



Fomentando la salud de la mente y cuerpo

Richard Clarke, Ph.D., director ejecutivo de Magellan de Arizona

“Los trastornos médicos pueden causar trastornos mentales, las afecciones mentales pueden poner a una persona en riesgo de experimentar trastornos médicos, y los trastornos mentales y los trastornos médicos pueden tener factores de riesgo en común.” – Mental disorders and medical comorbidity (Trastornos mentales y comorbilidad médica), feb. del 2011, Goodell, Druss and Walker

Me gustaría compartir con ustedes un dato estadístico estremecedor. A nivel nacional, las personas con enfermedades mentales graves (SMI, por sus siglas en inglés) viven, en promedio, 25 años menos que el resto de la población (Asociación Nacional de Directores de Programas Estatales de Salud Mental [NASMHPD, por sus siglas en inglés], 2006) y, en Arizona, las noticias son incluso más desalentadoras. En promedio, los Arizonas afectados por SMI mueren, aproximadamente, 32 años antes que los estadounidenses en general.

¿Qué está ocurriendo? Las afecciones de salud, como la diabetes, la hipertensión, la obesidad, la enfermedad pulmonar crónica y las enfermedades cardiovasculares son frecuentes en las personas afectadas por SMI. Más aún, estas personas a menudo carecen de las conexiones y de la red de contenciones sociales que necesitan para superar las dificultades creadas por las complejas combinaciones de estas afecciones. El 70 por ciento de las personas con SMI tiene, al menos, una afección de salud crónica, el 45 por ciento tiene dos y casi el 30 por ciento tiene tres o más.

El año pasado, Magellan trabajó en asociación con la División de Servicios de Salud Mental del Departamento de Servicios de Salud de Arizona (ADHS/DBHS, por sus siglas en inglés) para obtener un subsidio de la Iniciativa de Transferencia de Transformación (TTI, por sus siglas en inglés) del Centro para Servicios de Salud Mental de la Administración de Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental y de la NASMHPD. En virtud de este subsidio, surgió “For The Health of It” (En honor a la salud), un programa de apoyo de grupos paritarios de salud integral que capacita y brinda apoyo a los especialistas en grupos paritarios con respecto a la promoción de la salud integral entre las personas afectadas por SMI. Los especialistas en grupos paritarios comprenden los problemas que enfrentan las personas en el sistema de salud mental, porque ellos mismos han estado en el sistema. Más de 90 miembros del personal han sido capacitados para tener una mirada integral sobre el estilo de vida de salud de cada persona y para ayudarla a que adquiera las herramientas, a fin de crear nuevos hábitos y disciplinas para un estilo de vida saludable.

Las clínicas de atención han acogido el programa y lo han aceptado como propio, y lograron resultados de varias maneras distintas:

- Con la integración de la actividad física en un entorno de salud mental ofreciendo grupos de ejercicios o de yoga.
- Con el aumento de la coordinación de la atención entre la atención primaria y la salud mental llevando a un médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) a clínicas seleccionadas, en forma regular; entregando libretas de salud “Pasaportes para la atención,” a fin de registrar información sobre las citas y los medicamentos; asimismo, brindando entrenamiento y orientación a las personas que se sienten incómodas cuando visitan a su PCP.
- Con la mejora de la calidad de vida en el caso de las personas que reciben servicios de salud mental: brindando clases de mediación, ayudándolas a comprender cómo cocinar y comer en forma saludable y alentándolas a apoyarse recíprocamente en su viaje hacia un mayor bienestar.



En 2011, Magellan y sus aliados continúan buscando no solo para aumentar la expectativa de vida, sino también para mejorar la calidad de vida de las personas que atendemos.

Los participantes en el programa trabajan el manejo del estrés, la nutrición, la reducción del peso y el ejercicio de manera intensiva durante ocho semanas. Durante el período de abril del 2010 a marzo del 2011, más de 130 personas de 13 clínicas de atención participaron en el programa. El resultado más significativo de la participación se demostró cuando los niveles de presión arterial de, aproximadamente, 25 personas se redujeron hasta alcanzar un rango normal mientras estas participaban en el programa. ¡Un resultado impresionante!

Magellan también se asoció con el ADHS/DBHS y con la Oficina de Tabaco y Enfermedades Crónicas en un programa piloto para reducir el consumo de tabaco entre las personas a quienes se diagnosticó SMI y entre el personal de salud mental que las atiende. Hay estudios que sugieren que las personas con SMI tienen el doble de probabilidades de fumar que otras personas (Journal of the American Medical Association y Journal of Dual Diagnosis). Aquí, en

Arizona, se calcula que el 70 por ciento de las personas con SMI y el 35 por ciento de la fuerza de trabajo de salud mental consumen actualmente productos de tabaco. Esta iniciativa, financiada por un subsidio de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, se centra en mejorar el acceso a la línea para dejar de fumar ASHLine y en aumentar la cantidad de personas que usan los servicios de las líneas para dejar de fumar. Nuestro objetivo final es aumentar significativamente la cantidad total de personas afectadas por enfermedades mentales que dejan de consumir productos de tabaco.

