



Hacia una atención integrada de la salud Los beneficios de un Hogar Integrado de Salud

Lidiar con una enfermedad mental grave (SMI, por sus siglas en inglés), como el trastorno bipolar o la esquizofrenia, representa un gran desafío. Imagínese que además de esto tuviera que vivir con enfermedades como diabetes, obesidad y presión arterial elevada o que no tuviera ningún tipo de apoyo que lo ayude a navegar el sistema de salud y seguir un tratamiento adecuado. Suponga que también se siente incómodo al visitar a un proveedor de servicios de salud primarios por los síntomas de su enfermedad mental o el estigma que existe en torno a estas enfermedades.

Situaciones como estas son muy reales y pueden generar un impacto negativo en la calidad y en la expectativa de vida de aquellas personas que viven con SMI. De hecho, la Asociación Nacional de Directores de Programas Estatales de Salud Mental (National Association of State Mental Health Program Directors) y el Instituto Nacional de Investigación (National Research Institute) informan que las personas afectadas por SMI mueren, en promedio, de 25 a 30 años antes que la población en general. En Arizona, el promedio es aún mayor: 32 años.

¿Por qué existe una brecha de tal magnitud? Las afecciones físicas crónicas, como las enfermedades cardíacas, los problemas respiratorios crónicos, la diabetes y la presión arterial elevada, pueden empeorar los problemas de salud mental. Se calcula que el 75 por ciento de las personas con SMI tienen, al menos, una afección física crónica, además de su enfermedad mental. Y, aproximadamente, una de cada tres personas tiene tres o más afecciones de salud, además de la SMI.

La necesidad de abordar estas cuestiones impulsó a Magellan Health Services de Arizona, Maricopa Integrated Health Systems y a las redes de proveedores CHOICES Network, Partners in Recovery, People of Color Network y Southwest Network a asociarse para desarrollar el Programa de Hogares Integrados de Salud (IHH, por sus siglas en inglés). Anunciado en agosto por la Gobernadora Jan Brewer, el IHH es un programa dirigido a las personas con enfermedades de salud mental. Está diseñado para integrar los servicios de salud física y mental, y para proporcionar una coordinación de servicios de salud integral, a fin de ayudar a que las personas a las que se diagnosticó SMI vivan más tiempo y en forma más saludable.

El programa IHH está dirigido a más de 14,000 personas afectadas por SMI que están inscritas en el Sistema de Contención de Costos de Atención de Salud de Arizona y que reciben sus servicios de salud mental



en el condado de Maricopa. El programa proporcionará un hogar integrado de salud mental centrado en la persona donde las personas que reciben servicios puedan recibir tratamiento para sus enfermedades mentales, así como para sus afecciones de salud física crónicas.

Las personas inscritas en el IHH tendrán la oportunidad de participar en programas de bienestar y prevención. También se beneficiarán del apoyo y de la capacitación proporcionados para el automanejo de la enfermedad y recibirán apoyo específico de sus grupos paritarios capacitados, y obtendrán ayuda adaptada a sus necesidades exclusivas de salud.

Como primer paso del programa, los socios proveedores de Magellan han realizado evaluaciones de riesgo de salud a más de 8,700 personas en el sistema de salud mental a las que se les había diagnosticado una SMI. Magellan y sus aliados también han organizado ferias de salud y bienestar en las clínicas que implementarán primero el IHH. Estas ferias presentaron el IHH a las personas que reciben servicios y comenzaron a fomentar una concientización sobre la importancia de trabajar en pro de una salud integral en la que se tengan en cuenta la mente, el cuerpo y el espíritu.

Richard Clarke, Ph.D., Director Ejecutivo (CEO, por sus siglas en inglés) de Magellan Health Services de Arizona comentó recientemente la importancia del IHH. "Al integrar la salud y el bienestar para satisfacer todas las necesidades de una persona, no solo aumentaremos su expectativa de vida, sino que también mejoraremos su calidad de vida y contribuiremos al éxito del camino de su recuperación de salud mental," afirmó Richard Clarke.

Para obtener más información sobre el programa de Hogares Integrados de Salud, ingrese a www.MagellanofAZ.com/Wellness.

Carla Bracy tiene tres hijos y es estudiante. Además, tiene una enfermedad mental grave. A los 20 años fue diagnosticada con trastorno bipolar y depresión. Por si fuera poco, ha tenido que luchar también contra varias enfermedades físicas, incluyendo diabetes, hipertensión y problemas de sobrepeso.

