

Logrando

Primavera del 2007 ■ Volumen 2 ■ Edición 1
Boletín para Miembros y Familias de CBHNP

su

Cuidado

CBHNP

Edición especial: Recuperación

Artículos de interés especial:

- ¡Recuperación!
- Un sistema de cuidado orientado hacia la recuperación
- Ayuda para las víctimas de crímenes
- Noticias sobre CBHNP

Llame a CBHNP 1-888-722-8646

(Servicios para el Miembro)
Si tiene problemas auditivos, sordera o deficiencias auditivas y usa un TTY o TDD, llame al servicio de retransmisión de PA al 711 o al 1-800-654-5984 y llame al 1-888-722-8646.

Para obtener información acerca de cómo participar en los comités o sobre los programas educativos, llame al 717-671-6541 o al número gratuito y solicite hablar con el Gerente de Asuntos del Consumidor y la Familia.

¡Mucho se habla de recuperación!

¡Recuperación! ¡Recuperación! ¡Todo el mundo habla de recuperación, pero yo no entiendo lo que significa ni de qué se trata!

—Lo que se oyó en una conferencia reciente acerca de la recuperación.

La recuperación es un tema sumamente importante. Es importante que los Consumidores, familias, defensores, Organizaciones de Cuidado de Salud Administrado (*Managed Care Organizations, en inglés*) y proveedores de servicios entiendan lo que es la recuperación. Según la Administración para Servicios del Abuso de Substancias y Salud Mental (*SAMHSA, de sus siglas en inglés*), la recuperación es la meta más importante del sistema de provisión de servicios de salud mental. Ellos describen la recuperación de esta forma:

“La recuperación de salud mental es un viaje de curación y de transformación que permite que un individuo que tiene un problema de salud mental lleve una vida que tenga sentido, dentro de la comunidad de su elección, mientras se esfuerza por lograr su máximo potencial.”

CBHNP comprende que la recuperación es esencial para nuestros Miembros. Seguimos mejorando nuestra comprensión de la recuperación. Estamos trabajando con otros y haciendo nuestra parte por promover la recuperación. Queremos que nuestro sistema tenga como enfoque la recuperación. Esto quiere decir que queremos servicios de alta calidad para nuestros Miembros. Deseamos servicios que apoyen la recuperación y que ayuden a que nuestros Miembros lleven vidas con mayor sentido dentro de la comunidad de su elección.

En CBHNP nosotros:

- Buscamos en forma activa los consejos y el conocimiento de las personas que se encuentran en recuperación.
- Solicitamos ayuda y orientación de los miembros de la familia y defensores. Queremos conocer sus opiniones y pericia para que podamos hacer cambios positivos para mejorar nuestro sistema de cuidado.
- Trabajamos con las personas que proveen el cuidado (Proveedores) para entender lo que ellos necesitan para hacer su parte.
- Trabajamos con la State’s Office of Mental Health and Substance Abuse Services (*OMHSAS, de sus siglas en inglés, o la Oficina de Salud Mental y Servicios de Substancias Adictivas*) y con los condados para aprender acerca de la recuperación, mejorar nuestro conocimiento de ella, y hacer nuestra parte para apoyarla.

continued on page 2

Visite nuestro sitio Web al

WWW.cbhnp.org



Las Partes Interesadas de CBHNP hablan acerca de la recuperación

La recuperación ha sido el tema principal durante las reuniones del **Comité de Dirección de Partes Interesadas** de CBHNP. Los Consumidores, miembros de la familia, defensores, proveedores, y el personal de CBHNP han compartido información, reflexiones, e ideas sobre la recuperación. Hemos hablado de la recuperación y de lo que ésta significa para los Consumidores.

Según las ideas compartidas en estas reuniones, la recuperación involucra:

- Un viaje personal que puede ser distinto para diferentes personas
- El poder recuperarse
- El sentirse respetado
- El apoyo de sus pares
- El disfrutar de los mismos derechos que los demás
- El tener ganas de llevar su vida
- El tener opciones y tomar decisiones (sentimiento de poder)
- El enfocarse en las metas, no en los problemas
- El valorar las cualidades de cada individuo y entender cómo éstas pueden ayudar con su propia recuperación
- El ser visto como un individuo completo
- Esperanza
- El respetar y considerar la espiritualidad de las personas con enfermedades mentales
- El respetar el derecho de tomar sus propias decisiones
- El crear un ambiente que apoye la recuperación personal y que valore los pasos pequeños realizados por cada persona.

