Manual del participante

Servicios en el Hogar y en la Comunidad

para la Salud Mental del Adulto

TEXAS
Health and Human Services

hhs.texas.gov/hcbs-amh | HCBS-AMH@hhsc.state.tx.us

Texas Health and Human Services
Attn: HCBS-AMH Program
P.O. Box 149347, Mail Code 2012
Austin, Texas 78714-9347

hhs.texas.gov/hcbs-amh

Índice

Quiénes somos 1

Su recuperación 1

Sus opciones 2

Sus responsabilidades 5

Los servicios que ofrecemos 7

La salida del programa HCBS-AMH 9

La suspensión del programa HCBS-AMH 9

El cambio de supervisor o de proveedor de HCBS-AMH 10

Sus derechos al estar en el programa HCBS-AMH 10

Atención médica de emergencia 12

Los planes para una emergencia 13

Quiénes somos

El programa de Servicios en el Hogar y en la Comunidad (HCBS) para la Salud Mental del Adulto (AMH) ayuda a sus usuarios a vivir en la comunidad de su preferencia. En concreto, está dirigido a las personas que buscan la recuperación a largo plazo de una enfermedad mental. Los servicios pueden prestarse por tiempo indefinido. Se puede hacer uso de ellos por el tiempo que sea necesario.

Usted y su representante legalmente autorizado (la persona que le ayuda a tomar decisiones importantes) escogerán conjuntamente a un supervisor de recuperación y una agencia proveedora de servicios. Ellos le ayudarán a recibir los servicios que necesita para tomar buenas decisiones en el día a día.

El supervisor de la recuperación le ayudará a elaborar un plan individual de recuperación que le permita centrarse en permanecer en la comunidad. La agencia que le brinde los servicios cuidará que usted reciba todos los servicios incluidos en el plan de recuperación y colaborará con usted y el supervisor de la recuperación para ayudarle a alcanzar el éxito.

Su recuperación

La recuperación ayuda a mejorar su salud y bienestar, a ser autosuficiente y a alcanzar todo su potencial. En este

caso concreto, la recuperación implica tomar las medidas necesarias para mejorar la vida diaria cuando se padece una enfermedad mental o adicción. Para quienes viven con una enfermedad mental o adicción, la recuperación puede ser un largo camino.

Gracias a este programa, sentirá que tiene un mayor control en su búsqueda de una mejor calidad de vida. Tal vez quiera conseguir un trabajo, mudarse a su propio departamento o ampliar su círculo de amigos. Hay muchos caminos hacia la recuperación, y el equipo que trabaje con usted estará ahí para ayudarle todos los días.

Tal vez sienta que el enfoque de este programa es distinto a lo que ha experimentado. Tal vez no esté acostumbrado a que le pregunten: "¿En qué quieres trabajar?", o "¿Qué es lo más importante para ti?". Puede ser que se sienta un poco abrumado, o que tenga otro tipo de respuestas emocionales. Trate de no presionarse.

Sus opciones

Si se inscribe en este programa, tendrá que tomar varias decisiones.

Escoja a los profesionales que le ayudarán

- Usted puede escoger a uno de los supervisores de la recuperación en su comunidad. Su supervisor de la recuperación le ayudará a alcanzar sus metas. También

le ayudará a escoger los servicios adecuados para usted y a darles el seguimiento que corresponda. Además, trabajará con otros proveedores para ofrecerle los servicios que necesite como parte de su plan de recuperación.

- Usted puede elegir entre las distintas agencias proveedoras de servicios que tienen presencia en su comunidad. La agencia que le dé los servicios trabajará en en su plan de recuperación individual para que pueda cubrir sus necesidades.

Escoja un lugar seguro donde vivir

Queremos que tenga los mismos derechos y responsabilidades que cualquier otra persona.

