades mentales, esta página en la Internet también contiene una variedad de temas sobre la discriminación, incluyendo procesos para presentar una queja. Otros temas de interés incluyen las Mejores Prácticas para Emplear a Personas Incapacitadas en el Gobierno Estatal e Información para Pequeñas Empresas para Cumplir con la Ley de Ciudadanos con Discapacidades.

Job Accommodation Network (JAN).

1-800-526-7234 (V/TTY)

<http://www.jan.wvu.edu/> 

Este servicio gratuito de la Oficina de la Política para el Empleo de Personas Incapacitadas por medio del Ministerio de Trabajo de los Estados Unidos está diseñado para aumentar la empleabilidad de personas incapacitadas al: 1) ofrecer soluciones personalizadas para proporcionar asistencia en el trabajo; 2) ofrecer ayuda técnica en cuanto a la Ley de Ciudadanos con Discapacidades y otras leyes relacionadas con las incapacidades; y 3) educar a las personas que llaman sobre las opciones de trabajar por su cuenta.

Departamento de Trabajo del Estado de Nueva York y Fuerza Laboral Nueva York

<http://www.nycareerzone.org/>

El Departamento de Trabajo del Estado de Nueva York y Fuerza Laboral Nueva York patrocinan la Zona de Carreras que ofrece exploración de carreras y ayuda a enlazar los intereses y habilidades de personas que buscan trabajo con las vacantes.

Servicios Vocacionales y Educativos para Personas con Discapacidades (VESID)

518-474-1711, 800 222-jobs o 5626)

VESID, el sistema de rehabilitación vocacional del Estado de Nueva York, ofrece oportunidades de empleo de transición y con apoyo. VESID coordina servicios relacionados con evaluaciones vocacionales, asesoría vocacional, capacitación y colocaciones así como seguimiento después de conseguir trabajo. VESID se asegura de que tanto el individuo como el empleador estén satisfechos con la colocación e intervendrán si surgen problemas una vez que el individuo sea colocado en un trabajo. VESID también es vendedor en el programa Boleto para Trabajar administrado por la Administración de Seguro Social.

Asociación para la Salud Mental en el Trabajo

703-907-8561 o 703-907-8673

<http://www.workplacementalhealth.org/> 

Este sitio ofrece materiales educativos y un foro para explorar asuntos de salud mental para empleadores y empleados, incluyendo las publicaciones La Salud Mental Funciona (Mental Health Works) y un Lugar de Trabajo de Salud Mental Sana: Es Bueno para los Negocios (A Mentally Healthy Workplace: It's Good for Business).

Boleto para Trabajar

866-968-7842 o (TTD) 866-833-2967

<http://www.yourtickettowork.com/> 

Un programa federal administrado por la Administración de Seguro Social, Boleto para Trabajar es un vale que usted puede llevar a cualquier proveedor para recibir rehabilitación vocacional, capacitación, referencias de trabajo y otros tipos de servicios y apoyo continuo para alcanzar sus objetivos de empleo.

Oficina del Estado de Nueva York de Servicios Vocacionales y Educativos para Personas con Discapacidades (VESID)

<http://www.vesid.nysed.gov/> 

Ofrece acceso a una gama completa de servicios de los cuales personas con incapacidades pueden requerir a lo largo de sus vidas, incluyendo educación especial, rehabilitación cognitiva, rehabilitación vocacional y programas para vivir independientemente. Visite la página en la Internet para la información de contacto de la oficina de distrito en su condado.

Centros Workforce One (Únicamente en la Ciudad de Nueva York)

954-677-5555

<http://www.wf1broward.com/> 

Localizados en cada barrio de la Ciudad de Nueva York, cuentan con un Navegador de Programas para Incapacitados en su personal. Todos los residentes de la Ciudad de Nueva York califican para este programa. Además de ayuda para buscar trabajo, ofrecen algunos vales para capacitación limitada, acceso a una computadora, impresora, teléfono y fax y cursos para el Diploma de Educación General (GED).

CUPONES DE COMIDA

**Administración de Recursos Humanos de la Ciudad de Nueva York,
Departamento de Servicios Sociales**

718 472-8411, (TTY) 718-262-3566 o 800-342-3009

<http://www.nyc.gov/html/hra/html/directory/food.shtml> 

Visite esta página en la Internet para descargar la solicitud al igual que para conseguir las direcciones e información de los 19 centros por toda la ciudad abiertos de las 8:30 a.m. a las 5 p.m. de lunes a viernes. (véase pág. 14)

Oficina de Asistencia para Discapacidades Temporales del Estado de Nueva York
1-800-342-3009 y oprima el "1" para Cupones de Comida

<http://otda.ny.gov/programs/food-stamps/> 

PLANIFICACIÓN DE ATENCIÓN FUTURA PARA FIDEICOMISOS DE NECESIDADES ESPECIALES

Centro de Información para la Planificación de Atención Futura
800-652-2090

Información acerca de testamentos, fideicomisos, tutelas y algunas referencias. Se tiene que establecer un Fideicomiso de Necesidades Especiales (SNT, por sus siglas en inglés) en caso de que exista una herencia para a) proteger al consumidor de una pérdida de beneficios y b) mantener la herencia intacta para poder proveer para necesidades suplementarias.

SALUD, GENERAL

Healthfinder

www.healthfinder.gov 

Esta página en la Internet puede ayudar a encontrar publicaciones selectas en la Internet, centros de información, bancos de datos y grupos de apoyo y autoayuda al igual que agencias del gobierno y organizaciones sin fines de lucro.