El programa se lanzó a fines del otoño del 2010 y, desde entonces, más de 125 personas han sido remitidas a la línea ASHLine. Para facilitar aún más el proceso, Magellan está trabajando en forma conjunta con el estado, a fin de automatizar las remisiones para dejar de fumar a la línea ASHLine y lograr un sistema de remisiones que se efectúen “con solo apretar un botón.”

Estamos orgullosos de estos programas y del liderazgo del ADHS/DBHS, una agencia del estado que se encuentra a la vanguardia en lo que respecta a asegurar la salud integral de las personas que enfrentan las dificultades de las enfermedades mentales. Una vez más, Arizona está abriendo camino.

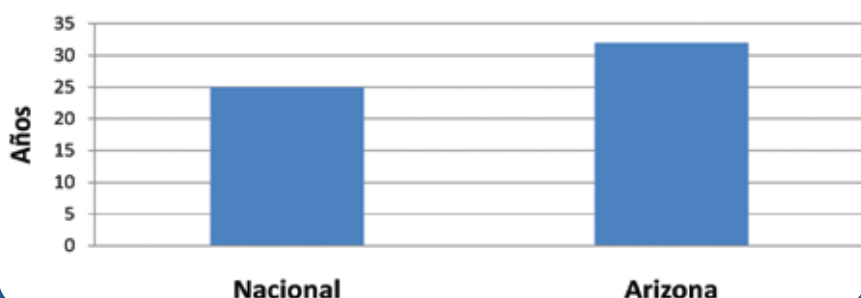
Todos estos esfuerzos son apenas el comienzo. En 2011, Magellan y sus aliados continúan buscando formas de integrar la atención de la salud mental y física: no solo para aumentar la expectativa de vida, sino también para mejorar la calidad de vida de las personas que atendemos.

Estén atentos para obtener pronto más información. Mientras tanto, les pedimos que apoyen nuestros esfuerzos permanentes por traer salud y bienestar a las personas que reciben nuestros servicios. Ayudar a las personas que se enfrentan a enfermedades del cerebro y del cuerpo para que logren una salud integral no es solo una moda pasajera; en Magellan, es nuestra principal prioridad. Revisen nuestra página web sobre salud y bienestar (www.MagellanofAZ.com/Wellness) para obtener actualizaciones regulares sobre esta iniciativa.

En Arizona, se calcula que el 70 por ciento de las personas con SMI consumen actualmente productos de tabaco.



A nivel nacional, las personas con enfermedades mentales graves (SMI, por sus siglas en inglés) viven, en promedio, 25 años menos que el resto de la población. En promedio, los Arizonas afectados por SMI mueren, aproximadamente, 32 años antes que los estad.



Magellan y sus Aliados celebran el Mes Nacional de la Concientización de la Salud Mental (mayo del 2011)

¿Sabía usted que uno de cada cuatro adultos en los Estados Unidos sufre una enfermedad mental en algún momento de sus vidas? ¿Y que esos problemas de salud mental afectan a uno de cada cinco niños y adolescentes? Desafortunadamente, muchas personas no saben lo suficiente acerca de los problemas de salud mental. Esto provoca que muchas personas tengan temor o estigmaticen a las personas que se enfrentan a estos problemas, lo que obliga a muchas de estas personas a guardar silencio respecto a sus propias batallas contra estas enfermedades ya sea por temor a represalias o al rechazo.

Para combatir este estigma, Magellan de Arizona, la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI, por sus siglas en inglés) de Arizona, el Centro de Participación Familiar (FIC, por sus siglas en inglés), la Coalición de Concientización de Salud Mental (MHAC, por sus siglas en inglés) y Community Bridges unirán esfuerzos durante el mes de mayo para conmemorar el Mes Nacional de la Concientización de la Salud Mental (mayo del 2011), la Semana de la Concientización de la Salud Mental de los Niños (del 1 al 7 de mayo del 2011) y el Día Nacional de la Concientización de la Salud Mental de los Niños (3 de mayo del 2011) para educar y reducir así el estigma social.

