GUÍA PARA FAMILIARES Y AMIGOS SOBRE LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL PARA ADULTOS – VERSIÓN DE FÁCIL ACCESO

Esperanza, resiliencia y recuperación para todos

INTRODUCCIÓN

Es muy común tener necesidad de servicios de salud mental. Estadísticas nacionales muestran que aproximadamente un 26.2 por ciento de los estadounidenses de 18 años en adelante (más de uno de cada cuatro adultos) sufre en algún momento de su vida de un trastorno mental que se puede diagnosticar.
Todos estamos dentro de una escala de salud mental que va de estar mentalmente saludable a tener una enfermedad mental grave. Algunas personas han sido diagnosticadas con un trastorno de salud mental y están bajo tratamiento con el fin de alcanzar el bienestar mental. Otras más no han sido diagnosticadas con un trastorno de salud mental, pero aun así necesitan ayuda.

Todos estamos en una escala de salud mental que va de estar mentalmente saludable a tener una enfermedad mental grave. Algunas personas han recibido el diagnóstico de un trastorno de salud mental y están bajo tratamiento para alcanzar el bienestar mental. Hay personas que no han sido diagnosticadas con un trastorno de salud mental, pero aun así necesitan ayuda.

Su familiar o amigo es más que sus necesidades de salud mental. Él o ella son parte de una familia, compañeros de trabajo, miembros importantes de la comunidad. Él o ella tienen amigos, pasatiempos, responsabilidades e intereses. Él o ella son importantes para otras personas, y otras personas juegan un papel importante en sus vidas.

En algún momento determinado, la mayoría de las personas experimentan eventos o cambios en su vida que tienen un impacto en su salud mental. Esto puede llevar a cambios negativos en el comportamiento, los sentimientos, las relaciones y el desempeño laboral. Esto podría ser una señal de que es necesario buscar apoyo adicional o servicios de salud mental. La detección y el tratamiento tempranos aumentan la resiliencia y las posibilidades de una pronta recuperación.

"Esperanza, resiliencia y recuperación para todos" es la frase que engloba la visión de la División de Salud Mental y Abuso de Sustancias (MHSA) del Departamento Estatal de Servicios de Salud (DSHS) de Texas. Tener resiliencia significa tener la capacidad de enfrentar los retos y de adaptarse al estrés que conllevan las situaciones que alteran la vida.

En el DSHS creemos que los servicios y apoyos que se brindan en el sistema de salud mental de la comunidad se suman a los apoyos y puntos fuertes que las personas ya poseen. Los servicios atienden las necesidades de salud mental y deben ayudar a desarrollar los soportes y puntos fuertes natos. Entre más apoyos y puntos fuertes natos tenga su familiar o amigo, menos servicios necesitará. Con un poco de ayuda de nuestra parte en un inicio, su familiar o amigo será capaz de usar sus puntos fuertes para superar los retos y adaptarse a situaciones estresantes o que alteran la vida a todo lo largo de su existencia. La resiliencia le permitirá a su ser querido lograr el bienestar mental y alcanzar sus sueños y su potencial.

Sin embargo, entender en qué consisten los servicios disponibles y tener acceso a ellos puede ser un reto, y lidiar con todo lo relacionado con la salud mental puede ser algo nuevo y atemorizante. Este folleto ha sido diseñado como una guía paso a paso para ayudarlo a navegar en el sistema de salud mental a fin de que pueda darle a su familiar o amigo la ayuda que él o ella necesitan.

¿QUÉ PASA SI MI FAMILIAR O AMIGO REPRESENTA UN PELIGRO PARA SÍ MISMO O PARA LOS DEMÁS?

Si su familiar o amigo pasa por una crisis:

- llame a la línea directa de crisis de su entidad local de salud mental; o
- llame al 911.

¿CÓMO PUEDO SABER SI MI FAMILIAR O AMIGO NECESITA SERVICIOS PARA SITUACIONES DE CRISIS?

Un individuo tiene la necesidad urgente de servicios para situaciones de crisis de salud mental si:

- representa un peligro inmediato para sí mismo o los demás; ~~o~~
- está en riesgo de un grave deterioro mental o físico; o
- piensa que representa un peligro inmediato para sí mismo o para los demás.

SI USTED O UN FAMILIAR ESTÁN CONTEMPLANDO LA IDEA DE COMETER SUICIDIO, LLAME POR FAVOR A CUALQUIERA DE ESTOS NÚMEROS:

- Línea Directa Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-TALK (8255)
- TTY (teletipo): 1-800-799-4TTY (4889)
- Red Nacional de Prevención del Suicidio: 1-888-628-9454

PARA PEDIR AYUDA

CÓMO PONERSE EN CONTACTO CON SU ENTIDAD LOCAL DE SALUD MENTAL (LMHA)

Primero, identifique cuál es el centro local de salud mental de su comunidad, conocido también como la entidad local de salud mental (LMHA). Cada LMHA proporciona servicios a los condados asignados en su área. Hay varias maneras de localizar la entidad local de salud mental en su área:

- Por computadora: www.dshs.state.tx.us/mhservices-search/. Este sitio (en inglés) le permite localizar su LMHA ingresando su condado, ciudad o código postal.
- Por teléfono: Marque 211 y pregunte cuál es la LMHA en su área.

Una vez que haya identificado su centro local, llámelos por teléfono. Vea la sección "La primera cita" para más información sobre lo que puede pasar cuando haga la llamada.

VALORACIÓN PRELIMINAR

Personal de la LMHA recabará brevemente alguna información para ver si su familiar o amigo llena los requisitos para recibir servicios. Esta valoración preliminar podría llevarse a cabo por teléfono, o bien la LMHA podría pedirle que se reúnan en persona.

¿QUÉ INFORMACIÓN DEBO TENER A LA MANO?

Trate de tener la siguiente información a la mano para que pueda responder algunas de las preguntas de la valoración preliminar que se le harán por teléfono o en persona:

- El número de Seguro Social de su familiar o amigo
- Información de Medicaid u otro seguro médico
- Fecha de nacimiento
- Dirección particular

Si su familiar o amigo es elegible para recibir servicios de salud mental en la LMHA, un empleado programará una cita para tramitar la admisión. Al momento de la admisión, su familiar o amigo será evaluado para determinar sus necesidades de salud mental. Esta valoración ayuda a determinar el nivel de atención y los tipos de servicios que mejor satisfarán sus necesidades.