MedicineNet

www.medicinenet.com 

Producido por una red de médicos, este sitio incluye noticias y perspectivas, novedades sobre tratamientos, hechos de salud, un diccionario médico y un índice de medicamentos de uso más frecuente.

SALUD - MENTAL (GENERAL)

Centro para Servicios de Salud Mental

www.mentalhealth.org 

Un sitio de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) que promueve la educación de enfermedades mentales a gran escala. Incluye estadísticas de enfermedades mentales en cuanto a mental [sic] al igual que noticias y un banco de datos donde se pueden efectuar búsquedas. Ofrecen excelentes materiales continuos y educativos para las personas registradas en su servidor automático de listas de correos.

Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación

www.nysfamilyinstitute.org 

Ofrece capacitación a nivel estatal, asistencia técnica y supervisión a proveedores de salud mental respecto al diseño, implementación y evaluación de intervenciones familiares basadas en las investigaciones, para individuos con enfermedades mentales graves y sus familias. Su Consulta Familiar Enfocada en el Consumidor es un servicio que sirve de portal para la Gama Completa de Servicios Familiares de FIEPR. (pág 25)

Salud Mental América

www.nmha.org 

Antiguamente llamada la Asociación Nacional de Salud Mental. Noticias, alertas legislativas, publicaciones gratis, recursos extensos, enlaces y más. Su página en la Internet es muy fácil de usar.

Asociación de Salud Mental en el Estado de Nueva York

518-434-0439

www.mhanys.org 

Recursos de Salud Mental

www.mentalhealthed.org 

mhresources@nyc.rr.com

Administrado por familias, Recursos de Salud Mental educa a familias sobre cómo ejercer sus derechos, navegar el sistema de salud mental, conseguir servicios y aliarse a su ser querido para formar una vida independiente - asegurar el tratamiento, empleo, vivienda y más.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales

www.nami.org 

La Alianza Nacional para las Enfermedades Mentales (NAMI) es una organización sin fines de lucro, comunitaria, de autoayuda, apoyo y representación para consumidores, familias y amigos de personas con enfermedades mentales graves. Fundada en 1979, NAMI tiene más de 210,000 miembros que buscan servicios justos para personas con enfermedades mentales graves.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York

518-462-2000 o 800-950-3228

www.naminys.org 

La Alianza Nacional para Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York (NAMI-NYS) es una organización comunitaria para la educación, defensa y apoyo de personas con enfermedades mentales y sus familias en 56 delegaciones afiliadas a nivel estatal. La página en la Internet contiene una variedad de información y recursos, incluyendo esta guía.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales de la Ciudad de Nueva York Metro

212-684-3264

<http://www.naminycmetro.org/> 

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales de la Ciudad de Nueva York Metro, Inc. es un de los afiliados más grandes de la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales. Esta organización comunitaria brinda apoyo, educación y representación para familias e individuos de todos orígenes étnicos y socio-económicos que viven con enfermedades mentales.

Red de Atención para la Salud del Comportamiento

<http://newyorkcity.ny.networkofcare.org/mh/> 

Una página bastante interactiva donde se puede acceder información sobre los servicios en la Ciudad de Nueva York en una sola página.

División de Higiene Mental de la Ciudad de Nueva York

212-219-5003

<http://www.nyc.gov/html/doh/html/dmh/dmh.shtml> 

División de Atención al Consumidor, ofrece servicios para consumidores en una gran variedad de programas enfocados en la recuperación.

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

518-474-2568 o 800-597-8481

<http://www.omh.ny.gov/omhweb/spansite/> - Enspanol

<http://www.omh.ny.gov>

44 Holland Avenue

Albany, New York 12229

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York. Esta agencia del Estado de Nueva York está autorizada por ley para administrar 25 hospitales psiquiátricos y supervisa 2500 proveedores de servicios de salud mental locales sin fines de lucro y del gobierno a nivel estatal (incluyendo servicios hospitalarios y ambulatorios, de emergencia, apoyo en la comunidad, residenciales y programas para el cuidado de familias).

Instituto Nacional de Salud Mental

<http://www.nimh.nih.gov/index.shtml> 

Autoridad en investigaciones de salud mental. Visite esta página en la Internet para aprender más acerca de las enfermedades mentales, investigaciones y tratamiento.

GOBIERNO

Enlaces de Salud Mental a Páginas Federales en la Internet

<http://store.samhsa.gov/espanol> 

Instituto Nacional de Salud Mental

www.nimh.nih.gov 

Esta página en la Internet contiene información sobre actividades de investigación básicas y clínicas.

Servicios de la Ciudad de Nueva York

www.nyc.gov 

Los Servicios de la Ciudad de Nueva York le da al público acceso a información sobre las agencias y servicios de la Ciudad de Nueva York.

Gobierno del Estado de Nueva York

<http://www.ny.gov> 

Gobernador del Estado de Nueva York

<http://www.governor.ny.gov> 

Senado del Estado de Nueva York

www.nysenate.gov 

El Senado del Estado Nueva York contiene información sobre las actividades del senado del estado al igual que las direcciones de las oficinas de sus senadores.

Asamblea del Estado de Nueva York

www.assembly.ny.gov 

Esta página en la Internet le permite contactar al representante de distrito por correo electrónico.

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

www.omh.ny.gov

Seguro Social en la Internet

www.ssa.gov 

Responde a sus preguntas más frecuentes, noticias, una sección especial para entender el seguro social y mucho más. Información disponible en inglés y español.