Juntas, las cinco organizaciones continuarán la campaña "Las Enfermedades Mentales Afecta a Uno en Cuatro," lanzada durante el Mes Nacional de la Concientización de la Salud Mental en mayo del año pasado. Este año la campana incluirá una serie de eventos que se realizarán en toda el área central de Arizona para fomentar la concientización sobre las enfermedades mentales y para educar al público sobre qué pueden hacer para ayudar.

"Si bien las enfermedades mentales plantean un desafío, no son insuperables," sostuvo Richard Clarke, Ph.D., Director Ejecutivo (CEO, por sus siglas en inglés) de Magellan de Arizona. "Gracias a los esfuerzos de colaboración de los aliados de la salud mental del área central de Arizona, Magellan está construyendo un sistema de salud mental aún más sólido, a fin de ayudar a esa persona de cada cuatro que es afectada por una enfermedad mental en el camino de su recuperación."

Como parte de la campaña de este año, las cinco organizaciones realizaron mejoras al portal de internet www.UnoEnCuatro.info. El sitio sirve como punto integral de información, recursos y datos sobre eventos y actividades relacionados con la salud mental y el abuso de sustancias.

Además, las cinco organizaciones continuarán honrando y destacando a los individuos con enfermedades mentales a través de las historias de Personas Extraordinarias. Las personas destacadas en el sitio web y en la página siguiente (página tres) son Personas Extraordinarias que realizan valiosas contribuciones a nuestra comunidad, a pesar de los desafíos a los que se enfrentan con las enfermedades mentales o de lidiar con problemas de abuso de sustancias.

Este año, se publicará en el sitio web un blog semanal sobre opiniones personales de personas extraordinarias y líderes en la comunidad que trabajen para educar al público sobre los problemas de salud mental y que ayuden a erradicar el estigma asociado con las enfermedades mentales. Las publicaciones semanales del blog se concentrarán en los

siguientes temas: salud mental de los niños, raza e igualdad, integración de la salud mental y física, erradicación del estigma, los aspectos científicos de las enfermedades mentales, tutoría paritaria y mucho más.

A fin de coincidir con los blogs semanales, Magellan presentará segmentos de radio en español para aumentar la concientización, reducir el estigma y facilitar el acceso a los servicios en torno a las enfermedades mentales entre hispanohablantes y la población hispana del área central de Arizona. Los segmentos de radio de 30 minutos saldrán al aire los primeros cuatro martes del mes de mayo, de 10 a 10:30 a.m., en el programa de gran éxito llamado "Conexión" de noticias y entrevistas en español, por la estación de radio AM 1190. La destacada periodista e instructora de desarrollo personal, Mirna Pineda, conduce el programa de radio, que está diseñado para mejorar la calidad de vida de los latinos en Arizona mediante información sobre desarrollo personal, salud mental y física, temas relacionados con la sexualidad y la inmigración, lo que permite una verdadera conexión entre las necesidades básicas y posibles soluciones. Ramiro Camarillo, portavoz de Magellan de Arizona compartirá información sobre salud mental y problemas de abuso de sustancias. Consulte el recuadro de la derecha para obtener un cronograma completo de los temas y las fechas de los segmentos.

Además de la campaña, el sitio web y los segmentos de radio, Magellan y sus socios organizarán una serie de eventos durante el mes de mayo para educar y reducir el estigma. Consulte el sitio web www.UnoEnCuatro.info para obtener más información sobre el Mes de la Concientización de la Salud Mental y las actividades de la campaña.

El Mes de la Salud Mental se creó hace más de 50 años, a fin de fomentar la concientización sobre las afecciones de salud mental y la importancia del bienestar mental para todos.

La Federación Nacional de Familias para la Salud Mental de los Niños declara la primera semana completa de mayo como la Semana Nacional de la Concientización de Salud Mental de los Niños. El propósito de esta semana es aumentar la concientización del público sobre los triunfos y los desafíos asociados con la salud mental de los niños y hacer hincapié en la importancia de la familia y de la participación de jóvenes en el movimiento de salud mental de los niños.

Sintonice los martes para obtener más información sobre salud mental

Dónde: Programa Conexión de noticias y entrevistas en español, por la estación de radio AM 1190.

Cuándo: De 10 a 10:30 a.m., los primeros cuatro martes del mes de mayo (3, 10, 17 y 24 de mayo).

Los temas incluyen:

- La salud mental de los niños: Los signos y síntomas de advertencia a los que los padres deben prestar atención (3 de mayo).
- Salud y bienestar (10 de mayo).
- Cómo reducir el estigma de las enfermedades mentales (17 de mayo).
- Cómo alcanzar logros en el sistema de salud mental del área central de Arizona a pesar de los desafíos (24 de mayo).

Blogs semanales para educar y reducir el estigma asociado con las enfermedades mentales

¡Visite el sitio web www.UnoEnCuatro.info durante el mes de mayo para leer los blogs semanales sobre salud mental!