- Puede pedirle al supervisor de recuperación que le ayude a escoger el mejor lugar donde vivir, o que le ayude a escoger una ubicación que cumpla los requisitos de participación en el programa.
- Usted puede vivir:
  - En su propia casa o departamento
  - Con un familiar o un amigo
  - En el hogar en grupo de su proveedor de servicios
  - En un lugar donde reciba asistencia con la vida diaria

Escoja un equipo de apoyo para la recuperación

Su equipo de apoyo para la recuperación está formado por personas importantes en su vida que le ayudarán en su

plan de recuperación. Vaya pensando en quiénes podrían formar parte de este equipo. Pueden reunirse en plazos fijos o únicamente cuando haya que actualizar el plan.

- Pensar en las personas correctas para esta tarea puede ser fácil o difícil. Su supervisor de recuperación puede ayudarle a evaluar qué personas son importantes en su vida, en quiénes confía y quiénes podrían darle apoyo.
- Usted tiene el derecho de invitar a quienes quiera, ya sean profesionales como médicos o terapeutas, o bien sean amigos o familiares.
- Cuando se reúna con su equipo de apoyo para la recuperación:
  - Piense en sus prioridades y objetivos antes de la reunión.
  - Pida exactamente el tipo de ayuda que usted necesita.
  - No se quede callado: hable con su equipo de sus ideas y necesidades.
  - Piense en cuáles serán sus propias responsabilidades en la búsqueda de sus metas.
  - Saque a relucir todo lo que sea importante para usted y lo que quiera conseguir en la vida.
  - Hable de las diferentes maneras de alcanzar sus metas. Piense en lo que quiere lograr en el cuidado de su salud mental, sus objetivos personales y sus metas laborales. Recuerde incluir también metas para su vida social, para la educación y para la vivienda.

Su plan individual de recuperación

El plan individual de recuperación establecerá los pasos para alcanzar sus metas.

- Su supervisor de la recuperación apuntará las ideas que usted tenga. Esto será sumamente importante en su plan individual de recuperación.
- Primero debe revisar el plan por escrito con su supervisor de la recuperación y con su representante legalmente autorizado (la persona que le ayuda a tomar decisiones importantes) para que no queden dudas sobre el plan. Haga preguntas si no entiende alguna parte del plan.
- Firme el plan y pida una copia. Guárdela en un lugar seguro junto a sus documentos importantes.
- Siga el plan con mucha atención. Cumpla con lo que prometió hacer y haga lo necesario para tomar las riendas de su vida.

Sus responsabilidades

Al inscribirse en el programa, usted se compromete a:

- Participar en el programa.
- Reunirse con su supervisor de recuperación y otros proveedores de servicios de HCBS-AMH.

- Participar en la creación y realización de su plan individual de recuperación.
- Trabajar en las metas incluidas en su plan individual de recuperación para llevar una vida más independiente.
- Decirle a su supervisor de recuperación si tiene algún problema con los servicios.
- Para evitar riesgos, debe tomar sus medicamentos exactamente como se lo indicó el médico. Hable con su enfermero o supervisor de la recuperación si cree que necesita un cambio en los medicamentos.
- Vivir en una residencia que le permita participar en el programa HCBS-AMH.
- Si tiene planes de mudarse a otro sitio, informárselo a su supervisor de recuperación para que pueda permanecer en el programa.
- Cuidar de sí mismo y, si necesita ayuda adicional, hablar con su supervisor de la recuperación, su equipo de apoyo para la recuperación o sus amigos o familiares.
- Permitir que nuestros empleados y proveedores de servicios tengan acceso a su información médica.

También debe entender que:

- Si permanece más de seis meses en un centro de reposo, un hospital o un centro penitenciario, podría ser dado de baja del programa HCBS-AMH.

- Si es dado de baja, tendrá que volver a solicitar el ingreso al programa y empezar los trámites desde cero.
- Si no quiere participar en los servicios de HCBS-AMH, se le podría dar de baja o suspender del programa.

Los servicios que ofrecemos

Nuestros servicios fueron creados para brindar apoyo durante la recuperación.