SEGUROS DE SALUD (privados)

Línea directa de Seguros de Salud

800-333-4114

Departamento de Seguros del Estado de Nueva York

800-342-3355

Oficina de Atención Médica del Procurador General del Estado de Nueva York

800-692-4422

SEGUROS DE SALUD (públicos)

Medicaid: Línea Directa de Medicaid del Estado de Nueva York

800-342-3009

Medicare: Línea de Información Básica para registrarse/elegibilidad: 800-772-1213

Línea directa de Medicare

800-MEDICARE (páginas 13, 41)

Programa de Seguros de Salud para Niños

<http://www.cms.hhs.gov/LowCostHealthInsFamChild/> 

Anteriormente conocido como el Programa Estatal de Seguros de Salud para Niños (SCHIP, por sus siglas en inglés), esta asociación estatal y federal se enfoca en niños sin seguro y mujeres embarazadas de familias cuyos ingresos son demasiado altos para calificar para la mayoría de programas estatales de Medicaid pero a menudo demasiado bajos para poder costear cobertura privada.

Child Health Plus

800-300-8181 /718-630-0126

http://www.healthplus-ny.org/es/119_ESN_HTML.html 

Child Health Plus/Health Plus les proporciona a niños o adolescentes cobertura médica gratuita o asequible dependiendo de los ingresos de su hogar.

Family Health Plus

http://www.healthplus-ny.org/es/118_ESN_HTML.html 

Family Health Plus es un programa público de seguro de salud para adultos de 19 a 64 años de edad quienes tienen ingresos o recursos demasiado altos para calificar para Medicaid. Family Health Plus está disponible para adultos solteros, parejas sin niños y padres que son residentes del Estado de Nueva York y son ciudadanos de los Estados Unidos o en una de las muchas categorías migratorias.

Family Health Plus ofrece cobertura exhaustiva incluyendo prevención, atención primaria, hospitalización, recetas y otros servicios. Existen copagos mínimos para algunos servicios de Family Health Plus que son proporcionados por planes de atención administrada participantes.

LÍNEAS DE AYUDA

Departamento de Salud Mental de la Ciudad de Nueva York

1-800-LIFENET (24 horas, personal profesional)

Línea de Ayuda de NAMI de la Ciudad de Nueva York Metro

212-684-3264 (abierta del mediodía a las 7PM lunes - jueves, viernes mediodía a las 6PM)

VIVIENDAS

Asociación para la Vida Comunitaria (ACL, por sus siglas en inglés)

518-426-3635

www.aclnys.org 

ACL es una organización a nivel estatal de agencias sin fines de lucro afiliadas para brindar servicios de viviendas y rehabilitación para más de 20 mil personas diagnosticadas con enfermedades mentales graves y persistentes. Esta página en la Internet ofrece descripciones detalladas de opciones para viviendas acreditadas y con apoyo al igual que recursos, enlaces, foros de discusión y un enlace para el buscador de programas residenciales del la Oficina de Salud Mental.

Centro para la Independencia de Personas Incapacitadas, NY (CIDNY)

212-674-2300

212-674-5619 TTY (Manhattan)

646-442-1520

718-886-0427 TTY (Queens)

<http://www.cidny.org> 

Esta organización sin fines de lucro forma parte del movimiento de los Centros para Vivir Independientemente. Su objetivo es asegurar una integración completa, independencia e igualdad de oportunidades para todas las personas con incapacidades removiendo las barreras a la vida social, económica, cultural y cívica de la comunidad. Las oficinas de CIDNY en Manhattan y Queens ofrecen asesoría de beneficios, servicios directos (p. ej. ayuda de viviendas, servicios de transición para jóvenes incapacitados, ayuda en cuanto al empleo, acceso a atención médica, grupos de apoyo por personas afines), información y referencias así como actividades recreativas.

Centro de Servicios Urbanos de la Comunidad (CUCS)

212-801-3300

www.cucs.org 

Desde 1987, el Centro de Recursos de Viviendas de CUCS ha brindado información y acceso a viviendas para personas sin hogar con incapacidades psiquiátricas y otras necesidades especiales. CUCS administra el servicio Punto Único de Acceso (SPOA). En una sola página los residentes de la Ciudad de Nueva York pueden trabajar con asesores en una campaña para el alcance de viviendas.

Acceso Comunitario, Inc.

212-780-1400

<http://www.communityaccess.org/> 

Acceso Comunitario, Inc. ayuda a cientos de personas con incapacidades psiquiátricas a hacer la transición de los hospitales y albergues a vivir independientemente. La

misión principal de Acceso Comunitario es identificar las necesidades y formar soluciones para personas sin hogar con incapacidades psiquiátricas. Nuestros programas incluyen, viviendas, servicios de apoyo, consejería, educación y oportunidades de empleo. Acceso Comunitario cree que todas las personas pueden llevar vidas productivas, auto-suficientes y dignas y nosotros nos dedicamos a brindar los recursos necesarios para lograr ese objetivo.

Corporación para Viviendas con Apoyo
212-986-2966

Apoyo, información y referencias así como servicios de viviendas.

Departamento de Salud del Estado de Nueva Cork
<http://www.health.ny.gov/>

Encuentre una lista de hogares para adultos a nivel estatal, incluyendo una lista de hogares en la lista “No Referir” del Estado:

http://www.health.ny.gov/facilities/adult_care/memorandum.htm

Punto Único de Acceso de la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

Director of Housing Re-Design
(518) 402-5233

Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos también conocido como el Programa de Viviendas “Sección 8”
(212) 306-3322

<http://www.hud.gov/progdesc/voucher.cfm>

Encuentre información y los requisitos para calificar para el programa del gobierno federal de Vales para la Elección de Vivienda, el cual permite que familias con ingresos muy bajos, personas de la tercera edad y personas incapacitadas puedan costear viviendas decentes, seguras y sanitarias en el mercado privado. Bajo el programa Sección 8, la autoridad pública de viviendas (PHA) normalmente le paga un suplemento al dueño. Aunque actualmente el Departamento de Vivienda y Desarrollo no está aceptando solicitudes nuevas y sólo prorrogando compromisos a punto de vencimiento, de vez en cuando abre este programa de vales.