Semana del 2 de mayo

- La salud mental de los niños, por Jane Kallal, Directora Ejecutiva del Centro de Participación Familiar.
- La raza y la igualdad de grupos paritarios/familias con enfermedades mentales, por Shawn Thiele, Oficial Principal de Servicios para Niños y Jóvenes de Magellan de Arizona.

Semana del 9 de mayo

- Integración mental y física, por Christy Dye, CEO de Partners In Recovery.
- Enfoque en la salud y el bienestar general y en el suicidio, por David Covington, Jefe de Servicios para Adultos de Magellan de Arizona.

Semana del 16 de mayo

- Vivir en recuperación: Mi experiencia personal para erradicar el estigma de las enfermedades mentales, por Katie Ayotte, Asesora en Salud Mental.
- Los aspectos científicos de las enfermedades mentales, por el Dr. Robert Sack, Oficial Ejecutivo de Asuntos Médicos de Magellan de Arizona.

Semana del 23 de mayo

- Tutoría paritaria y Líderes Jóvenes que Inspiran el Empoderamiento Futuro de Magellan (MY LIFE, por sus siglas en inglés), por Matt Horning, Asesor de Jóvenes.
- Cómo alcanzar logros en el sistema de salud mental del área central de Arizona a pesar de los desafíos, por la Dra. Laura Nelson, Subdirectora del Departamento de Servicios de Salud/la División de Servicios de Salud Mental de Arizona.



ENFERMEDADES MENTALES
afectan a 1 en 4

4

Magellan y sus aliados estatales lanzan campaña estatal de capacitación extensiva sobre primeros auxilios de salud mental

Magellan de Arizona se ha asociado con el Departamento de Servicios de Salud de Arizona (ADHS, por sus siglas en inglés) y las demás Autoridades Regionales de Salud Mental (RBHA, por sus siglas en inglés) para capacitar a miembros de la comunidad en salud mental. Durante la primera semana de mayo, Magellan llevará a cabo un curso de Entrenamiento para entrenadores (TOT, por sus siglas en inglés) en Primeros auxilios de salud mental (MHFA, por sus siglas en inglés) en Phoenix. Alrededor de 30 miembros de grupos paritarios, miembros de familia, proveedores de salud mental, educadores y miembros del personal de apoyo en educación, socorristas, líderes religiosos, dueños de empresas locales, creadores de políticas y proveedores de salud comunitarios participarán en la capacitación para convertirse en instructores certificados de Primeros auxilios de salud mental.



Se requerirá a las personas que finalicen el curso que dirijan, al menos, tres cursos de capacitación en MHFA para fines del 2011. El objetivo de los MHFA y del programa TOT es lograr que miles de Arizonas estén capacitados para evaluar una situación; seleccionar e implementar las intervenciones adecuadas; y ayudar a una persona en crisis o que pudiera estar desarrollando signos y síntomas de enfermedades mentales.

Los Primeros auxilios de salud mental (MHFA) surgieron en Melbourne, Australia. Los MHFA tienen como fin enseñar a los miembros del público cómo apoyar a una persona que atraviesa una crisis de salud mental. El programa se esfuerza por aumentar el conocimiento, reducir el estigma y, lo que es más importante, aumentar las medidas de apoyo. El Consejo Nacional para la Atención de la Salud Mental de la Comunidad, el Departamento de Salud e Higiene Mental del Estado de Maryland, el Departamento de Salud Mental de Missouri trabajaron junto con los fundadores del programa para traer los Primeros auxilios de salud mental a los Estados Unidos. Para obtener más información, visite www.mentalhealthfirstaid.org.

Conozca a Millie, George y Michael... tres personas ordinarias realizando contribuciones extraordinarias

Magellan y sus socios pensaron que el Mes Nacional de la Concientización de la Salud Mental era la oportunidad ideal para destacar a tres "Personas Extraordinarias," que realizan valiosas contribuciones a pesar de los desafíos asociados con las enfermedades mentales o de lidiar con problemas de abuso de sustancias.



Si bien Millie, George y Michael son personas comunes, es extraordinaria su fuerza de voluntad para superar los desafíos que plantea su salud mental, a fin de llevar una vida plena en la comunidad, tener un trabajo que los recompense y entablar nuevas relaciones afectuosas con su familia y sus amigos. Estas personas representan a cualquiera de nosotros que podría estar afectado por problemas de salud mental o de abuso de sustancias. Al compartir sus historias de recuperación y logros, los tres ayudan a erradicar el estigma que rodea a las enfermedades mentales y a demostrar el progreso general y los logros particulares del sistema de salud mental del área central de Arizona.