Es por ello que Carla espera con grandes ansias la apertura de un Hogar Integrado de Salud, donde pueda recibir tratamiento tanto para las afecciones físicas como para las de salud mental. Tener la capacidad de recibir servicios de la salud física y mental en la clínica donde actualmente recibe servicios de salud mental facilitará el manejo de sus problemas físicos, mientras avanza en la recuperación de su salud mental.

Carla está en un buen lugar ahora, gracias al Sistema de Salud Mental. Está esforzándose para obtener el título en desarrollo de educación general (GED, por sus siglas en inglés), a fin de poder convertirse en una especialista en apoyo de grupos paritarios/consejera en drogas y alcoholismo para



Carla y la gobernadora Jan Brewer en el lanzamiento del programa Hogares Integrados de Salud el pasado 2 de agosto.

enfermos mentales. Su mayor sueño es ver a sus hijos casarse y convertirse en abuela.

"Si voy a alcanzar estos objetivos, necesito dejar de fumar y comenzar a hacer más actividad física. Creo que tener un Hogar Integrado de Salud me ayudará a llegar donde quiero estar," comentó Carla.

Demostraciones de alimentos saludables proporcionan consejos simples para llevar un estilo de vida más sano

En septiembre, como parte de la primera celebración anual de la Semana de Bienestar Nacional (19-25 de sept.), voluntarios de Magellan visitaron varias de las clínicas especializadas en adultos con enfermedades mentales graves (SMI, por sus siglas en inglés) para educarles sobre la importancia de la salud integral, a través de demostraciones de alimentos saludables. Más de 325 usuarios de servicios de salud mental, personal de las clínicas, visitantes y empleados de Magellan aprendieron cómo simples cambios en la dieta pueden brindar grandes beneficios a su salud en general. Las demostraciones estuvieron basadas en el nuevo programa de alimentos del gobierno federal conocido como My Plate o Mi Plato. El programa busca motivar a los estadounidenses a realizar elecciones de alimentos más saludables a la hora de comer poniendo énfasis en los grupos alimenticios más importantes como: frutas, verduras, granos, proteínas y lácteos.



Junto con las demostraciones, se ofrecieron refrigerios saludables, y se inscribió a los participantes en un sorteo para ganar un libro de recetas de cocina saludables y un

medidor de pasos. Además, se alentó a los participantes a plantar y cultivar hierbas frescas, como una forma de reducir el sodio en sus dietas.

Magellan Health Services de Arizona quiere agradecer a todos los voluntarios de Magellan que participaron en las demostraciones, a los administradores de los centros y a los directores clínicos que nos recibieron, y al personal de la clínica y a las personas que reciben servicios por su participación.

Para obtener más información acerca del nuevo programa alimenticio del gobierno federal, visite myplate.gov.

Concurso de Muros de Recuperación promueve mensaje de recuperación y participación familiar

El Mes Nacional de la Recuperación celebrado en septiembre del 2011, promueve los beneficios sociales del tratamiento de los trastornos mentales y del uso de sustancias, además de rendir homenaje a las personas en recuperación y alabar las contribuciones de los proveedores de tratamiento y promover el mensaje de que la recuperación, en todas sus formas, es posible. En reconocimiento de este mes y a fin de promover aún más el mensaje de recuperación y la participación familiar, las clínicas de las organizaciones de la red de proveedores (PNO, por sus siglas en inglés) del Condado Maricopa participaron en el concurso “Muros de Recuperación” (Wall of Recovery). Durante el mes de septiembre, las personas que reciben servicios

escribieron y exhibieron sus historias de recuperación, y cómo sus familiares y amigos participaron en su recuperación. Los Muros de Recuperación fueron exhibidos en áreas altamente transitadas de las clínicas participantes durante el mes de septiembre. A fin de mes, un panel integrado por cuatro jurados calificó cada “Muro de Recuperación” en función de la cantidad de historias exhibidas, la creatividad, la accesibilidad y la inspiración.

La clínica Midtown de CHOICES Network de Arizona ganó el premio principal del concurso Muro de Recuperación 2011. Las historias eran realmente inspiradoras, y el muro tenía un aspecto muy festivo. Las personas que reciben beneficios y el

personal de la clínica fueron agasajados con un almuerzo por sus esfuerzos.