- **Los servicios residenciales** le ayudan con las tareas cotidianas como bañarse, vestirse, limpiar, caminar, desplazarse por la casa y planear y preparar las comidas. Incluso le ayudaremos a encontrar medios de transporte y a que participe activamente en las cosas que desea hacer.
- **Servicios de rehabilitación.** Brindan capacitación en diversas ramas para que usted tenga éxito y sea más independiente.
- **Servicios de empleo.** Ayudan a encontrar el trabajo de su preferencia en su comunidad.
- **Mejoras y adaptaciones mínimas en la vivienda.** Ayudan a hacer las modificaciones físicas necesarias para evitar riesgos en el propio hogar.
- **Comidas a domicilio.** Son comidas sanas que se envían a la puerta de su casa.

- **Ayuda para la mudanza.** Este servicio ayuda con la compra de artículos para su nuevo hogar, como platos, sábanas y muebles. También podría incluir la ayuda con los depósitos para la renta o electricidad en su nuevo hogar.
- **Medios auxiliares para la adaptación.** Son artículos que le permiten realizar sus actividades en el hogar de manera segura y saludable.
- **Servicios de transporte.** Le permiten llegar a donde se prestan los servicios y a otros lugares a los que tenga que ir.
- **Apoyo y tratamiento psiquiátricos en la comunidad.** Se trata de reuniones con un terapeuta que le ayudará a alcanzar sus metas.
- **Apoyo de alguien en recuperación.** Son reuniones con alguien que también está en recuperación y conoce de primera mano por lo que usted está pasando. Esto es muy útil para reducir el estrés, solucionar problemas y no perder las esperanzas, a fin de poder alcanzar sus metas para la recuperación.
- **Servicios de relevo.** Ofrecen apoyo y alivio a corto plazo a los familiares que lo atienden.
- **Servicios para los trastornos causados por el consumo de sustancias.** Incluyen reuniones para ayudarlo a enfrentar su adicción a las drogas.
- **Servicios de enfermería.** Resuelven todas sus dudas relacionadas con los medicamentos. Además, un enfermero le ayudará si tiene algún problema de salud a largo plazo.

- **Servicios para supervisar la recuperación.** Ayudan a crear un plan de recuperación que le permita obtener servicios dentro del programa y buscar otras herramientas y servicios en la comunidad. También le ayudan a resolver problemas y tomar buenas decisiones.

La salida del programa HCBS-AMH

Sabemos que algo inesperado puede pasar y que tal vez llegue el momento en que usted quiera dejar el programa. También puede ser que le den de baja del programa. El supervisor de su recuperación estará a su lado, si esto llega a ocurrir, para garantizar que tenga los servicios que necesita antes de salir del programa.

La suspensión del programa HCBS-AMH

Significa suspender sus servicios por cierto tiempo. La suspensión de servicios puede durar hasta 180 días. Su supervisor de recuperación estará a su lado para informarle lo que va a pasar.

El cambio de supervisor o de proveedor de HCBS-AMH

Hay muchas razones por las que usted pueda querer un cambio de supervisor de recuperación o agencia proveedora de servicios. El supervisor de recuperación le ayudará a seguir las reglas del programa durante este proceso.

Sus derechos al estar en el programa HCBS-AMH

Una parte fundamental de su proceso de recuperación es conocer sus derechos. Así como los conductores tienen que conocer las reglas de tránsito, usted se sentirá más seguro de sí mismo sabiendo cuáles son sus derechos. Usted no debe quedarse callado si piensa que se han violado sus derechos. No dude en pedir lo que necesita. Es muy importante que conozca la información contenida en el *Manual de derechos del consumidor*.

Usted tiene los mismos derechos de los que goza toda persona. Algunos de los derechos asociados a la salud mental son:

- El derecho a ser tratado con dignidad y respeto.