Conozca a Michael Johnson

En octubre del 2009, comencé el programa de desarrollo de educación general (GED, por sus siglas en inglés) en Visions of Hope. Me había enterado del programa de GED por medio de mi mamá, quien también es miembro de Visions. Apenas un año después, en octubre del 2010, recibí mi título de GED: ¡quiero agregar que con altas calificaciones! Mientras me preparaba para obtener mi título de GED, me ofrecí como voluntario en Visions para ayudar con la limpieza después del servicio del almuerzo. Mi objetivo era conseguir un empleo remunerado. En enero del 2010, comencé a trabajar una hora por día y, gradualmente, obtuve más horas. Para mí, esto fue un verdadero logro.



Michael Johnson

Había tenido entrevistas para varios empleos, pero no me contrataban, frecuentemente debido a mis antecedentes penales. Asimismo, las entrevistas me resultaban difíciles. Me ponía paranoico y tan nervioso que no podía responder ninguna de las preguntas. Como en Visions conocía a todo el mundo, sabía que no me iba a poner nervioso y que mi trabajo hablaría por sí mismo. ¡Y eso fue lo que ocurrió! James Russo, CEO de Visions of Hope, me dio una oportunidad, cuando nadie más lo hizo. Por eso, jamás lo olvidaré.

El 11 de septiembre del 2010, tomé la decisión de dejar de fumar y de comenzar a bajar de peso. Sabía que iba a ser difícil, pero también sabía que podía hacerlo. Quería convertirme en un "mejor modelo a seguir". Verán, hasta 2006, había sido adicto a la metanfetamina. Estuve sobrio durante unos pocos meses en 2006 y, luego, tuve una recaída. Pero en 2007, dejé de consumir y he estado sobrio desde entonces.

Para dejar de fumar, recibí ayuda del programa Cómo llevar una vida sana de Visions of Hope. Glenyss Lim, R.N., directora del programa, fue mi apoyo. Me puso en contacto con el Programa ASHLine (www.ashline.org), a través del cual recibí

consejería telefónica cuando necesité ayuda, y parches de nicotina. Como no quería subir de peso, también comencé una dieta. La señora Lim me ayudó brindándome información y apoyo cuando lo necesité. Ahora soy un "no fumador" y he bajado una cantidad importante de peso.

Y las buenas cosas siguieron sucediéndome... En enero, me convertí en encargado de cocina en Visions of Hope. Tengo tres personas a mi cargo. Preparamos el desayuno y el almuerzo a diario para casi 45 miembros y alrededor de 30 empleados. Soy responsable de las operaciones de cocina, desde pedir la comida hasta hacer la limpieza. En febrero, tomé el curso de Administrador Profesional Certificado en Alimentos de Arizona ¡y aprobé con una calificación de 91 sobre 100! Me encanta cocinar y me encanta escuchar cómo todo el mundo disfruta de su desayuno y de su almuerzo. Simplemente, ¡me encanta mi trabajo!

Visions of Hope es un lugar increíble. Considero que salvó mi vida. Había perdido las esperanzas y habría recaído en las drogas y la cárcel si no hubiese sido por James, Glenyss y todas las demás personas de Visions.

Conozca a George Duncan

Siempre estuve en problemas. Cuando estaba en sexto grado, bebía alcohol, me expulsaron de la escuela y me encerraron por ausentismo escolar y robos. A los 13 años, me internaron en una instalación correccional juvenil. También me expulsaron de allí porque nadie podía controlar mi comportamiento, aunque me habían administrado medicamentos. Nadie notó los cambios en mi estado de ánimo; simplemente veían a un niño "incorregible."

Un tío me dio alojamiento, me cuidó y me adoptó. Sin embargo, cuando mi novia quedó embarazada, me echó de su casa. A los 16 años, fui padre por segunda vez. Aún bebía alcohol, consumía drogas y cometía delitos. Esta vez, me enviaron a Adobe Mountain. Se había aprobado una nueva ley que "expulsaba" a toda persona de 18 años de las instalaciones juveniles. Junto a otros niños, me enviaron a una oficina ubicada en 20th y Roosevelt, en Phoenix.

Mi abuelo me dio alojamiento. Yo aún bebía alcohol y consumía drogas. Nadie me brindó orientación. Continué robando para sustentar mi hábito de consumo de drogas y sobreviví lo mejor que pude. Una vez, a los 23 años, estaba ebrio y drogado, y comencé a incendiar mi departamento. Fui condenado a siete años de prisión. Luego, fui liberado, pero nada fue diferente; No había recibido ninguna ayuda ni rehabilitación. Cuando tenía 29 años, volví a prisión y salí 11 años más tarde, a los 40 años. Una vez más, no tenía futuro y retomé la vida que había dejado, pero, esta vez, con miedo de volver a prisión.