LA ELEGIBILIDAD PARA RECIBIR SERVICIOS

CRITERIOS ADMINISTRATIVOS

Para que un individuo sea elegible para recibir servicios, debe cumplir con los siguientes criterios.

- Él o ella deben ***residir en Texas***, aunque no es obligatorio que el individuo compruebe la residencia en Texas. Su declaración al respecto es suficiente.
- No es necesario que el individuo sea ciudadano de los Estados Unidos para tener derecho a los servicios; sin embargo, Medicaid no cubre los gastos de servicios prestados a quienes no sean ciudadanos. Reiterando, no es necesario determinar el estatus de ciudadanía para los beneficiarios de Medicaid, ya que este fue previamente establecido como parte del proceso de determinación de elegibilidad para Medicaid.
- La persona debe reunir los requisitos para cierto ***nivel de atención*** (LOC), el cual incluye los servicios de administración de casos de salud mental. Esto incluye los niveles de atención 1M, 1S, 2 y 5.
- La persona debe cumplir con los criterios para el diagnóstico, según se explican en la sección "Criterios para el diagnóstico".

CRITERIOS ECONÓMICOS

El Estado de Texas cubre los gastos de cualquier servicio de salud mental cuando todas las demás opciones se han agotado. El Estado enviará inicialmente la cuenta a Medicare o a otro recurso alternativo de pago (p. ej., un seguro médico cubierto por un empleador o privado) antes de poder hacer uso de fondos estatales o federales.

Podría pedírsele a un individuo que contribuya con los costos de su atención, dependiendo de su situación económica. Los servicios se cobran a las personas con base en su capacidad de pago. Vea el Calendario de pagos por ingresos en la sección de apéndices de este documento.

No se puede pedir a un individuo que haga algún pago por los costos de su atención si tiene cobertura total de Medicaid.

CRITERIOS PARA EL DIAGNÓSTICO

¿QUIÉN ES PRÁCTICAMENTE ELEGIBLE PARA RECIBIR SERVICIOS?

Los individuos con una enfermedad mental grave (SMI) son elegibles para recibir servicios de salud mental. De conformidad con la sección §533.0354 del Código de Salud y Seguridad, según la enmienda del Proyecto de Ley 8793 de la 83.a Asamblea Legislativa de Texas, se considera que un adulto puede tener una SMI, y puede recibir servicios de salud

mental, si él o ella experimentan una discapacidad funcional significativa debido a un trastorno mental, según la definición del *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*, 5.a edición, (DSM-5), entre ellos:

- el trastorno depresivo grave, incluido un episodio único o un trastorno depresivo grave y recurrente;
- el trastorno de estrés postraumático;
- el trastorno esquizoafectivo, incluidos los de tipo bipolar y depresivo;
- el trastorno obsesivo compulsivo;
- el trastorno de ansiedad;
- el trastorno por déficit de atención;
- el trastorno delirante;
- la bulimia, la anorexia u otros trastornos alimenticios no específicos; o
- cualquier otra enfermedad mental que haya sido ***diagnosticada***.

Un diagnóstico único de abuso de sustancias, trastorno del desarrollo intelectual, trastorno del desarrollo (p. ej., el autismo), o cualquier otra afección orgánica (p. ej., una herida en la cabeza o demencia), no cumplen los criterios de una SMI.

Si su familiar o amigo no es elegible para recibir servicios en este momento, su LMHA puede darle información sobre otros apoyos comunitarios que hay en su área.

LA PRIMERA CITA

Si esta es una cita para tramitar la admisión (para inscribir a su familiar o amigo en los servicios por primera vez, o bien para reinscribirlo después de un periodo largo sin ellos), lleve por favor los siguientes documentos a su cita:

- Identificación con fotografía
- Comprobante de ingresos (su talón de pago más reciente)
- La tarjeta más reciente de Medicaid (de ser aplicable)
- Comprobante de domicilio (de los últimos 30 días; puede ser un recibo de servicios públicos o un contrato de renta)
- Nombre, dirección y número telefónico de algún doctor que haya visto a su familiar o amigo
- Una lista de todos los medicamentos que su familiar o amigo está tomando o ha tomado
- Una lista que incluya las fechas de alguna hospitalización psiquiátrica que haya tenido su familiar o amigo

LA IDENTIFICACIÓN DE LAS NECESIDADES DE SALUD MENTAL

LA ENTREVISTA DE DIAGNÓSTICO

Un profesional clínico titulado se reunirá con su familiar o amigo para determinar su diagnóstico de salud mental y sus necesidades de tratamiento. Este proceso se repetirá cuando menos una vez al año.

VALORACIÓN

Su familiar o amigo se reunirá con un empleado de admisiones, quien le hará una entrevista empleando una herramienta de valoración llamada "Valoración de Necesidades y Puntos Fuertes del Adulto" (llamada comúnmente"ANSA", por sus siglas en inglés). La ANSA es una valoración muy detallada y podría incluir preguntas que hagan que su familiar o amigo se sienta incómodo o avergonzado. Pero es importante hacer esas preguntas. Las respuestas ayudarán a identificar las áreas en las que se tienen necesidades y cuáles son los servicios que más probablemente cubrirán esas necesidades. La información proporcionada es confidencial, dentro de los límites de la ley.

Esta valoración se hace al menos cada 180 días para asegurarse de que cualquier cambio que ocurra se incluya en el plan de recuperación. Esto ayuda también a monitorear el progreso que su familiar o amigo ha hecho hacia la recuperación. Esto incluye la creación de los puntos fuertes esenciales para desarrollar la resiliencia que la persona necesitará.

DETERMINACIÓN DEL NIVEL DE ATENCIÓN

ASIGNACIÓN DEL NIVEL DE ATENCIÓN (LA RESPUESTA AL NIVEL DE NECESIDAD)

Todos los individuos son únicos, al igual que sus necesidades de salud mental. Algunos tienen necesidades intensas o complejas; estas personas deben recibir un nivel de atención intenso, con una compleja variedad de servicios. Cuando un individuo crea resiliencia y tiene necesidades menos intensas y complejas, requerirá de un nivel de atención menos intenso.