CÁRCELES Y PRISIONES

Departamento de Servicios Correccionales del Estado de Nueva York
<http://www.docs.state.ny.us/faclist.html>

Esta página en la Internet contiene una lista por orden alfabético de todos los centros correccionales dentro del Estado de Nueva York, incluyendo números de teléfono, dirección postal, nivel de seguridad y enlaces a MapQuest.

LEY DE KENDRA (Tratamiento Asistido para Pacientes Externos, AOT)

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York

http://www.omh.ny.gov/omhweb/resources/publications/aot_program_evaluation/appendix_a.html

La ley del Estado de Nueva York provee tratamiento asistido para Pacientes Externos (AOT) por orden judicial para ciertas personas con enfermedades mentales que considerando su historial de tratamiento y circunstancias, tienen pocas posibilidades de sobrevivir de forma segura en la comunidad sin supervisión. Visite la página en la Internet de la Oficina de Salud Mental mencionada anteriormente para encontrar enlaces a más información respecto a la Ley de Kendra y Tratamiento Asistido para Pacientes Externos.

SERVICIOS LEGALES

Centro Bazelon para Derecho de Salud Mental

www.bazelon.org

Enfocado en asuntos legales relacionados con enfermedades mentales e incapacidades del desarrollo, incluyendo internación involuntaria e voluntades anticipadas.

Defensores de Incapacidades

<http://www.disability-advocates.org/>

Legal Aid Society del Noreste de Nueva York (Asistencia legal gratuita)

800-462-2922

<http://www.lasny.org/>

Cubre el área de Albany, NY pero puede dar otros números regionales.

Servicio de Referencia Legal (Patrocinado por el Colegio de Abogados del Estado de Nueva York)

800-342-3661

Servicios Legales de Higiene Mental

Ofrece representación legal para pacientes internados, para aquellos con orden de Tratamiento Asistido para Pacientes Externos y para pacientes externos con enfermedades mentales e incapacidades del desarrollo si están en una residencia comunitaria acreditada.

Bronx/Manhattan: 212-779-1734

Condados de Dutchess, Kings, Nassau, Orange, Putnam, Queens, Richmond, Rockland, Suffolk y Westchester: 516-746-4545.

Condados de Allegheny, Cattaraugus, Cayuga, Chautauqua, Erie, Genesee, Herkimer, Jefferson, Lewis, Livingston, Monroe, Niagara, Oneida, Onondaga, Ontario, Orleans, Oswego, Seneca, Steuben, Wayne, Wyoming y Yates: 716-530-3050.

Todos los demás condados: 518-474-4453

Abogados de Nueva York para el Bien del Público

<http://www.nylpi.org/> 

Defensores representando a grupos de personas incapacitadas. Ofrece hojas informativas sobre la discriminación en el trabajo.

Protección y Defensa para Individuos con Enfermedades Mentales (PAIMI, por sus siglas en inglés)

800-624-4143

Centro de Justicia Urbana

<http://www.urbanjustice.org/> 

El Centro de Justicia Urbana se ocupa los residentes más vulnerables de la Ciudad de Nueva York por medio de una combinación de servicio legal directo, abogacía sistémica, educación comunitaria y organización política.

MEDICAID

Línea Directa de Medicaid del Estado de Nueva York

800-342-3009

MEDICARE

Línea de Información Básica para registrarse/elegibilidad

800-772-1213

Línea directa de Medicare

800-MEDICARE (págs. 13, 41)

TARJETA DE TRANSPORTE DE TARIFA REDUCIDA

1. Vaya a la página en la Internet: www.mta.info 

Teclé "Reduced Fare Card" (Tarjeta de Tarifa Reducida) en el buscador a la izquierda

2. Haga clic dos veces en el enlace arriba de la lista de Google que dice "Reduced Fare Card"
3. Imprima el documento titulado "Application and Condition." Pídale a un médico u otro proveedor de salud autorizado (un profesional con autoridad de "certificar") que complete la hoja titulada "Certification" y envíela junto con la solicitud y una fotografía de pasaporte a: 130 Livingston Street, Brooklyn NY 11201-9625

Para atención al cliente MetroCard: (212) 638-7622

Si no tiene computadora usted puede llamar y pedir la solicitud por teléfono al (718) 243-4999. Demora seis a ocho semanas para procesar.

Para las personas que viven afuera de los cinco barrios, un buen lugar para empezar a buscar donde se puede conseguir una tarjeta de media tarifa sería la Autoridad de Tránsito de su Condado local o el Departamento de Transporte. (página 14)

INVESTIGACIONES

Alianza Nacional de Investigaciones de Esquizofrenia y Depresión (NARSAD)

800-829-8289 o 516-829-0091

<http://bbrfoundation.org/> 

Una organización privada sin fines de lucro que recauda fondos para investigaciones científicas sobre las causas, curas, tratamientos y prevención de trastornos del cerebro tales como esquizofrenia y depresión.

Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH)

<http://www.nimh.nih.gov/index.shtml> 

Participa en investigaciones sobre las causas y tratamiento de trastornos mentales. Su página en la Internet contiene material educativo y una lista extensa de publicaciones gratuitas sobre trastornos psiquiátricos, incluyendo una lista exhaustiva de recursos útiles.