Las siguientes clínicas recibieron una mención honorífica y fueron retribuidas por su esfuerzo con un festín de postres (que incluyó opciones saludables):

La clínica Osborn de Southwest Network recibió un reconocimiento por contar con la mayor cantidad de historias de recuperación. En su muro, se exhibieron más de 40 historias. El Metro Center Campus de Partners In Recovery recibió un reconocimiento por la accesibilidad. Las historias se exhibieron con orgullo en la recepción para que todos pudieran observarlas.

Con respecto a la calidad artística y a la creatividad, hubo empate: Capitol Center de la Red People of Color Network presentó un dibujo precioso del horizonte de Phoenix y su Clínica Comunidad exhibió un asombroso árbol de recuperación!

Muchas de las historias fueron conmovedoras, y a más de un integrante del jurado se le cayó una lágrima. Magellan quisiera agradecer a todo el personal de las clínicas, a los grupos paritarios, a los mentores familiares y de grupos paritarios, y a las personas que reciben servicios por todo el apoyo que brindaron para que esto fuera posible.

Clínica Comunidad de la Red People of Color Network



Capitol Center de la Red People of Color Network



La clínica Midtown de CHOICES Network de Arizona



Reflexión anual

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

“Un problema es una oportunidad para que hagas tu mejor esfuerzo.” Duke Ellington, líder de banda

Estimados lectores,

Sé que no soy el único que piensa que el 2011 fue un año que nos brindó muchas “oportunidades para hacer nuestro mejor esfuerzo.” Mientras buscábamos soluciones para nuestras dificultades, también tuvimos la oportunidad de trabajar juntos con nuestros proveedores y miembros de la comunidad para alcanzar grandes logros en varios aspectos. En estas últimas semanas del año, me gustaría hacer una reflexión sobre los diversos logros positivos que hemos alcanzado en el sistema de salud mental del centro de Arizona.

Concientización de salud mental e intervención – A principios de 2011, Magellan patrocinó la capacitación de más de 20 instructores en Primeros Auxilios de Salud Mental (MHFA, por sus siglas en inglés) como parte de un programa a nivel estatal coordinado por el Departamento de Servicios de Salud Mental. La capacitación en MHFA enseña a los participantes a estar mejor preparados para ayudar a las personas que estén experimentando una crisis de salud mental mostrándoles cómo detectar las señales que indican que una persona está teniendo un ataque de pánico, contemplando la posibilidad de suicidarse o experimentando un problema mental agudo. Al igual que la capacitación en resucitación cardiopulmonar (CPR, por sus siglas en inglés), MHFA empodera a las personas y puede salvar las vidas de los miembros de familia, compañeros de trabajo, estudiantes, amigos o terceros.

Desde mayo y solo en los condados de Maricopa y Pinal, instructores del centro de Arizona han capacitado a casi 450 miembros comunitarios. Más personas han sido capacitadas a nivel estatal por nuestros colegas de otras Autoridades Regionales de Salud Mental (RBHA, por sus siglas en inglés) y de otros Departamentos de Servicios de Salud Mental (DBHS, por sus siglas en inglés). En Magellan, nuestro objetivo es capacitar a, al menos, 200 miembros comunitarios más en MHFA para fines de 2011, lo que equivaldría a un total de 500 personas capacitadas en 2011. El curso

está diseñado para cualquier persona de la comunidad: familias, jóvenes, médicos, empleadores, líderes religiosos, educadores, oficiales encargados de la aplicación de la ley, personal de atención de la salud y muchas otras personas más.

Ahora que estamos cerca de fin de año, los instructores tienen una cantidad limitada de vacantes disponibles. Aliento a todas las personas que podrían estar interesadas a visitar www.azdhs.gov/bhs/mhfa.htm o a llamar al (602) 364-4434 para inscribirse.