“La recuperación es...una manera de llevar una vida gratificante, esperanzadora y servicial a pesar de las limitaciones causadas por la enfermedad. La recuperación involucra el desarrollo de un nuevo significado y propósito de la vida mientras uno intenta crecer y sobrepasar los efectos catastróficos de una enfermedad mental.”

—William Anthony, PhD Director del Centro de Rehabilitación Psiquiátrica de Boston

Aprenda más sobre la recuperación de salud mental visitando:
<http://www.mhrecovery.com/definition.htm>

¡Mucho se habla de recuperación! *continued from front page*

El enfoque de esta edición de *Logrando su Cuidado* es la **recuperación**. Comprendemos que es un tema enorme, pero también es algo que queremos seguir enfatizando. Hablaremos sobre las opiniones e ideas relacionadas con la recuperación—aquellas que otras entidades han compartido con nosotros además

de nuestras propias. Queremos informarles a aquellas personas que desean saber más acerca de este tema tan importante.

Fuentes de información: Substance Abuse and Mental Health Services Administration, <http://www.samhsa.gov>.

Ayuda para las víctimas de crímenes

El estado de Pennsylvania patrocina un programa que provee dinero para ayudar a las víctimas de crímenes a recuperar algunos de los gastos o pérdidas financieras en los que han incurrido. El programa se llama el Victims Compensation Assistance Program, (VCAP, de sus siglas en inglés). Usted podría calificar para VCAP si ha sido víctima de la violencia doméstica.

Puede que no tenga que pagar algunas de las facturas ocasionadas por el crimen, o puede que se le reembolse dinero que ya ha gastado—estos gastos incluyen los del hospital, de su médico, de recetas médicas, además de los gastos para su traslado de casa o la instalación de servicios públicos. Aún puede presentar una demanda para los gastos del cuidado de sus niños en caso sus lesiones le hayan impedido el cuidarlos. Si hay actividades que ya no puede hacer a causa de sus lesiones, tal como el ya no poder trabajar o cuidar de su casa, usted también puede solicitar ayuda con esas pérdidas o gastos. Asimismo, el costo de la consejería y el transporte pueden ser cubiertos.

Usted podría calificar para VCAP si el crimen ocurrió en Pennsylvania, si tiene por lo menos \$100 de gastos o facturas y si ha presentado una Protection from Abuse Petition (Petición por Protección de Abuso) o contactado a las autoridades en las 72 horas después del incidente.

Para más información acerca del programa de VCAP y sus posibilidades de calificar, comuníquese con el programa local de violencia doméstica. Su número de teléfono se encuentra en las páginas azules de la guía telefónica bajo la categoría “Abuse.” De igual manera, usted puede hablar con su médico para que le ayude a encontrar el teléfono. Los defensores del programa contra la violencia doméstica pueden ayudarle a saber si es elegible.

El saber que sus facturas han sido pagadas puede ayudarle a tomar diferentes decisiones para mantener su seguridad personal y la de su familia así como poder ayudarle a estar más tranquila.

Si algo de su relación le asusta y necesita hablar con alguien, llámenos.

National Domestic Violence Hotline

1-800-799-7233 (SAFE)

1-800-787-3224 (TTY para personas con problemas de sordera)
www.ndvh.org

Se cuenta con ayuda en inglés, español y muchos otros idiomas.

Toda comunicación con la línea directa es gratuita y confidencial.



Noticias sobre CBHNP

¡Nuevos Manuales!

Esperamos que ya haya recibido el nuevo Manual de Servicios para el Miembro de CBHNP. El nuevo Manual:

- Contiene información nueva
- Está disponible en inglés y español
- Tiene letra más grande
- Fue enviado por correo el 26 de diciembre del 2007

Si usted tiene alguna pregunta o comentario acerca de su Manual o, si no ha recibido su Manual, favor de comunicarse con CBHNP al 1-888-722-8646. Si tiene problemas auditivos, sordera o deficiencias auditivas y usa un TTY o TDD, llame al servicio de retransmisión de PA al 711 o al 1-800-654-5984 y llame al 1-888-722-8646.