Instituto Nathan Kline de Investigaciones Psiquiátricas (NKI)

<http://www.rfmh.org/nki/index.cfm> 

Se enfoca en programas de investigación centrados en el paciente enfatizando las causas, diagnósticos, tratamiento, prevención y cuidado de trastornos mentales graves y de larga duración. También investigaciones básicas sobre los aspectos fisiológicos y bioquímicos de las enfermedades mentales.

Instituto Psiquiátrico del Estado de Nueva York

<http://www.nyspi.org/research.html> 

Investigaciones sobre una gran variedad de temas desde neurobiología básica a investigaciones clínicas, epidemiológicas, psiquiatría infantil y relacionadas a servicios. Realiza ensayos clínicos continuos sobre trastornos que vanean desde la depresión a la esquizofrenia al trastorno límite de la personalidad.

SEGURO SOCIAL

800-772-1213

<http://www.ssa.gov/> 

SERVICIOS SOCIALES

Administración de Recursos Humanos de la Ciudad de Nueva York, Departamento de Servicios Sociales

718 472-8411, (TTY) 718-262-3566
o 800-342-3009

<http://www.nyc.gov/html/hra/html/directory/directory.shtml> 

Visite la página en la Internet para descargar la solicitud al igual que para localizar las direcciones e información de los 19 centros a través de la Ciudad. Ellos administran Medicaid. Abierto de 8:30 a.m. a 5 p.m. de lunes a viernes.

Sociedad de Servicios Comunitarios

www.cssny.org 

212-254-8900

160 años de brindar servicios para tres millones de neoyorquinos de bajos recursos en áreas para mejorar el alfabetismo, ayudar a niños y a familias de personas encarceladas y ayudar a navegar el sistema de atención médica.

Departamento de Servicios Sociales del Estado de Nueva York

518-474-2121 o 518-463-4829

Información general sobre los requisitos para calificar, números de teléfono/centros locales, cómo conseguir HEAP, cupones de comida, albergue de emergencia, etc.

GRUPOS DE APOYO

Grupo para personas que padecen de Depresión y Depresión Maniaca de la Ciudad de Nueva York (DMDG)

(917) 445-2399

Un grupo de apoyo para personas con trastornos del humor, depresión y trastorno bipolar al igual que para sus familias y amistades.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York
518-462-2000 o 800-950-3228

www.naminys.org

NAMI-NYS cuenta con una lista de afiliados locales de la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York. Llame o visite la página en la Internet para encontrar un grupo de apoyo en su área.

Alianza Nacional de Enfermedades Mentales de la Ciudad de Nueva York Metro (NAMI-NYC Metro)
212-684-3264

<http://www.naminycmetro.org/>

Uno de los afiliados más grandes de Alianza Nacional de Enfermedades Mentales, esta organización comunitaria ofrece apoyo, educación y representación para familias y consumidores de todos orígenes étnicos y socio-económicos que viven con enfermedades mentales. Sus veinte grupos de apoyo se encargan de las necesidades de personas que padecen de esquizofrenia, trastorno bipolar para familias y niños quienes enfrentan enfermedades mentales. El único grupo de apoyo tiene lugar el primer viernes del mes. El Grupo de los Medios y Apoyo (MAG) ofrece información de apoyo, formación de habilidades, oportunidades para relacionarse, y una persona del campo de salud mental quien presenta un tema cada mes. La línea directa de NAMI-NYC Metro está disponible de lunes a viernes, del mediodía a las 7 p.m. y los viernes del mediodía a las 6 p.m. 5 p.m. [sic] (212) 684-3264.

**Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York,
Oficina de Asuntos de Familias**
518-473-6579

**Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York,
Comité para Familias del Comisionado**

Ofrece un servidor automático de listas de correos y reuniones trimestrales de asesoría para conocer las actividades de la Oficina de Salud Mental, una oportunidad para relacionarse con otros grupos de familias a nivel estatal y para aprender cómo mejorar el sistema a través de apoyo informado y enfocado.

APOYO POR PERSONAS AFINES

The Alliance Empowerment Coalition
800 654-7227

Centro de Apoyo por Personas Afines “The Alliance”
315 732-5377

Apoyo por Personas Afines “Dreamweavers”
315 542-3427

El Centro para la Auto-suficiencia
(914) 576-7022

Hands Across Long Island
631 234-1925

Centro de Apoyo Howie the Harp
212 865-0775

Proyecto para la Auto-suficiencia de Salud Mental
1-800-MHEPinc

NAMI Peer-to-Peer:
www.naminycmetro.org

Conexión NAMI
www.nami.org

Proyecto de Vinculación con Personas Afines (Peer Bridger)
www.nyaprs.org

P.E.O.P.L.Es. Inc.
845 452-2728

Paso a Paso
315 394-0597

Asociación Nacional para Trastornos de la Personalidad y Avances en Tratamiento e Investigaciones (TARA)
www.tara4bpd.org
888-4-TARA APD

Una asociación nacional dedicada a trastornos de la personalidad, ha estado al frente de la concientización sobre esta enfermedad mental poco entendida. La línea directa TARA, los talleres, seminarios educativos, simposios, grupos de adolescentes, servicios de apoyo y referencia, todos proveen ayuda completa para familias y personas que padecen de estas condiciones.

Apoyo Familiar:

Programa de Familia a Familia. Contacte a su delegación NAMI local (usted puede encontrar listas de nuestros afiliados en nuestra página en la Internet) o llame a NAMI-NYS al 518-462-2000 o 800-950-3228 para encontrar un curso educativo cerca de usted.