Prevención de suicidios – El Programa del Sistema Programático de Disuasión del Suicidio continuó realizando avances en la reducción del índice de suicidio de las personas que experimentan enfermedades mentales graves en nuestro sistema. Desde que comenzó el programa, hemos brindado Capacitación en Técnicas Aplicadas de Intervención en Caso de Suicidio a casi 2,200 trabajadores de salud mental. Este año, lanzamos grupos para sobrevivientes de intentos de suicidio, cuya facilitación quedó a cargo de grupos paritarios capacitados, que también habían intentado suicidarse. El impacto de estas iniciativas, sumado a nuestros mayores esfuerzos por involucrar a los miembros de familia, alentar la integración comunitaria y proporcionar atención clínica personalizada e intervenciones condujeron a una reducción del 42 por ciento en el índice de muertes por suicidio en las personas con enfermedades mentales graves, en el sistema de cuidado del centro de Arizona desde 2007. Resultados como estos son los que permitieron que el programa fuera reconocido como finalista en los Premios a la Innovación del Consejo de Gobiernos Estatales (nuestros programas han sido finalistas por tercer año consecutivo) y haya ganado el Premio Peter Lee de la Asociación Internacional de Prevención de Suicidios (International Association of Suicide Prevention).

Atención integrada de la salud – En agosto, la gobernadora Jan Brewer anunció el lanzamiento de un programa de Hogares Integrados de Salud (IHH, por sus siglas en inglés) dirigido a las personas con enfermedades de salud mental en el centro

de Arizona creado en forma conjunta por Magellan, CHOICES Network, People of Color Network, Partners in Recovery, Southwest Network y Maricopa Integrated Health System. Este programa reúne la atención de salud mental y física adoptando un enfoque holístico que analiza la salud integral de una persona, incluidos la mente, el cuerpo y el espíritu. Como primer paso del programa, los proveedores de Magellan han realizado evaluaciones de riesgo de salud a más de 8,700 personas en nuestro sistema a las que se les había diagnosticado una enfermedad mental grave. Además, Magellan y nuestros aliados realizamos ferias de salud y bienestar en las clínicas que implementarán primero el programa IHH.

Medición de resultados – Este año, Magellan lanzó dos nuevos sistemas de medición de resultados—indicadores gráficos que miden las métricas clave del éxito del sistema—para nuestro Sistema Infantil y Sistema de Salud Mental en General y Abuso de Sustancias para Adultos. Estos sistemas de medición proporcionan un monitoreo mensual de 14 métricas clave por proveedor. Lo invito a que monitoree el progreso del sistema a través de estos sistemas de medición para SMI, para adultos, que están disponibles en www.MagellanofAZ.com/Dashboards. Considero que usted estará tan encantado como yo con el progreso que se ha logrado.

Reducción de estigmas – Este año, reunimos a líderes jóvenes del grupo de jóvenes de Magellan Líderes Jóvenes que Inspiran el Empoderamiento Futuro (MY LIFE, por sus siglas en inglés) con miembros de la comunidad de negocios, a fin de abogar en la legislatura por el mantenimiento de un sistema sólido de salud mental. Este dúo ideal proporcionó una mejor comprensión para jóvenes y líderes de negocios por igual, y comunicó el mensaje firme a la legislatura de que debe preservarse un sistema sólido de salud mental.

Durante el Mes de la Concientización de la Salud Mental, continuamos con nuestro programa de Personas Ordinarias Realizando Contribuciones Extraordinarias destacando nuevos integrantes y sus historias de recuperación en el sitio

www.OneinFour.info. También realizamos presentaciones en la exposición El Mundo del Cuerpo Humano (Body World) del Arizona Science Center, donde nos enfocamos en la ciencia del cerebro y de la salud mental.

Innovación y colaboración continua – Como mencioné el mes pasado, nuestra asociación con Community Bridges, Inc., Jewish Family and Children’s Services, Native American Connections y Touchstone Behavioral Health llevo a una reducción en el uso de sustancias entre jóvenes del sistema de salud mental del centro de Arizona que tenían problemas con el sistema de justicia. Esto, a la vez, permitió que Magellan y sus socios recibieran el Premio Ciencia y Servicio 2011 de la Administración de Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés) por los servicios de tratamiento del abuso de sustancias y apoyo en la recuperación.

Además, Magellan fue finalista del Premio de Plata de la Cámara de Comercio del Área de Scottsdale en la categoría Grandes Empresas. Con este premio, la comunidad empresarial reconoce a Magellan como una compañía que, en términos generales, tiene un impacto positivo en nuestra comunidad, lo que ayuda a que esta sea un mejor lugar donde vivir, jugar y trabajar conduciéndose mediante la excelencia, la innovación y la administración comunitaria. Lo que es aún más importante, el premio demuestra que la comunidad empresarial reconoce la importancia que un sistema sólido de salud mental tiene para una economía saludable.