Un cambio a los Agravios de Segunda Instancia

Queremos informarles a todos sobre un cambio que se está haciendo en CBHNP para el proceso de agravios de Segunda Instancia. Comenzando a finales de mayo o principios de junio del 2007, el Capital Area Behavioral Health Collaborative, Inc. (CABHC) empezará a llevar a cabo las reuniones sobre los agravios de segunda instancia para así garantizar la imparcialidad. El proceso para presentar y programar un agravio se mantendrá igual. El único cambio es que el individuo responsable de dirigir la reunión será un empleado de CABHC. CBHNP participará todavía en todos los agravios de Segunda Instancia presentando la información clínica.

¡Haciendo nuestra parte para la recuperación!

- El personal de CBHNP asiste a entrenamientos para aprender más sobre la recuperación y los Trastornos Coexistentes
- El personal de CBHNP recibe entrenamientos internos sobre la Filosofía de la Recuperación
- CBHNP ofreció becas a los proveedores para que asistieran al Colegio de Medicina de la Universidad de Drexel y a los entrenamientos de recuperación de OMHSAS. CBHNP ha auspiciado otras oportunidades para que los proveedores reciban una educación/formación sobre la recuperación. Estos esfuerzos han sido muy beneficios y serán ofrecidos de nuevo en el 2008.
- Los instructores del personal de CBHNP se reunieron con los administradores de casos de salud mental comunitarios. Hablaron acerca de cómo la recuperación puede formar parte del cuidado de nuestros Miembros.
- CBHNP ha participado en eventos sobre la recuperación en todos los cinco condados de la región. Se han provisto el tiempo y los fondos necesarios para los esfuerzos de educar a los demás sobre la recuperación.
- La recuperación ha sido y seguirá siendo el tema principal de las reuniones del Comité de Dirección de Partes Interesadas.

Un sistema de cuidado orientado hacia la recuperación: las posibilidades

Hay ciertas cosas que uno esperaría encontrar como parte de un sistema de cuidado que ejerce la recuperación. ¿A qué se debe parecer un sistema así? Después de hablar del significado de la recuperación de salud mental, el Comité de Dirección de Partes Interesadas se enfocó en el sistema de cuidado. El grupo habló de la estructura posible de un sistema de cuidado orientado hacia la recuperación.

Indicaciones de un sistema de cuidado donde la recuperación está ocurriendo

Los participantes del Comité de Dirección de Partes Interesadas de CBHNP piensan que, en un *sistema de cuidado orientado hacia la recuperación*, usted observaría lo siguiente:

- Esperanza
- Consumidores con poder e informados
- Consumidores respetados
- Consumidores que asumen la responsabilidad personal de su propia recuperación
- Ayudantes informados
- Educación/conocimiento de la enfermedad mental, el abuso de drogas, y la recuperación
- Diálogos entre los proveedores y los Consumidores sobre el uso y el papel de los medicamentos
- Empleo y otras actividades significativas para los Consumidores

- Consumidores que son empleados en puestos de servicio
- Consumidores que apoyan a otros Consumidores en su recuperación
- Familias y proveedores que dan su apoyo y que entienden y siguen los principios de la recuperación
- Comunidades que apoyan
- Opciones de vivienda apropiadas
- Planificación debida en caso de crisis
- La espiritualidad de las personas en recuperación es respetada y considerada parte de su cuidado.

A CBHNP le interesa oír más ideas sobre los posibles elementos de un sistema de cuidado orientado hacia la recuperación. Queremos saber lo que podemos o debemos hacer para cambiar nuestro sistema. De nuestra parte, prometemos compartir estas sugerencias e ideas y hacer un esfuerzo por trabajar hacia la creación de un sistema de cuidado que la gente desea y necesita. Asegúrese de leer más para enterarse de cómo CBHNP sigue las recomendaciones del Comité de Orientación de Partes Interesadas.

¡Usted puede llamarnos o reunirse con nosotros para ayudar a lograr estos cambios! Comuníquese con CBHNP al 1-888-722-8646 y pida hablar con el Gerente de Asuntos del Consumidor y la Familia. Si tiene problemas auditivos, sordera o deficiencias auditivas y usa un TTY o TDD, llame al servicio de retransmisión de PA al 711 o al 1-800-654-5984 y llame al 1-888-722-8646.

¡Oportunidades para participar!