LÍNEAS DIRECTAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y PARA LA PREVENCIÓN EN GENERAL

Fundación Americana para la Prevención del Suicidio

Línea gratuita: 1-888-333 AFSP (2377)

Teléfono: 212-363-3500

Fax: 212-363-6237

Email: inquiry@afsp.org

Página en la Internet: www.afsp.org 

Covenant House

1-800-999-9999

Deaf Hotline

1-800-799-4889

Oficinas LivingWorks

Teléfono: 910-867-8822

Fax: 910-867-8832

Email: usa@livingworks.net

Página en la Internet: www.livingworks.net 

Línea Nacional para la Esperanza

1-800-SUICIDE (784-2433)

1-800-273-TALK (8255)

Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York (Guía para la Prevención de Suicidio S.P.EA.K.)

1-800 597-8481

Red de Acción para la Prevención del Suicidio USA (SPAN USA)

Teléfono: 202-449-3600

Fax: 202-449-3601

Email: Info@spanusa.org

Línea Directa Gay “The Trevor Project”

1-800-850-8078

AUTO-MANEJO DEL BIENESTAR

WRAP

Centro Copeland

802-254-2092 o 866-IDOWRAP

www.mentalhealthrecovery.com 

Para encontrar un grupo WRAP en su comunidad, envíe un correo electrónico a info@mentalhealthrecovery.com detallando donde vive.

APÉNDICE

Programa de Pago por el Estado (Medicaid Buy-in)

Aviso: Comparta la hoja titulada “*Resumen del Programa de Pago por el Estado (Medicaid Buy-In)*” con la Oficina de Medicaid para asegurarse de que reciba el servicio que necesita.

FAMILIAS TENGAN EN CUENTA:
SU SER QUERIDO PUEDE GANAR HASTA **\$55,188** (2009-2010) SIN PERDER
SU ACCESO A BENEFICIOS DE SALUD. AL RESCATE:

Programa de Pago por el Estado para Trabajadores Incapacitados (MBI-WPD)

El programa de Pago por el Estado ofrece cobertura de Medicaid a personas incapacitadas quienes trabajan y ganan más de los límites permitidos para Medicaid regular, la oportunidad de mantener su cobertura de seguro de salud a través de Medicaid. Este programa permite que trabajadores incapacitados ganen más ingresos sin el riesgo de perder su cobertura de atención médica vital.

Para calificar para el programa de Pago por el Estado para trabajadores incapacitados, usted debe:

- Ser residente del Estado de Nueva York;
- Tener por lo menos 16 años de edad (existe cobertura hasta los 65 años de edad);
- Padecer de una incapacidad conforme lo establece la Administración del Seguro Social;
- Participar en trabajo remunerado (de media jornada o jornada completa);
- Tener un ingreso bruto que puede llegar hasta los \$55,188 para una persona, \$73,884 para una pareja incapacitada;
- Tener recursos que no sean exentos que no pasen de \$13,800 para una persona, \$20,100 para una pareja incapacitada en el año 2009.

Para solicitar:

1. Esté preparado para entregar comprobantes de incapacidad (si usted actualmente está recibiendo un tipo de beneficio del Seguro Social para incapacitados, eso sería suficiente para comprobar). Aun si usted no recibe beneficios, también califica para MBI-WBD [sic] si cumple con los requisitos establecidos por el Seguro Social que definen lo que consideran ser una “incapacidad.”
2. En la Ciudad de Nueva York, contacte a su Oficina de Medicaid del Estado de Nueva York y complete la forma LDSS-2021. No se sienta agobiado. Un especialista de atención al cliente está disponible para brindarle apoyo y una guía para orientarlo por el proceso. Debido a que la forma LDSS-2021 es una solicitud de Medicaid común, escriba “MBI-WPD” en la esquina derecha superior con un marcador grueso negro, escriba la fecha, fírmela y haga una copia.

******Para que el miembro del personal tenga en claro a que programa usted se refiere, tal vez quiera anexar las dos hojas “*Resumen del Programa de Pago por el Estado (Medicaid Buy-In)*” que se encuentran en la pág. 51. También, llévelas a su cita.

Para el resto del Estado de Nueva York, contacte a su Oficina local del Departamento de Servicios Sociales/Medicaid y Servicios Legales del Barrio (véase a continuación).

Asegure de llevar a su cita comprobantes de lo siguiente:

- a) Médico: Nombre, dirección y número de teléfono del médico.
- b) Beneficios: Medicare Parte A y B, seguro médico privado (si es que tiene estos beneficios).
- c) Comprobante de ingresos: Seguro social, pensión alimenticia, beneficios para veteranos, apoyo económico de familiares y/o de otras personas.
- d) Ciudadanía: Acta de nacimiento, Pasaporte de los Estados Unidos, certificado de Naturalización con fotografía.
- e) Dirección de su residencia: documento de identidad, carta/contrato de arrendamiento/recibo de renta con la dirección de su casa.
- f) Recursos: Dinero en el banco, acciones, bonos, fondos de inversión, certificados de depósito, cuentas de mercado monetario, plan de jubilación 402K, fideicomisos, valor en efectivo del seguro de vida. Si cualquier otra cosa hace falta, tiene diez días para entregarlo para que el proceso pueda continuar.

OFICINAS DEL PROGRAMA DE PAGO POR EL ESTADO (MEDICAID BUY-IN) ETC.