- El derecho a la privacidad y a la confidencialidad (que sus datos personales tengan carácter privado).
- El derecho a recibir su expediente médico.
- El derecho a crear y tener una copia de su plan individual de recuperación (de usted depende, en parte, que el plan cubra sus necesidades y le sirva para alcanzar sus metas).
- El derecho a recibir toda información relacionada con sus medicamentos, tratamientos y procedimientos médicos (cómo y por qué se hacen las cosas).

También tiene derecho a presentar una queja si cree que un proveedor ha violado sus derechos o si no está de acuerdo con la manera en que se está llevando su caso. Puede presentar una queja si:

- Cree que no se han respetado sus derechos.
- Piensa que no está recibiendo los servicios que necesita.
- Se han cancelado, reducido o suspendido los beneficios de su programa, o ha dejado de recibir los beneficios.

Si tiene Medicaid, puede solicitar además una audiencia imparcial para asuntos de Medicaid. Tiene 90 días para solicitar dicha audiencia. Aunque presente una queja, o mientras esté a la espera de una audiencia imparcial de Medicaid, debe seguir recibiendo los servicios y beneficios del programa.

Envíe por escrito cualquier queja o solicitud de apelación o audiencia imparcial a:

Office of the Ombudsman-
Behavioral Health Ombudsman
P.O. Box 13247
Mail Code H-700
Austin, Texas 78711
Fax: 512-706-7337

Para presentar una queja o solicitar una apelación o audiencia imparcial por teléfono, o si tiene alguna pregunta sobre las apelaciones o audiencias imparciales, llame a:

Número sin costo: 800-252-8154
Relay Texas, TTY: 800-735-29289

Recuerde que no tiene que dar su nombre para presentar una queja. Nos esforzaremos por tramitar las quejas lo más pronto posible para garantizar que usted reciba la atención que se merece.

Atención médica de emergencia

Si usted cree que hay peligro de que se lastime a sí mismo o de que agreda a alguien más, o si cree que su vida o salud corren peligro, está frente a una emergencia de salud mental o por un trastorno por el consumo de sustancias. Si usted, un familiar o un conocido está pasando por una emergencia de salud mental o por un trastorno por el

consumo de sustancias, tome por lo menos una de las siguientes medidas:

- Llame a su proveedor de servicios de salud mental o de atención para el abuso de sustancias (el nombre del proveedor aparece en su plan para casos de crisis).
- Vaya a la sala de emergencias más cercana.

Además, siempre tiene el recurso de llamar al 911 en caso de emergencia.

Los planes para una emergencia

Es importante hacer planes con anticipación para esas ocasiones en las que usted no pueda tomar decisiones por sí mismo. Con este fin, es recomendable contar con un documento llamado "Directivas anticipadas" o "Declaración sobre el tratamiento de salud mental" (conocido en inglés como *Advance Directive* o *Declaration for Mental Health Treatment*). Se trata de un documento legal en el que usted establece su voluntad en caso de que ocurran ciertas circunstancias:

- Qué clase de medicamentos desea recibir o evitar
- Qué tipo de tratamientos funcionan mejor para usted
- Quién quiere que lo represente legalmente y tome decisiones por usted si usted es incapaz de hacerlo

Para ver más información sobre las directivas anticipadas, visite **hhs.texas.gov/es/leyes-y-reglamentos/formas/directivas-anticipadas**

Puede ver la Declaración sobre el tratamiento de salud mental en **hhs.texas.gov/laws-regulations/forms/miscellaneous/form-dmht-declaration-mental-health-treatment**

Una crisis relacionada con la salud mental puede ocurrir en cualquier momento, sin aviso. Puede ocurrir incluso si ha seguido al pie de la letra su plan individual de recuperación. Su equipo para la recuperación le ayudará a hacer planes por si ocurre algo de esta naturaleza. Esta planeación le ayudará a estar atento a las señales de advertencia y a conocer las estrategias y los recursos disponibles durante una crisis.

TEXAS
Health and Human Services

HHS COMM 19D0896 • Agosto de 2019

Product ID:
HCBSAMH-001(S)