En las últimas versiones de nuestro boletín *Logrando su Cuidado*, escribimos acerca de cómo las personas interesadas en mejorar el programa Behavioral HealthChoices pudieran hacerlo. Para los Miembros, Consumidores, personas en recuperación, miembros de la familia, profesionales y defensores, nuestro Comité de Dirección de Partes Interesadas (SSC, de sus siglas en inglés) es otra oportunidad para participar.

El *Comité de Dirección de Partes Interesadas, o SSC, sirve* como:

“Una voz *de* la comunidad que se dirige a CBHNP y una voz que CBHNP se dirige *a* la comunidad.” Este grupo comparte información esencial con CBHNP acerca de cómo el programa HealthChoices y CBHNP están trabajando. El SSC se esfuerza por ayudar a CBHNP a mejorar los servicios brindados a sus Miembros. Además, el SSC difunde información en la comunidad acerca de HealthChoices y CBHNP. El SSC se reúne al menos cada tres meses, pero con más frecuencia en algunas ocasiones. *El SSC se reúne cada tres meses en el segundo jueves del mes entre las horas de 1:30 a 3:30 p.m.*



Los Miembros del Comité pueden ser elegibles para remuneración por su participación en el comité. Reciben remuneración por los gastos de desplazamiento para cumplir con las reuniones.

¿Le suena interesante?

Comuníquese con CBHNP al 1-888-722-8646 y pida hablar con el Gerente de Asuntos del Consumidor y la Familia. Si tiene problemas auditivos, sordera o deficiencias auditivas y usa un TTY o TDD, llame al servicio de retransmisión de PA al 711 o al 1-800-654-5984 y llame al 1-888-722-8646.

Usted también puede encontrar más información sobre SSC (y otros comités) y otras oportunidades para participar en nuestro sitio web, www.cbhnp.org, buscando el título HealthChoices, sección para Members, Behavioral HealthChoices y Community Relations (Relaciones Comunitarias).



Más reflexiones sobre la recuperación

Al pensar en la recuperación, trate de recordar que:

- La persona que está en recuperación es la que tiene que recuperarse.
- Los proveedores, la familia, ayudantes, pares, defensores y comunidades pueden *ayudar y apoyar* a la recuperación.
- Las comunidades y la sociedad también pueden ayudar haciendo su parte para eliminar el estigma que es muchas veces asociado con enfermedades mentales.
- La recuperación es un *proceso personal y único*, así que es posible que las personas que están en recuperación trabajen hacia su recuperación de diferentes formas. Sin embargo, hay ciertas ideas o factores que son comunes durante la recuperación. Hablaremos de éstos en versiones futuras de *Logrando su Cuidado*.

Have Questions?

You can always call CBHNP with questions.

Call us at 1-888-772-8646 and we will be happy to try to answer your questions or put you in touch with someone who can best answer your question.

For individuals/Members who are Deaf or Hard of Hearing and use a TTY/TDD for Communication, call the PA Telecommunications Relay Service at 711 or 1-800-654-5984 (TTY) and call 1-888-722-8646.

¿Tiene alguna pregunta?

Siempre puede llamar a CBHNP en caso de tener preguntas.

Llame al 1-888-772-8646 y con gusto intentaremos contestar sus preguntas o lo comunicaremos con la persona que mejor las pueda responder.

En el caso de individuos/Miembros que tienen problemas auditivos o sordera y usan un TTY/TDD para comunicarse, llame al servicio de retransmisión de telecomunicaciones de PA al 711 o 1-800-654-5984 (TTY) y llame al 1-888-722-8646.

Números telefónicos de CBHNP que usted puede marcar

Información o tratamiento:
Servicios para el Miembro:
1-888-722-8646

Ayuda para Miembros o sus familias o para solicitar un orador: 717-671-6541 o 1-888-722-8646 y pida hablar con Asuntos del Consumidor y la Familia

Presentar una queja o un agravio al programa HealthChoices: 717-671-6527 o 1-888-722-8646 y pregunte cómo presentar un agravio o una queja.

Si tiene problemas auditivos, sordera o deficiencias auditivas y usa un TTY o TDD, llame al servicio de retransmisión de PA al 711 o 1-800-654-5984 y llame al 1-888-722-8646.



Community Behavioral HealthCare
Network of Pennsylvania
PO Box 6600
Harrisburg, PA 17112

CBHNP

PRSR1 STD
U.S. POSTAGE
PAID
HARRISBURG, PA
PERMIT NO. 28