A pesar de nuestras dificultades, este ha sido un año atareado y productivo. Me gustaría aprovechar esta oportunidad para agradecer a nuestros proveedores, empleados, usuarios de servicios, defensores de la salud mental y miembros comunitarios por su apoyo. Crear un sistema de salud mental sólido requiere de acciones audaces por parte de todos. Solo mediante la colaboración podremos continuar llevando adelante el sistema. Como bien dijo Helen Keller una vez: “Solos podemos hacer muy poco, juntos podemos hacer mucho.”

Cambios de imagen brindan nuevo comienzo a personas ordinarias realizando contribuciones extraordinarias

A fin de conmemorar el Mes Nacional de la Recuperación (septiembre 2011), Magellan de Arizona y el centro de recursos para la mujer, Fresh Start Women's Foundation ofrecieron un cambio de imagen completo, un "nuevo comienzo", una transformación de cortesía a Rebecca Martínez y Marie Paterno: dos personas comunes que hacen contribuciones fuera de lo común a nuestra sociedad.



Foto de I a D: Brandy Schade, Rebecca Martínez, Marie Paterno y Linda Valenzuela

Después de una larga lucha contra trastornos de uso de sustancias y enfermedades mentales, tanto Rebecca como Marie logran,

desde hace ya varios años, mantenerse sobrias, lo que demuestra que la recuperación es posible. Su camino hacia la recuperación no ha sido fácil, pero "con el equipo clínico adecuado y el apoyo de amigos y miembros de familia, es mucho más fácil recuperarse de una adicción y llevar una vida mejor," afirman Rebecca y Marie.

Rebecca y Marie fueron seleccionadas para recibir el cambio de imagen por dedicar su tiempo a compartir sus historias personales de recuperación y logros con el público, a fin de ayudar a erradicar el estigma que rodea a las enfermedades mentales y a los trastornos de uso de sustancias y, a la vez, demostrar el progreso general y los logros específicos del sistema de salud mental del centro de Arizona.

Rebecca y Marie quedaron fascinadas con su transformación, que incluyó arreglo del cabello, maquillaje, vestimenta de su elección, y calzado y accesorios a tono.

"Magellan de Arizona está agradecida por tener socios, como Fresh Start, que continúan buscando maneras de apoyar a las personas en su camino hacia la recuperación," sostuvo el Dr. Richard Clarke, Director Ejecutivo (CEO, por sus siglas en inglés) de Magellan de Arizona.

"Fresh Start Women's Foundation está sumamente orgulloso de ser parte de estas transformaciones de recuperación y de estar asociado con Magellan," señaló Barbara Ralston, Presidenta y CEO de Fresh Start Women's Foundation. "Fresh Start comenzó hace 20 años proporcionando cortes de cabello y transformaciones a las mujeres, a fin de ayudarlas a mejorar su autoestima y continúa siendo un servicio central que ofrecemos en el Centro de Recursos para Mujeres Jewell McFarland Lewis. Creemos que brindar una apariencia nueva y renovada a las mujeres les permite adquirir confianza en ellas mismas."

Para obtener más información sobre Rebecca Martínez, Marie Paterno y otras historias de recuperación inspiradoras, visite www.oneinfour.info. Para más información sobre Fresh Start, visite www.wehelpwomen.com.



Conozca a Rebecca Martínez

Rebecca tiene 27 años y es madre de cinco hijos, que significan todo para ella. Desafortunadamente, por varios años, su lucha contra el trastorno de uso de sustancias le impidió darles el amor y el cuidado que merecían.

Rebecca empezó a consumir drogas cuando tenía 12 años, y no dejó de hacerlo hasta nueve años más tarde, nueve años que ella describe como los peores de su vida. No solo perdió la custodia de sus hijos, sino que, poco a poco, su familia y sus amigos comenzaron a darle la espalda.

En ese momento, Rebecca finalmente se dio cuenta de que necesitaba buscar ayuda. Afortunadamente, la madre de Rebecca siempre permaneció a su lado. Sus hijos y su madre le han dado la fuerza necesaria para permanecer sin consumir droga por casi seis años.

Rebecca ofrece su tiempo en forma voluntaria como mentora paritaria y especialista en prevención, en TERROS, el centro de tratamiento para abuso de sustancias/salud mental en el que una vez consiguió ayuda. Está buscando trabajo de manera activa y tiene algunas entrevistas programadas.