El sistema de Salud Mental para los Adultos ha designado varios niveles de atención (conocidos en inglés como LOC) que responden a la intensidad y complejidad de las necesidades que han sido identificadas en un individuo. En seguida se ofrece una descripción de los niveles de atención primarios a los cuales su familiar o amigo podría ser asignado una vez que se haya terminado la valoración y determinado la elegibilidad.

NIVEL DE ATENCIÓN 0: SERVICIOS DE CRISIS

Los servicios en este nivel de atención son breves intervenciones que se ofrecen en la comunidad para aliviar la situación de crisis. El objetivo es resolver la crisis y evitar futuras intervenciones o recaídas.

NIVEL DE ATENCIÓN 1M: CONTROL DE MEDICAMENTOS

Este nivel de atención es para personas que han mostrado una gran mejoría y están listas para dejar el sistema de salud mental. El único retraso se debe a la falta de recursos disponibles (p. ej., el que no haya médicos en la comunidad o recursos disponibles para los medicamentos con receta). Este nivel de servicio funciona junto con aquellos servicios comunitarios que mejoran la recuperación, la vida social y la independencia de la persona.

El objetivo de este servicio es prevenir que el individuo empeore. Esto se hace principalmente a través de la medicación, hasta que él o ella sean capaces de acceder a los servicios que hay en la comunidad. El tratamiento se ofrece en la oficina del médico clínico y se limita a terapia de medicamentos, capacitación y ayuda para los medicamentos y la administración rutinaria del caso.

NIVEL DE ATENCIÓN 1S: CAPACITACIÓN EN HABILIDADES

Los individuos en este nivel de atención tienen un riesgo muy bajo de hacerse daño o de hacerle daño a alguien más. Cuentan con apoyos a su disposición, y sus afecciones no requieren de niveles de atención más altos. Estos servicios se enfocan en ayudar a lograr la recuperación al:

- reducir o estabilizar los síntomas;
- mejorar el nivel de funcionamiento;
- prevenir que el estado de salud de la persona empeore; y
- desarrollar otras formas de apoyo para ayudar a la persona a que deje el sistema de salud mental.

Los servicios se proporcionan casi siempre en la oficina del profesional clínico y se limitan principalmente a la medicación, los servicios de rehabilitación y la capacitación.

NIVEL DE ATENCIÓN 2: ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA

Los servicios en este nivel de atención están dirigidos a las personas:

- que tienen un riesgo muy bajo de hacerse daño o de hacer daño a alguien más;
- cuya afección no requiere de niveles de atención intensivos; y
- que pueden beneficiarse con psicoterapia.

El objetivo de este nivel de atención es mejorar la condición del individuo o impedir que empeore a fin de que el trabajo en la recuperación pueda continuar. Los profesionales clínicos crean los apoyos para ayudar a la persona a que deje el sistema de salud mental. Los servicios se brindan normalmente en la oficina, e incluyen servicios de psicoterapia además de aquellos que se ofrecen en los niveles de atención 1S y 1M.

Nivel de atención 3: Servicios intensivos con un enfoque de equipo

En el nivel de atención 3, el equipo de tratamiento se centra en ayudar a la persona en sus esfuerzos de recuperación. Entre los objetivos están:

- calmar los síntomas que causan problemas en la vida de la persona;
- mejorar el estado de salud de la persona;
- ayudar a la persona a reconocer sus propias necesidades y a ocuparse de ellas;
- aumentar el uso de servicios en la comunidad; y
- mantener el avance logrado en niveles de atención más intensivos.

El equipo se enfoca en el uso de los propios puntos fuertes de la persona para conseguir:

- que mejore en las áreas problemáticas, al capacitar a la persona para que ella misma controle sus síntomas;
- que viva de manera independiente;
- que sea autosuficiente;
- intervenciones relativas al empleo no específicas de alguna tarea laboral en especial;
- que controle sus impulsos; y
- que se relacione con los demás de una manera efectiva.

Estos servicios se brindan en la comunidad.

Los servicios en este nivel de atención son para personas con necesidades de moderadas a graves. Estas personas requieren de rehabilitación intensiva a fin de ayudarlas a que vivan dentro de la comunidad. Esto podría incluir mantener el nivel actual de funcionamiento.

Un administrador de casos especializado en rehabilitación puede ayudar a la persona a encontrar alojamiento y empleo. El administrador de casos también puede ofrecer servicios para trastornos concomitantes psiquiátricos y por abuso de sustancias (COPSD), si así se indica.

Nivel de atención 4: Tratamiento Comunitario Asertivo

El Tratamiento Comunitario Asertivo (ACT) ofrece un programa integral para brindar tratamiento, rehabilitación y servicios de apoyo a ciertos individuos con enfermedades mentales graves. Las personas que reciben servicios ACT podrían tener un diagnóstico de esquizofrenia, trastorno bipolar u otra enfermedad mental grave. Muchas de ellas han ingresado en numerosas ocasiones a hospitales psiquiátricos.

El equipo ACT utiliza el talento del equipo de tratamiento para brindar una amplia gama de servicios a la persona en recuperación en su propio hogar. Debido a que el equipo de tratamiento está capacitado para trabajar en muchas áreas, los individuos raras veces son remitidos a otros programas para que reciban tratamiento, rehabilitación y servicios de apoyo.

Nivel de atención 5: Servicios de transición

El nivel de atención 5 brinda atención continua a quienes no cumplen con los requisitos de elegibilidad para los niveles 1 a 4. El enfoque principal de este nivel de atención es ofrecer servicios flexibles para ayudar a las personas a:

- mantenerse estables;
- prevenir nuevas crisis;
- que se involucren o sigan involucradas en el tratamiento; o
- que encuentren en la comunidad los servicios que necesitan.
- Los servicios en este nivel de atención pueden variar en gran medida, dependiendo de las necesidades de cada persona. Están disponibles por un máximo de 90 días.