Ciudad de Nueva York

Oficinas de Medicaid del Bronx: Bronx Lebanon Hospital, Lincoln Hospital, North Central Bronx Hospital, Jacobi Hospital, y Morrisania

Oficinas de Medicaid Brooklyn: Boerum Hill, Coney Island, Kings County Hospital, East New York, Woodhull Hospital

Oficinas de Medicaid de Manhattan: Bellevue Hospital, Chinatown, Metropolitan Hospital, Columbia Presbyterian Hospital, y Harlem Hospital

Oficinas de Medicaid de Queens: Elmhurst Hospital, Rockaway, Jamaica

Oficinas de Medicaid de Staten Island: Staten Island

Para determinar dónde debe solicitar y recibir información sobre preguntas adicionales respecto a MBI-WPD y programas de Incentivos de Trabajo a nivel estatal llame a:

Servicios Legales del Barrio

Línea Directa de Incentivos de Trabajo

888) 224-3272

www.nls.org 

(Comparta con la Oficina de Medicaid para asegurarse de recibir el servicio que necesita)

Resumen del Programa de Pago por el Estado (Medicaid Buy-In)

¿A quién cubre?

- 1) **Grupo de Cobertura Básica:** Trabajadores que tienen por lo menos 16 años de edad pero menos de 65 quienes cumplen con lo que el Seguro Social considera ser una “incapacidad.”
- 2) **Grupo de Mejoría de Salud Médica:** Trabajadores que reciben cobertura en el Grupo de Cobertura Básica y, en una evaluación continua de incapacidad, perdieron su derecho a participar en ese grupo debido a un resultado directo y específico de una mejoría de salud pero aún padecen de un impedimento médico grave.

Grupo de Cobertura Básica: ¿Quién tiene derecho a participar?

- Individuos que tienen una certificación de incapacidad conforme lo establece Administración del Seguro Social; tienen por lo menos 16 años de edad pero menos de 65;
- Participar en trabajo remunerado (de media jornada o jornada completa);
- Tener un ingreso bruto en el 2009 que puede llegar hasta los \$55,188 para una persona, \$73,884 para una pareja incapacitada;
- Tener recursos que no sean exentos que no pasen de \$13,800 para una persona, \$20,100 para una pareja incapacitada.

Aviso: No se aplica la norma de trabajo sustancial y lucrativo (p.ej. un individuo puede ganar más de \$980 por mes en el 2009 y aún califica para participar en el Pago por el Estado).

Límites de Ingresos

- Individuos con un ingreso contable de hasta un 250 por ciento de los niveles federales de pobreza (p.ej. sueldo bruto de hasta \$55,188 en un hogar de una persona para el año 2009).
- Ingreso contable mensual para un hogar de una persona debe ser de \$2,257 o menos en el 2009. (p.ej. hasta un 250 por ciento de los niveles federales de pobreza). Si el ingreso contable mensual es de \$1,354 o menos en 2009 (p.ej. hasta un 150 por ciento de los niveles federales de pobreza), no se quedarán a deber primas.
- Individuos con ingresos que pasan el 250 por ciento de los niveles federales de pobreza no pueden comprar cobertura de Medicaid.

Para determinar el Ingreso Contable se seguirán las mismas reglas de presupuesto de Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) que se usan en el programa regular de Medicaid de responsabilidad económica del paciente.

Deducciones típicas de ingresos:

- los primeros \$20 de ingreso que no sea devengado de un trabajo es excluido; los primeros \$65 (\$85 si no hay ingreso que no sea devengado de un trabajo), más un 50 por ciento del ingreso devengado es excluido; gastos laborales relacionados al

impedimento son una deducción del ingreso devengado; dinero apartado en un Plan para Lograr la Auto-suficiencia (PASS, por sus siglas en inglés) aprobado se pueden excluir del ingreso que no sea devengado.

Ejemplo: Un individuo tiene \$3,885 en ingreso bruto mensual y ningún otro tipo de ingreso. Este individuo tendrá \$1,900 en ingreso contable mensual ($\$3,885 - 20 - 65 = 3,800 - 1,900 = \$1,900$)

Límites de bienes

- Se permiten \$13,800 en recursos contables para un individuo elegible y \$20,100 para una pareja elegible.
- Recursos contables incluyen cuentas bancarias, bonos de ahorros, acciones, cuentas para la jubilación y otros bienes líquidos.
- Recursos exentos incluyen: una casa, un vehículo, algunas pólizas de seguro de vida, una reserva limitada de entierro y algunas otras exenciones.

Primas

- Regla antigua: No se debe ninguna prima si el ingreso contable es menos de un 150 por ciento de los niveles federales de pobreza. Si el ingreso está entre un 150 y 250 por ciento de los niveles de pobreza, la prima se calcula a un 7.5 por ciento del [ingreso] contable devengado más un 3 por ciento de ingreso contable que no sea devengado de un trabajo. Conforme a la regla antigua, nunca se cobraban primas.
- Regla nueva: No se debe ninguna prima si el ingreso contable es menos de un 150 por ciento de los niveles federales de pobreza. Si el ingreso está entre un 150 y 250 por ciento de los niveles de pobreza, la prima será de \$25 por mes para un individuo elegible, \$50 por mes para una pareja elegible. En el momento de redacción, el Departamento de Salud del Estado aún no cuenta con un sistema para cobrar primas.

Cómo Solicitar para el Programa de Pago por el Estado

Se debe hacer una solicitud para el Programa de Pago por el Estado para Trabajadores Incapacitados en el Departamento Local de Servicios Sociales o en la Agencia de Recursos Humanos en la Ciudad de Nueva York.

Grupo de Mejoría de Salud Médica: ¿Quién tiene derecho a participar?

Individuos quienes:

- Son miembros del Grupo de Cobertura Básica, que pierden su derecho a participar en el Grupo de Cobertura Básica debido a una mejoría de salud pero aún padecen de un impedimento médico grave, y
- Participan en trabajo remunerado (40 horas por mes y ganan por lo menos el sueldo mínimo federal)

Periodos de Gracia o, ¿Qué hago si me quedo sin trabajo?