Me reconcilé con la madre de mi hija, Rita. Me dijo que yo tenía una enfermedad mental. Fui a Value Options, pero me rechazaron y me dijeron que no estaba enfermo, sino que era un adicto. Cuando Magellan asumió como Autoridad Re-



George Duncan

gional de Salud Mental para el condado de Maricopa, fui allí y, a los 41 años, recibí un diagnóstico. Recibir los medicamentos correctos implicó un año de sufrimiento, pero, finalmente, comencé a pensar claramente. Muchas veces tuve recaídas, pero Rita siempre estuvo presente para atenderme y ayudarme. Finalmente, me enteré de Visions of Hope y me convertí en miembro. Un día, la administración de Visions escuchó mi caso... Luego, mi vida cambió por completo. Completé la capacitación para apoyo de grupos paritarios y me contrataron como especialista en apoyo de grupos paritarios durante 10 horas a la semana.

Esto ocurrió en enero del 2010. Desde ese momento, he dejado de fumar; no bebo alcohol ni consumo drogas. Como alimentos saludables, hago ejercicio y cuido a mi familia. Mi empleador no permitiría que fracasara; James Russo confió en mí y yo comencé a confiar en mí mismo.

En enero del 2011, me ascendieron al cargo de administrador de operaciones de la instalación. Me siento exitoso.

Visite www.UnoEnCuatro.info para conocer a más Personas Extraordinarias

Conozca a Millie Sanchez

Me llamo Millie Sánchez; comencé a trabajar en Visions of Hope en octubre del 2008. Aunque han pasado ya más de dos años de eso, recuerdo que cuando comencé no podía decir una oración sin trabarme al hablar. Me acuerdo que comencé como encargada de limpieza; ese fue mi trabajo inicialmente. Tiempo después, me ascendieron y comencé a trabajar en el archivo y haciendo reemplazos en la recepción durante los descansos o en casos de ausencia. Poco a poco me acostumbré a hablar con desconocidos por teléfono, lo que hizo que me sintiera importante. Para mi suerte, hace poco recibí otro ascenso y comencé a trabajar como asistente administrativa de tiempo completo para George Duncan y Michael Johnson. Apenas he estado haciendo este trabajo dos meses, y me encanta.

Cuando llegué a Visions, era tímida. Ahora, he logrado avanzar y mejorar muchísimo mi forma de hablar. Contesto los teléfonos sin pasar vergüenza; a veces, me trabo al hablar, pero no me preocupa. Me encantan mi trabajo y las personas con las que trabajo, especialmente las personas a las que brindamos servicios. Me siento más segura con respecto a mí misma, y mi autoestima está bastante bien ahora; incluso mi fe en Cristo se ha vuelto más fuerte. De niña, mi madre hablaba por mí porque se avergonzaba de mi trastorno del habla. Lo hizo durante 19 años, y así aprendí a no hablar. Hizo que me sintiera desvalorizada.

El tiempo que he estado en Visions of Hope ha sido el período durante el cual



Millie Sanchez

más he hablado en mi vida. Contestar los teléfonos me ha enseñado a tener confianza. He tenido 17 sobredosis en total durante mi vida. En mi último empleo, tuve una sobredosis y me despidieron. Ahora estoy más estable. Este ha sido el único empleo que he tenido en el que no me he lastimado a mí misma (cortándome o teniendo sobredosis). También es el primer empleo que he conservado durante más de dos años.

Si no tuviera este empleo, la ayuda de mi pastor y la fuerza de mi Dios, hoy no estaría en el lugar que me encuentro. Dios me ha bendecido. Mi reconocimiento es para James Russo por haberme contratado y por tener tanta paciencia y preocuparse tanto. Gracias a Visions, me he convertido en una mujer fuerte y con una mente abierta.

 **Personas EXTRAORDINARIAS**
Personas ordinarias venciendo la enfermedad mental... y contribuyendo extraordinariamente.

Resúmenes de noticias de Magellan de Arizona

Día de la salud mental en el Capitolio

El 24 de febrero, nuestro grupo de liderazgo Jóvenes que Inspiran el Empoderamiento Futuro de Magellan (MY LIFE, por sus siglas en inglés) participó junto con líderes empresariales y proveedores de servicios de salud mental en un Día en el Capitolio, donde se reunieron con miembros de las comisiones de salud del Senado y de la Cámara de Representantes para analizar cuestiones de interés para ellos en cuanto a jóvenes que viven con enfermedades mentales y cómo el sistema de salud mental público ha marcado una diferencia en sus vidas. Los líderes empresariales recalcaron a los legisladores estatales la importancia de un sistema de salud mental público sólido para la economía de Arizona y a fin de crear un ambiente que fomente el crecimiento y el bienestar de nuestra comunidad.