Servicios disponibles

A continuación se presenta una lista de servicios, si bien no todos están incluidos. Además, no todos los servicios están incluidos en todos los lugares donde se brindan servicios. Póngase en contacto con su entidad local de salud mental para obtener detalles sobre servicios específicos.

Servicios de crisis

Seguimiento de crisis y prevención de recaídas

Estos servicios se ofrecen a personas que no están ante un peligro inminente de hacerse daño o hacer daño a alguien más, pero necesitan ayuda para evitar que vuelva a ocurrir el episodio de crisis. Estos servicios ayudan a:

- mejorar la reacción del individuo ante la situación que llevó al episodio de crisis;
- asegurar la estabilidad; y
- prevenir futuros episodios de crisis.

El estatus y las necesidades de la crisis se determinan por medio de evaluaciones continuas. También se ofrecen hasta 30 días de intervenciones breves y orientadas en soluciones para los individuos y sus familias. Se trata de un máximo de 30 días de intervenciones breves y orientadas en soluciones para los individuos y sus familias. Se proporciona ayuda para el desarrollo de técnicas para la resolución de problemas que le permitan a la persona adaptarse y hacer frente a las situaciones estresantes que llevaron al episodio de crisis. Este servicio está disponible en los niveles de atención (LOC) 0 a 5.

Servicios de intervención en casos de crisis

Estas intervenciones se dan en respuesta a una crisis y se emplean para reducir los síntomas de una enfermedad mental grave o de una alteración emocional, así como para prevenir el ingreso a un ambiente más restrictivo. Esto está disponible en todos los niveles de servicio.

Tratamiento residencial en casos de crisis

Se ofrece además un tratamiento residencial a corto plazo cerca del hogar para las personas con cierto riesgo de hacerse daño o de hacer daño a alguien más. Estas personas podrían tener discapacidades funcionales muy graves y requerir de supervisión y atención directas, pero no de hospitalización. Este servicio está disponible en los niveles de atención 0 y 5.

Unidad de estabilización de crisis

La Unidad de estabilización de crisis (CSU) ofrece tratamiento residencial a corto plazo empleado para reducir síntomas agudos de las enfermedades mentales. Los servicios se brindan en un ambiente seguro. El tratamiento está a cargo de personal clínico, con la supervisión de un psiquiatra. La CSU está disponible en todos los niveles de servicio.

Transporte en casos de crisis

Incluye el transporte de un lugar a otro para personas que están recibiendo servicios para crisis, de seguimiento luego de una crisis, o de prevención de recaídas. El transporte se ofrece de conformidad con leyes y reglamentos estatales y está a cargo de personal de los cuerpos policiales o, cuando así se requiera, por una ambulancia o personal calificado. Este servicio está disponible en los niveles de atención 0 y 5.

Observación extendida

Comprende un máximo de 48 horas de servicios de emergencia y de estabilización de crisis. Ofrece la estabilización de emergencia en un ambiente seguro con profesionales clínicos (entre ellos médicos y profesionales de enfermería), bajo la supervisión de un psiquiatra. El acceso a las evaluaciones y al tratamiento médico urgente o de emergencia es inmediato, y los individuos son transferidos a un nivel de atención más alto cuando sea necesario. Este servicio está disponible en los niveles de atención 0 y 5.

Equipo Móvil de Servicios en Casos de Crisis (MCOT)

Profesionales médicos y de la salud mental responden de inmediato en el lugar donde esté ocurriendo una crisis psiquiátrica. El MCOT está disponible los 7 días de la semana y las 24 horas del día, y responde a llamadas hechas desde un hogar, una escuela, la calle o una clínica. Este servicio está disponible en los niveles 0, 1S, 2, 3, 4 y 5.

Servicios médicos

Hospitales de salud mental

Estos centros de tratamiento psiquiátrico ofrecen evaluaciones psiquiátricas, servicios de rehabilitación y de recetas médicas y servicios integrales de planificación del alta para personas que estén pasando por una crisis. Esto está disponible en todos los niveles de servicio.

Servicios para pacientes hospitalizados

Estos servicios están a cargo de profesionales médicos y de enfermería, quienes ofrecen monitoreo, supervisión y asistencia las 24 horas del día en un ambiente seguro. El personal proporciona intervenciones intensivas para aliviar la sintomatología psiquiátrica aguda y para restaurar la capacidad de la persona de funcionar en un entorno menos restrictivo. Este servicio está disponible en los niveles de atención 0 y 5.

Servicios de orientación psicológica

Tratamiento Asertivo en la Comunidad (ACT)

Es una práctica basada en datos comprobados (EBP, programas que han demostrado ser efectivos por medio de investigaciones rigurosas) que utiliza las prácticas del modelo de la planeación de la recuperación centrada en la persona (PCRP). (Vea PCRP para más información). Los individuos que reciben servicios de ACT padecen graves enfermedades mentales que les impiden tener una buena calidad de vida. La mayoría no ha logrado mejorar luego de haberse usado programas tradicionales para pacientes no hospitalizados. El objetivo del ACT es facilitar la vida en la comunidad, la rehabilitación psicosocial y la recuperación. Este servicio está disponible en el nivel de atención 4.

Orientación psicológica (Terapia cognitiva-conductual o CBT)

Las terapias individual, familiar y grupal se usan para disminuir los síntomas de enfermedad mental de una persona. También se usan para aumentar la capacidad del individuo de llevar a cabo las actividades de la vida diaria. La terapia cognitiva-conductual es el tratamiento preferido para la orientación psicológica para adultos. Este servicio incluye la planeación de la recuperación y el tratamiento, con vistas a fortalecer la recuperación y la resiliencia. Está disponible en los niveles de atención 2, 4 y 5. Infórmese sobre la Terapia cognitiva-conductual (CBT).

Orientación psicológica (Terapia del procesamiento cognitivo o CPT)

La CPT utiliza la terapia individual con el objetivo de reducir o eliminar los síntomas del trastorno de estrés postraumático (PTSD) de una persona. La CPT es el tratamiento preferido para los adultos con PTSD, incluidos los excombatientes. Este servicio incluye la planificación de la recuperación o el tratamiento con vistas a mejorar la recuperación y la resiliencia. Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5.