Cambio de Condición Médica: Un periodo de gracia de hasta seis meses se permitirá si, por razones médicas, el recipiente del Pago por el Estado no puede seguir trabajando. Verificación médica será requerida.

Pérdida de empleo (que no sea por culpa del recipiente): Un periodo de gracia de hasta seis meses se permitirá si el recipiente se queda sin trabajo y no es su culpa (si es despedido, etc.). Se requerirá verificación de probabilidades razonables de que el recipiente vuelva a trabajar, o que el recipiente está buscando empleo nuevo de manera activa. Si esto es menos de un 250 por ciento de los niveles federales de pobreza para el 2009, este individuo será elegible para el Pago por el Estado.

El Plan para Lograr la Auto-suficiencia (PASS) es un plan que le permite a una persona excluir ingresos aparte de la Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) para que el dinero se pueda usar para educación, capacitación o equipo que le ayudará a volver a trabajar. El objetivo de PASS es ayudar a que la persona se vuelva auto-suficiente y a reducir su dependencia en los beneficios por incapacidad. Existen dos oficinas coordinadoras en Nueva York Contactar: NYC Pass Cadres al 800 551-9583 x4048 o x4045, o fuera de la zona Metropolitana de la Ciudad de Nueva York, 800-510-5680 o 716-551-4640 x242, 246, 286.

COLABORADORES

La Guía de Supervivencia Familiar es un proyecto de colaboración entre el Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación, Recursos de Salud Mental, Alianza Nacional de Enfermedades Mentales del Estado de Nueva York y la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York.

Les damos las gracias a los siguientes individuos y/o organizaciones por su colaboración en las siguientes secciones:

EMPLEO

Sandy Regenbogen Weiss, Directora of Atención al Consumidor, y Hallie Schneider, Especialista en Atención al Consumidor, Centro para la Independencia de Personas Incapacitadas, Nueva York, 841 Broadway # 301, New York, NY 10003

RECURSOS DE EMPLEO

Lana Sullivan, MS, Directora de Programa, Integración del Consumidor y Empresas, Asociación de Salud Mental en el Estado de Nueva York, Inc., 194 Washington Avenue, Suite 415, Albany, NY 12210, (518) 434-0439 ext. 224, (518) 427-8676 fax, www.mhanys.org/programs/cbop/ 

VIVIENDAS

Rena Finkelstein, Miembro Antiguo de NAMI del Estado y Daniel J. Stern, Asesor de Viviendas, Centro para Servicios Comunitarios Urbanos (CUCS), Moira Tashjian, Directora de Viviendas Re-Design, Punto Único de Acceso

RESUMEN DE MEDICAID

Krista McDonald, Asistente Legal del Personal/Especialista en Beneficios, Servicios Legales del Barrio, Inc., (716) 847- 0650 Línea Directa de Incentivos de Trabajo: 1-888-224-3272 • www.nls.org , Main - Seneca Building, 237 Main St, Suite 400, Buffalo, NY 14203, 716-847-0650, Olga Ivnitsky

Y gracias por...

- Las 40 familias quienes están apoyando esta Guía y pusieron el cuerpo y alma participando en una revisión de grupo focal para asegurar que se hayan representando múltiples perspectivas
- El Comisionado Hogan de la Oficina de Salud Mental del Estado de Nueva York quien respondió a nuestras peticiones iniciales y a John Allen y Tom O'Clair del Comité del Comisionado para Familias por no sólo permitir que se escuchara la voz de la familia sino también porque se encargó de que así se hiciera al apoyar este proyecto en todo los sentidos.
- Lori Cullen, Especialista de Comunicaciones en NAMI NYS cuyas contribuciones incondicionales y rigurosas de redacción y organización se pueden apreciar de principio a fin.
- Jeff Keller, quien, como parte del equipo original, promovió la idea y contribuyó a la redacción y a las fuentes de información.

- Anne Smith, una verdadera creyente de una Guía y defensora incondicional de familias.
- Judith Carrington, iniciadora y redactora principal Presidente, Recursos de Salud Mental

Déjenos saber cómo funciona esta Guía para usted, qué se debe añadir o eliminar - es una obra en progreso.

Nos puede contactar de la siguiente forma:

Anne Smith, Directora del Instituto Familiar para la Educación, Práctica e Investigación
Annem_smith@urmc.rochester.edu

Judith Carrington: Presidente, Recursos de Salud Mental, mhresources@nyc.rr.com

Lori Cullen, Especialista en Comunicaciones, NAMI-NYS, lori@naminys.org

ENLACES PARA FAMILIAS DE LA OFICINA DE SALUD MENTAL

La Oficina de Asuntos de Familias trabaja directamente con familias, recipientes y proveedores de salud mental a nivel local y estatal. Este esfuerzo coordinado fue desarrollado para fortalecer la comunicación, enlaces, políticas y normas de calidad de la práctica para mejorar la calidad de la atención de salud mental en el Estado de Nueva York.

El Comisionado de la Oficina de Salud Mental ha creado Enlaces para Familias en cada una de estas regiones para ayudar a miembros de la familia y a otros defensores de personas con incapacidades psiquiátricas.

Los nombres, direcciones y números de teléfono de los cinco Enlaces para Familias y su personal están disponibles en la página en la Internet de la Oficina de Salud Mental en <http://www.omh.ny.gov/> o llamando a:

OMH Bureau of Family Affairs
(Oficina de Asuntos de Familias de la Oficina de Salud Mental)
44 Holland Avenue, Albany, NY 12229
Tel: 518-474-4888
Fax: 518-473-0373.