Magellan camina por NAMIWalks

El 29 de marzo, más de 250 empleados de Magellan, miembros de familia y amigos se unieron a miles de personas en el Tempe Beach Park para demostrar su apoyo a la caminata anual de beneficencia de la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI, por sus siglas en inglés) conocida como NAMIWalks. La



Empleados de Magellan, familiares y amigos sonrieron para la foto del recuerdo de la caminata de NAMI.

caminata tiene como propósito concientizar a la población sobre la necesidad que hay en nuestro país de un mejor sistema de tratamiento y recuperación para las personas con enfermedades mentales. Semanas antes, los miembros del equipo que represento a Magellan entrenaron para la caminata y recaudaron fondos. ¡Es un honor para nosotros informarles que el equipo de Magellan recaudó casi \$15,000! El dinero ayudará a financiar las numerosas iniciativas de educación y de apoyo de NAMI a favor de las personas que viven con enfermedades mentales. En total, el evento recaudó más de \$145,000 para la NAMI de Arizona. Para obtener más información sobre la NAMI y NAMIWalks, visite www.namiaz.org.

Festival Anual de MY Fest 2011, inspiró, entretuvo y presento infinidad de recursos a más de 6,000

MY LIFE (Líderes Jóvenes que Inspiran el Empoderamiento Futuro de Magellan) tuvieron su cuarto festival MY Fest el pasado sábado 23 de abril. Este evento anual gratuito, planificado y producido por miembros de MY LIFE, atrajo a más de 6,000 personas que disfrutaron de las presentaciones especiales de dos de los más talentosos líderes jóvenes estadounidenses, Daniel Hernandez y Anthony Robles. Daniel Hernandez es el líder estudiantil de 21 años de la Universidad de Arizona y pasante de la representante de la Cámara de Representantes de los EE. UU. Gabrielle Giffords, a quien se atribuye haber salvado la vida de Giffords durante la reciente y trágica matanza de Tucson. Anthony Robles es un estudiante de la Universidad Estatal de Arizona a punto de graduarse que recientemente ganó el campeonato de lucha de la Asociación Nacional Atlética Universitaria (NCAA, por sus siglas en inglés) en la categoría de peso de 125 libras; todo lo logró con una sola pierna.



El festival también incluyó música y entretenimiento a cargo de los grupos Break Street, Tribe 13, Phoenix Oyate Singers, Vergagrove y Bobby Brand New; y a más de 80 expositores que proporcionaron recursos valiosos a los jóvenes y sus familias.

Para información adicional sobre lo más sobresaliente del evento de este año, visite www.MagellanoofAZ.com/MYLIFE o www.Facebook.com/MYLIFEyouth.

Feria de empleo el 23 de junio se enfocara en la diversidad de la fuerza de trabajo y en la contratación de personas con discapacidades

Magellan de Arizona, en colaboración con agencias de servicios comunitarios, realizará una feria de empleo para ayudar a conectar a empleadores con candidatos para trabajar calificados que viven con una discapacidad. La feria se realizará el jueves 23 de junio, de 9 a.m. a 2 p.m., en Elk's Lodge, ubicado en el 2320 S. Hardy Dr. en Tempe. La feria presentará reclutadores y gerentes de contrataciones de empleadores, entrevistas en el lugar, revisiones de currículum vitae a cargo de expertos, consejos para entrevistas e instrucciones gratuitas para usar el portal de asistencia de trabajo LINKAGES.

Para preguntas adicionales y/o acomodación especial, comuníquese con Ann MacNeil, Coordinadora de Desarrollo Económico de Magellan de Arizona, al (602) 572-8276 o en AMMacNeil@MagellanHealth.com. Para obtener más información, visite www.MagellanoofAZ.com/RehabServices.

El sistema de salud mental destacado en Phoenix Magazine

El artículo "Mental Health Desert" de la edición de abril de *Phoenix Magazine* analizó el impacto de los recortes de presupuesto en los servicios de salud mental. El artículo brindo una breve historial del sistema de salud mental en Arizona y elogio las iniciativas de Magellan durante el proceso de transición de las personas fuera del Título 19 el año pasado. Para leer el artículo, visite www.phoenixmagazine.com o www.MagellanoofAZ.com.