Control y recuperación de una enfermedad (IMR)

El IMR fue diseñado para ayudar a las personas con enfermedades mentales graves a que trabajen con profesionales para reducir su susceptibilidad a las enfermedades y a que puedan sobrellevar sus síntomas. El IMR ayuda a las personas a descubrir o redescubrir sus puntos fuertes y su capacidad de perseguir sus metas personales, así como a desarrollar un sentido propio de identidad. Esto les permite crecer más allá de su enfermedad mental. Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5.

Plan de recuperación centrado en la persona (PCRP)

Para desarrollar el plan de recuperación, el PCRP utiliza un proceso colaborativo entre la persona, el proveedor del tratamiento y quienes sirven de apoyo natural para la persona. El objetivo del PCRP es ayudar a la persona a alcanzar sus metas a lo largo de su camino hacia la recuperación. Está disponible en todos los niveles de servicio.

Servicios de rehabilitación

Servicios de capacitación y apoyo sobre los medicamentos

Ofrece información sobre medicamentos y sus posibles efectos secundarios. Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5.

Control farmacológico

Este servicio, a cargo de un médico u otro profesional que pueda dar recetas, se encarga del control de los fármacos psicoactivos para tratar los signos y síntomas de la enfermedad mental. Esto está disponible en todos los niveles de servicio.

Servicios de rehabilitación psicosocial

Los miembros del equipo de tratamiento de una persona ofrecen intervenciones sociales, educativas, vocacionales, conductuales y cognitivas para ayudar a mejorar la capacidad de una persona de desarrollar y mantener:

- relaciones;
- logros ocupacionales o educativos;
- habilidades para vivir de manera independiente; ~~y~~
- alojamiento.

Este servicio incluye la planificación para la recuperación y el tratamiento a fin de facilitar la recuperación. Está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5.

Capacitación y desarrollo de habilidades

Esta capacitación aborda las enfermedades mentales graves y los problemas relacionados con los síntomas que interfieren con el funcionamiento de la persona. Ofrece la oportunidad de adquirir y mejorar las habilidades necesarias para funcionar de manera apropiada y ser independiente, y facilita la integración de la persona a la comunidad. Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5.

Servicios de colaboración

Healthy Community Collaboratives

El programa Healthy Community Collaboratives (formado por instituciones que colaboran para lograr comunidades saludables) cuenta con servicios y apoyos para las personas sin hogar que tienen alguna enfermedad mental. Los socios de este programa trabajan juntos para lograr que las personas reciban atención de calidad. También trabajan juntos para que las personas entiendan lo relacionado con su atención médica. Estos servicios se ofrecen en todos los niveles de atención.

Proyecto Acceso

Este programa de alojamiento es administrado por el Departamento de Vivienda y Asuntos Comunitarios de Texas, en asociación con el Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas. Ofrece 10 vales de Housing Choice (ayuda para la renta a inquilinos) y servicios de apoyo proporcionados por la LMHA a las personas que residen en un hospital psiquiátrico de estancia nocturna financiado por el estado, o han sido dadas de alta recientemente de él. Estos apoyos están disponibles en todos los niveles de servicio.

Alojamiento permanente con apoyos auxiliares

Esto incluye actividades para ayudar a los individuos a seleccionar, obtener y mantener un alojamiento regular en su comunidad. Los servicios consisten en ayudar a buscar y a mudarse a un lugar al alcance de sus bolsillos que sea habitable, normal e integrado (es decir, que no más del 50% de las unidades habitacionales estén ocupadas por individuos con enfermedades mentales graves). El alojamiento con apoyos auxiliares incluye:

- Asistencia para el alojamiento: fondos de asistencia para la renta. Para recibir asistencia con la renta, la persona debe llenar una solicitud de la Sección 8 o de vivienda pública o bien tener planes para incrementar sus ingresos de manera que pueda cubrir los gastos de su vivienda sin asistencia. La asistencia para el alojamiento sin servicios ni apoyos no puede considerarse como alojamiento con apoyos auxiliares.
- Servicios y apoyos: asistencia para buscar, mudarse y mantener un alojamiento integrado regular que sea habitable. Esto incluye el tratamiento para facilitar la recuperación.

Proyectos para la Asistencia en la Transición a un hogar para las Personas sin Hogar (PATH)

El programa PATH ofrece:

- difusión;
- valoraciones preliminares, evaluaciones de diagnóstico y tratamiento;
- vivienda y rehabilitación;
- servicios de salud mental en la comunidad;
- tratamiento para el paciente no hospitalizado por consumo de alcohol o drogas (para individuos con enfermedades mentales graves);
- administración de casos;
- derivaciones para servicios de salud primaria, capacitación para el empleo, servicios educativos (entre ellos actividades para la prevención del VIH) y servicios pertinentes para la vivienda;
- asistencia para la obtención de servicios de apoyo con los ingresos, incluida la prestación de Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) y un representante para recibir el pago, según los reglamentos correspondientes;
- servicios para el alojamiento, incluida la planificación de todo lo relacionado con el alojamiento;
- asistencia técnica para solicitar asistencia para el alojamiento; ~~y~~
- mejorar la coordinación entre el alojamiento y los servicios prestados.

Estos apoyos están disponibles en todos los niveles de servicio. Obtenga más información sobre el programa PATH.

Servicios financieros

Prestaciones para el consumidor

Las personas que reciben servicios son derivadas normalmente a la oficina de prestaciones para el consumidor de la LMHA. El empleado a cargo de las prestaciones ayuda a la persona a solicitar las prestaciones del Seguro de Ingreso Suplementario (SSI) o Seguro de Ingreso Suplementario por Discapacidad (SSDI). Este empleado ayuda a las personas con los trámites de reclamación, revisa las reclamaciones, toma notas y ofrece retroalimentación para ayudar a las personas a conseguir las prestaciones que necesitan. Este servicio está disponible en todos los niveles de servicio.

Empleo asistido

Ofrece servicios diseñados para ayudar a la persona a conservar un empleo, así como asistencia para seleccionar, conseguir y mantener un empleo en puestos regulares dentro de la comunidad. Incluye actividades como:

- ayudar al individuo a encontrar trabajo;
- ayudar a la persona a llenar las solicitudes de trabajo;
- abogar por la persona ante los posibles empleadores;
- asistir con el aprendizaje de habilidades específicas para un puesto; ~~y~~
- efectuar negociaciones con el empleador.

Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5. Obtenga más información sobre el empleo asistido.

Servicios de asistencia legal

Recuperación de la competencia en el entorno penitenciario (JBCR)

Los servicios de JBCR ofrecen un rápido acceso a personas con los debidos requisitos clínicos que han sido declaradas incompetentes para ser juzgadas. Este servicio trata la enfermedad mental y también proporciona capacitación y entrenamiento para el desarrollo de habilidades. La capacitación y el entrenamiento para el desarrollo de habilidades dan a la persona una comprensión de los procedimientos legales racional y basada en hechos, y la ayudan a comunicarse con su asesor legal. Los servicios siguen los principios de la rehabilitación psiquiátrica efectiva.

Recuperación de la competencia para el paciente no hospitalizado (OCR)

La OCR ofrece servicios diseñados para restaurar la competencia en personas que han sido declaradas por los tribunales como incompetentes para ser juzgadas. Es necesario además que el tribunal haya determinado que estas personas no representan un peligro para los demás. Quienes sean aptos para recibir los servicios de OCR son elegibles para recibir toda la gama de servicios disponibles para otros individuos que reciben servicios de salud mental. Este servicio está disponible en el nivel de atención 3. Obtenga más información sobre los servicios de OCR.

Oficina Correccional de Texas para Delincuentes con Impedimentos Médicos o Mentales (TCOOMMI)

La TCOOMMI establece contratos con entidades locales de salud mental (LMHAs) para ofrecer servicios de salud mental a personas que estén en libertad condicional o libertad bajo palabra. Las LMHAs trabajan estrechamente con quienes están en libertad bajo palabra o en libertad condicional para ayudarlos a cumplir con las condiciones para su liberación, específicamente en lo referente a que se comprometan con su tratamiento de salud mental. Este servicio está disponible en los niveles de atención 3 y 4.

Establecimiento de metas y selección de estrategias

Desarrollo de un plan de recuperación

Una vez que su familiar o amigo termina una valoración y es asignado a un nivel de atención que cubra sus necesidades, se creará un plan de recuperación. En este plan se resumen los puntos fuertes, las necesidades, las metas y los recursos de su familiar o amigo. También se describen los servicios que se ofrecerán como un apoyo para que desarrolle su resiliencia y alcance la recuperación. Su familiar o amigo ayudarán a definir el plan y hablarán sobre cualquier inquietud que tengan. El plan de recuperación es modificado continuamente para satisfacer las necesidades del individuo, y se revisa cada 180 días.

Recepción de servicios por parte del equipo de recuperación

Una vez que se desarrolle un plan de recuperación para su familiar o amigo, se asignará al paciente un equipo de recuperación formado por profesionales para que le proporcionen los servicios y apoyos. Algunas veces una misma persona puede proporcionar diferentes tipos de servicios. En seguida se muestran algunas de las personas que podrían estar en el equipo de recuperación:

Psiquiatra. Médico especializado en psiquiatría. Él o ella le dará un diagnóstico de la salud mental, recetará medicamentos y ofrecerá formación psicológica.

Administrador de casos. El administrador de casos coordina los servicios, documenta el progreso en el plan de recuperación, hace derivaciones hacia recursos en la comunidad y aboga por los intereses de su familiar o amigo.

Instructor en habilidades. Esta persona recibe un entrenamiento especial en una variedad de prácticas basadas en pruebas, el cual le permite atender las necesidades conductuales relacionadas con el diagnóstico de salud mental de su familiar o amigo.

Terapeuta. Los terapeutas son clínicos de la salud mental titulados que reciben entrenamiento en terapias que abordan las necesidades emocionales relacionadas con el diagnóstico de salud mental de su familiar o amigo. Se trata normalmente de psicoterapeutas profesionales titulados, trabajadores sociales clínicos titulados o terapeutas matrimoniales y familiares titulados, entre otros.

Desarrollo de puntos fuertes y resiliencia

Evaluación y revaloración a los 180 días

La Valoración de las Necesidades y los Puntos Fuertes del Adulto (ANSA) se efectúa cada 180 días. Las preguntas son las mismas que se le hacen a su familiar o amigo durante su admisión, y alguien de su equipo de recuperación realizará la valoración. La valoración identifica los servicios que mejor cubren las necesidades presentes de su familiar o amigo, y ayuda a monitorear el progreso que ha hecho con miras a sus metas de recuperación. El progreso comprende una reducción de los síntomas y el mejoramiento de los puntos fuertes, dos cosas esenciales para desarrollar la resiliencia que su familiar o amigo necesitará a lo largo de su vida.

El alta

Esperamos que la atención que se ofrece dentro del sistema de salud mental de Texas le brinde resiliencia, esperanza y recuperación a aquellos que reciben la atención. Toda persona tiene la capacidad de desarrollar un sentido de identidad y bienestar sano, y puede tener éxito en el trabajo, en la familia y en la comunidad. Si su familiar o amigo cuenta con los

apoyos y puntos fuertes necesarios que ayudan a la recuperación, puede darse el caso de que no necesite más de los apoyos que se ofrecen en el sistema de salud mental. ¡Aquí estaremos si nos vuelve a necesitar!

PREGUNTAS FRECUENTES

- ¿Qué pasa si me preocupa algo con respecto a la atención que le fue ofrecida a mi familiar o amigo o que está recibiendo en este momento?
    - Los proveedores de servicios en su centro de salud están sumamente interesados en ayudarlo a encontrar soluciones para los retos que enfrenta su familiar o amigo. Trate de hablar primero con alguien del equipo de recuperación (el administrador del caso, terapeuta, doctor, etc.) sobre lo que le preocupa. Él o ella con gusto se sentarán con usted para conversar sobre cualquier preocupación que usted tenga.
    - Si no está satisfecho con los resultados de la conversación, pida al recepcionista de su centro de salud que lo comunique con el jefe de Derechos del Cliente. Cada centro de salud tiene un jefe de Derechos del Cliente que ayuda a los individuos a resolver las inquietudes relacionadas con la atención brindada a su familiar o amigo.