Magellan selecciona a Crisis Response Network para brindar grupos paritarios de apoyo a sobrevivientes de intentos de suicidio

Como parte de nuestro siguiente paso en nuestro programa permanente Sistema Programático de Disuasión del Suicidio, Magellan ha elegido a Crisis Response Network, Inc. (CRN) para que brinde grupos paritarios de apoyo a sobrevivientes de intentos de suicidio a personas que han sobrevivido a un intento de suicidio o que tienen pensamientos suicidas persistentes. Los servicios se dirigirán específicamente a los adultos que reciben servicios inscritos en Magellan que tienen una enfermedad mental grave.

El propósito de estos grupos de apoyo consistirá en brindar recursos internos y externos a los participantes del grupo para ayudarlos a manejar situaciones en las cuales se produzcan pensamientos suicidas y para apoyarlos en su recuperación permanente. Los grupos serán coordinados por un coordinador de grupo paritario capacitado, con el apoyo clínico de un profesional clínico con licencia. El profesional clínico actuará como asesor y brindará apoyo clínico al coordinador de grupo paritario. El personal del programa serán empleados de TERROS.

Las remisiones a los grupos provendrán de las organizaciones de red de proveedores y de otros proveedores contratados por Magellan, y el primer grupo se reunirá en un lugar central. A medida que se implemente el programa durante los próximos meses, se distribuirán volantes que indiquen la hora y la fecha del grupo a los proveedores de Magellan que atienden a adultos con enfermedades mentales graves. Para obtener más información sobre el programa Sistema Programático de Disuasión del Suicidio de Magellan, visite www.MagellanoofAZ.com/Suicide.

Nueva comisión directiva se enfoca en atender mejor a la comunidad afroamericana

Magellan y los líderes de la comunidad afroamericana han aunado esfuerzos para analizar distintas formas de satisfacer mejor las necesidades de salud mental de la comunidad afroamericana en el condado de Maricopa. Durante dos foros abiertos realizados en marzo, los líderes de la comunidad compartieron sus pensamientos, comentarios y sugerencias con Magellan. En forma conjunta, el grupo identificó tres áreas de interés para la comunidad afroamericana: (1) dar prioridad a las necesidades de salud mental de la comunidad afroamericana; (2) desarrollar una comisión y una estructura de apoyo afroamericana enfocada a abordar las necesidades de la comunidad; y (3) desarrollar un sistema de envíos de mensajes mediante "una sola voz."

La comisión directiva se reunirá regularmente para aprovechar la buena disposición mientras se implementan medidas para atender mejor a la comunidad afroamericana.

El programa MY LIFE recibió reconocimiento nacional

El Consejo Nacional para la Atención de la Salud Mental de la Comunidad brindará un reconocimiento al Sistema del Proceso de Transición a la Independencia (TIP, por sus siglas en inglés)/MY LIFE: Programa del condado de Maricopa para jóvenes en edad de transición, de Magellan de Arizona como programa de importancia en su categoría Excelencia en el apoyo a la familia durante su cena de Celebración de la Excelencia 2011 en San Diego, CA.

Dr. Richard Clarke recibe el Premio al Liderazgo en Atención de la Salud

El Dr. Richard Clarke, Director Ejecutivo (CEO, por sus siglas en inglés) de Magellan de Arizona, recibió el Premio al Liderazgo en Atención de la Salud 2011 que otorga la publicación *Arizona Business Magazine*. El Dr. Clarke recibió el Premio al Mérito en Atención de la Salud Mental durante una ceremonia celebrada el pasado 8 de marzo en Phoenix. Los invitados incluyeron a personas de la comunidad de atención de la salud comprometidas a traer mejor cuidado de atención de la salud al Valle. Se reconocieron las contribuciones del Dr. Clarke al campo de la atención de la salud mental. Para leer más información sobre el premio al Dr. Clarke, visite <http://aznow.biz/lnk16893>.



El Dr. Clarke recibió el reconocimiento Behavioral Health Merit Award de manos de Mark Engstrom.

El Magellan

4801 E. Washington St.
Phoenix, AZ 85034

www.MagellanoofAZ.com/Boletin

Si desea contribuir a la publicación *The M*, o tiene en mente un tópico que siente podría ser interesante y oportuno para la comunidad del centro de Arizona, por favor comuníquese con Ashley Bolduc a MaricopaCommunityRelations@MagellanHealth.com.

Magellan Health Services de Arizona, Inc. es la Autoridad Regional del centro de Arizona, lo que incluye todo el Condado Maricopa y partes del Condado Pinal. Fondos para servicios son proporcionados por un contrato con del Departamento de Servicios de Salud de Arizona/División de Servicios de Salud Mental de Arizona (ADHS/DBHS) y el Sistema de Contención de Costos de Cuidado de Salud del Estado de Arizona (AHCCCS).