- ¿Qué pasa si mi centro de salud no se está encargando de atender las inquietudes o quejas que les he hecho llegar?
    - Si luego de hablar con el jefe de Derechos del Cliente del centro de salud no se ha resuelto su inquietud, puede ponerse en contacto con la Oficina de Derechos del Cliente en Austin del Departamento Estatal de Servicios de Salud de (DSHS) para mayor asistencia.

Rights Protection Officer
Texas Department of State Health Services Office of Consumer Services and Rights Protection
Mail Code 2019
P.O. Box 12668
Austin, TX 78711-2668
1-800-252-8154

- ¿Qué pasa si mi familiar o amigo es puesto en una lista de espera para recibir los servicios?
    - Si su familiar o amigo tiene cobertura de Medicaid, es posible que no sea puesto en una lista de espera para recibir atención de salud mental en el centro de salud. Si su familiar o amigo no tiene cobertura de Medicaid, podría ser puesto en una lista de espera.
    - Su familiar o amigo es elegible para recibir servicios de manera inmediata en cualquier momento que experimente una crisis psiquiátrica. Vea el apartado "***¿Qué pasa si mi familiar o amigo representa un peligro inmediato para sí mismo o para los demás?***" en esta guía si cree que su familiar o amigo está experimentando una crisis.
    - Si su familiar o amigo es puesto en una lista de espera para recibir los servicios, un empleado del centro de salud lo contactará al menos una vez cada 30 días para verificar el estado de salud de su familiar o amigo mientras esté a la espera de servicios. Póngase en contacto con su centro de salud si piensa que su condición ha empeorado.
    - Si su familiar o amigo permanece en una lista de espera por un año completo antes de entrar a recibir servicios, un empleado del centro de salud lo contactará para programar otra valoración integral para determinar si sus necesidades han cambiado.

- ¿Qué pasa si mi familiar o amigo tiene cierto tipo de necesidades especiales que no pueden ser atendidas en mi LMHA?
    - Si la valoración hecha en el centro de salud muestra que su familiar o amigo tiene cierto tipo de necesidades especiales que no pueden ser atendidas en el centro de salud, su administrador del caso o terapeuta probablemente le darán información sobre proveedores calificados en la comunidad que tengan la experiencia y los recursos para abordar esas necesidades. Si el personal del centro de salud no le da referencias de proveedores en la comunidad, simplemente pídalas. Con gusto lo ayudarán a identificar recursos.

- ¿Cómo puedo saber si mi familiar o amigo es elegible para recibir ayuda económica?
    - Todos los centros de salud aceptan Medicaid. Pregunte si su centro de salud ofrece asistencia para tener acceso a otros programas de asistencia estatales o federales, o si pueden darle información sobre si hay oficinas locales de esos programas.

- Un recurso en la comunidad que podría serle de ayuda:
    - Llame al "211": Este programa está comprometido a ayudar a la gente de Texas a ponerse en contacto con los servicios que necesitan. Ya sea por teléfono o por internet, el objetivo es presentar información exacta, bien organizada y fácil de encontrar acerca de más de 60,000 programas estatales y locales de salud y servicios humanos.

APÉNDICES

GLOSARIO

VALORACIÓN. Proceso sistemático para medir las necesidades de servicios de un individuo.

TRASTORNO BIPOLAR. Enfermedad mental caracterizada por periodos de un estado de ánimo elevado y periodos de depresión.

PROFESIONAL CLÍNICO. Médico u otra persona calificada que está involucrada en el tratamiento y la observación de pacientes vivos, en contraste con los profesionales que se dedican a la investigación.

CONFIDENCIAL. Lo que se habla, escribe, hace, etc., y se mantiene estrictamente con carácter privado o en secreto.

TRASTORNOS CONCOMITANTES PSIQUIÁTRICO Y POR ABUSO DE SUSTANCIAS (COPSD). Diagnóstico que incluye tanto el abuso de sustancias y los problemas de dependencia a sustancias, como un diagnóstico psiquiátrico.

DETERIORAR. Empeorar.

DIAGNÓSTICO. El proceso de determinar a través de un examen médico la naturaleza y las circunstancias de la condición de un enfermo, o de la decisión a la que se llega como resultado de dicha revisión.

PLAN PARA EL ALTA. Plan por escrito que aborda las necesidades y metas actuales del paciente, especifica los servicios que se ofrecerán e indica quién los ofrecerá. Entre las áreas que deben incluirse en el plan para el alta están las siguientes: servicios de salud mental, administración del caso, arreglos para la vivienda, ayuda económica, capacitación vocacional, transporte y medicamentos.

PRÁCTICA BASADA EN LOS HECHOS (EBP). Enfoque interdisciplinario de la práctica clínica cuyos principios básicos son que todas las decisiones prácticas que se hagan deben basarse en investigaciones científicas, y que estas investigaciones científicas sean seleccionadas e interpretadas siguiendo normas específicas características de la EBP. Típicamente dichas normas no toman en cuenta los estudios teóricos, las pruebas anecdóticas ni los estudios cualitativos, y consideran como pruebas solo aquellas que cumplen un minucioso conjunto de criterios.

ADMISIÓN. Valoración integral a cargo de un profesional de salud mental competente o un profesional autorizado de las artes curativas (LPHA) para identificar las necesidades de salud conductual del individuo, lo cual podría incluir tanto servicios en la comunidad como servicios en una institución.

INTERVENCIÓN. Cualquier interferencia en los asuntos de otras personas.

NIVEL DE ATENCIÓN (LOC). Nombre que se le da a un conjunto de servicios de salud mental estandarizados del DSHS, con base en las pautas para la valoración uniforme y en el manejo de su uso referidas en el Título 25, Parte 1, §416.17 del Código Administrativo de Texas (en lo relativo a las Pautas), las cuales especifican el tipo, la cantidad y la duración de servicios de rehabilitación de la salud mental (MH) que habrán de darse a un individuo.

ENTIDAD LOCAL DE SALUD MENTAL (LMHA). Entidad a la cual el DSHS delega su autoridad y responsabilidad dentro de una región específica para la planeación, el desarrollo de políticas, la coordinación, el desarrollo y la asignación de recursos, así como para supervisar y garantizar el suministro de servicios de salud mental a las personas con enfermedades mentales en una o más áreas locales de servicio.

PRACTICANTE TITULADO DE LAS ARTES CURATIVAS (LPHA) . Este término tendrá el significado descrito en el Título 25, Parte 1, §412.303 del Código Administrativo de Texas (en lo relativo a las Definiciones).

ENTREVISTA MOTIVACIONAL. Forma de orientar de manera colaborativa, centrada en la persona, para provocar y fortalecer la motivación para el cambio. Se trata de un estilo de orientación que recurre a la empatía y al apoyo para promover las condiciones para el cambio. Quienes lo practican procuran evitar discusiones y enfrentamientos, los cuales tienden a aumentar la actitud defensiva y la resistencia de la persona.

PLAN DE RECUPERACIÓN CENTRADO EN LA PERSONA (PCRP). Proceso de colaboración entre el individuo, el proveedor del tratamiento y los apoyos con los que cuenta el individuo de forma natural. El objetivo de esta colaboración es desarrollar e implementar un plan de acción para ayudar al individuo a alcanzar sus metas únicas e individuales, a lo largo de su camino hacia la recuperación.

TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (PTSD). Afección de tipo mental que es desencadenada por un evento aterrador, ya sea experimentado en carne propia o presenciado. Los síntomas podrían incluir recuerdos recurrentes del evento traumático, pesadillas y ansiedad grave, así como pensamientos incontrolables acerca del evento.

PSICOSOCIAL. Lo relacionado con el desarrollo psicológico de una persona dentro de un ambiente social, y en su interacción con este.

MEDICAMENTO PSICOACTIVO. Sustancia química que atraviesa la barrera hematoencefálica (entre la sangre y el cerebro) y actúa principalmente en el sistema nervioso central, afectando la función cerebral y dando por resultado cambios en la percepción, el estado de ánimo, la conciencia, el razonamiento y el comportamiento.

PSICOEDUCACIÓN. Clases que se ofrecen a los individuos con un trastorno mental y sus familias para ayudarlos a que tomen el control y a que manejen su afección de la mejor manera posible.

PSICOTERAPIA. Interacción o tratamiento terapéuticos establecidos entre un entrenador profesional y un cliente, un paciente, una familia, una pareja o un grupo.

PROFESIONAL DE SALUD MENTAL CALIFICADO por Servicios Comunitarios (QMHP-CS). Empleado que cumple la definición de un QMHP-CS descrita en el en el Título 25, Parte 1, §412.303 del Código Administrativo de Texas (en lo relativo a las Definiciones).

RECUPERACIÓN. Proceso de cambio a través del cual los individuos mejoran su salud y bienestar, dirigen su propia vida y se esmeran en alcanzar su máximo potencial.

REHABILITACIÓN. Tratamiento o tratamientos diseñados para facilitar el proceso de recuperación tras una herida, enfermedad o afección hacia un estado tan normal como sea posible.

RECAÍDA. El regreso a una enfermedad o comportamiento luego de un periodo de mejoría.

RESILIENCIA. Tener la habilidad de sobreponerse a los retos y de adaptarse a las situaciones estresantes o que alteran la vida.

ESQUIZOFRENIA. Desorden mental caracterizado a menudo por un comportamiento social anormal y por la incapacidad de reconocer lo que es real.

VALORACIÓN PRELIMINAR. El contacto inicial entre un profesional clínico y un cliente potencial con el fin de recabar información demográfica y de otro tipo, según sea necesario, para determinar la elegibilidad y la necesidad de servicios.

ENFERMEDAD MENTAL GRAVE (SMI). De conformidad con la Sección 533.0354 del Código de Salud y Seguridad, según la enmienda del proyecto de ley 3793 de la 83.a Asamblea Legislativa de Texas, puede considerarse que un adulto tiene una enfermedad mental grave (SMI), y que puede recibir servicios de salud mental, si está experimentando impedimentos significativos para su funcionamiento debido a un trastorno de salud mental, según la definición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, 5.a edición (DSM-5), entre los cuales están los siguientes:

- el trastorno depresivo grave, incluido un episodio único o un trastorno depresivo grave y recurrente;
- el trastorno de estrés postraumático;
- el trastorno esquizoafectivo, incluidos el de tipo bipolar y el depresivo;
- el trastorno obsesivo compulsivo;
- el trastorno de ansiedad;
- el trastorno por déficit de atención;
- el trastorno delirante;
- la bulimia, la anorexia y otros trastornos alimenticios no específicos; o
- cualquier otro trastorno de salud mental que haya sido diagnosticado.

Un diagnóstico único de abuso de sustancias, trastorno del desarrollo intelectual, trastorno del desarrollo (p. ej. autismo) u otra afección de tipo orgánico (p. ej. una herida en la cabeza o demencia) no cumplen los estándares del SMI.

SEGURO DE INGRESO SUPLEMENTARIO POR DISCAPACIDAD (SSDI). Estos son los programas más grandes de entre varios programas federales que ofrecen asistencia a personas con discapacidades. Son administrados por la Administración del Seguro Social y solamente los individuos que tienen alguna discapacidad y cumplen con ciertos criterios médicos pueden ser elegibles para recibir prestaciones de cualquiera de estos programas.

SEGURO DE INGRESO SUPLEMENTARIO (SSI). Programa de ingreso suplementario federal financiado con ingresos provenientes de impuestos generales (y no por impuestos del Seguro Social). Está diseñado para asistir a los adultos mayores, a los invidentes y a las personas con discapacidades que tienen bajos ingresos o carecen de ellos. También proporciona ayuda en efectivo para cubrir las necesidades básicas de alimentación, vestido y alojamiento.

SINTOMATOLOGÍA. Conjunto de síntomas que caracterizan a una afección médica o exhibida por el paciente.

CALENDARIO DE PAGOS SEGÚN LOS INGRESOS

El calendario de pagos por ingresos puede verse en: http://www.dshs.state.tx.us/mhsa-rights/ (contenido en inglés). Vaya hacia abajo hasta donde dice "Charges" y haga clic en el enlace "Monthly Ability to Pay Fee Schedule" más reciente.