Rebecca Martínez

El nuevo objetivo en la vida de Rebecca es ser un buen ejemplo a seguir para sus hijos y, al mismo tiempo, ayudar a personas como ella a ponerse en contacto con los recursos necesarios para superar las enfermedades mentales o problemas de adicción. "Me gustaría evitar que otras personas pasen por el dolor y el sufrimiento que yo experimenté," señala.

Conozca a Marie Paterno

Desde muy joven, Marie supo que algo en ella no estaba bien. No entendía lo que pasaba, pero simplemente sabía que algo andaba mal.

A los ocho años, le diagnosticaron trastorno por déficit de atención y le recetaron Ritalin. El médico y sus padres nunca le explicaron qué significaba esto ni cómo la afectaría.

A los 12 años, Marie empezó a usar marihuana a diario. Al poco tiempo, empezó a consumir también un tipo de droga conocida como "cruces blancas." A los 17 abandonó la escuela y se graduó en "ácido" y "rush." A los 20 comenzó a vender drogas y, a los 25, estaba en la cárcel. Durante los siguientes 18 años, Marie estuvo dentro y fuera de la cárcel, y recurrió a los medicamentos de venta con receta médica e, incluso, a la heroína.

El papá de Marie murió cuando ella estaba en prisión, y poco después, ella tuvo una experiencia espiritual mientras estaba sentada sola en su celda. Esto le hizo darse cuenta de que "era suficiente y de que tenía que dejar de consumir drogas."

A los 43 y fuera de la cárcel, Marie fue a Partners in Recovery, en donde le diagnosticaron trastorno bipolar y esquizofrenia. Con el tiempo, comenzó a asistir a grupos paritarios de apoyo y a ayudar a otras personas en la clínica. Asistió a Narcóticos Anónimos y a Alcohólicos Anónimos, donde recibió un reconocimiento por sus tres años sin consumir.

Marie tuvo una recaída en el uso de drogas en septiembre de 2010. "Todo aquello por lo que me había esforzado tanto parecía estar yéndose por la borda. Cuando le dije a mi madre que había tenido una recaída, me dio un ultimátum y me pidió que eligiera entre una vida de drogas o ella. Ese día elegí lo más importante para mí: elegí a mi madre. Elegí no consumir. Y elegí la recuperación," dice Marie.



Marie Paterno

Desde ese día, Marie ha permanecido sin consumir y asiste de manera constante a grupos, sesiones de consejería y tratamientos para el trastorno de uso de sustancias.

"Comencé a seguir las recomendaciones de mi equipo clínico como una manera de permanecer activa durante mi recuperación y evitar las situaciones de alto riesgo que me harían tomar malas decisiones. Comencé a concentrarme en mi salud y a realizar actividades saludables, como comer bien y hacer ejercicio. Empecé a trabajar en oportunidades de trabajo con mi especialista en recuperación y ahora trabajo en Marc Center tres veces por semana. Puedo vivir sola, en mi propio lugar y pagar mi propio alquiler," agrega Marie.

Marie confía en el apoyo de su madre, su hermana y su hermano, su mejor amiga, el administrador de casos, el coordinador clínico, el consejero en abuso de sustancias y el resto de su equipo clínico para buscar orientación durante su recuperación. Está feliz porque ahora puede lidiar con las situaciones y los sentimientos negativos sin querer o necesitar recurrir a las drogas.

"Siento que he cambiado mi manera de pensar y la manera en la que decido manejar las cosas. Ya no necesito las drogas para superar las cosas," comenta.

Programa de Primeros Auxilios de Salud Mental Capacita a 150 miembros comunitarios

En homenaje al Mes de la Recuperación (septiembre 2011), Magellan Health Services alentó a los 22 instructores de Primeros Auxilios de Salud Mental recientemente capacitados en el Condado de Maricopa a llevar a cabo un curso de 12 horas. Muchos instructores mostraron estar a la altura de las circunstancias para llevar esta capacitación vital a la comunidad. Tuvimos seis cursos programados en septiembre. Nuestro objetivo para el Mes de la Recuperación fue capacitar a 150 miembros comunitarios en Primeros Auxilios de Salud Mental.

La capacitación en Primeros Auxilios de Salud Mental enseña a las personas un plan de acción de cinco pasos para ayudar a una persona que está atravesando una crisis de salud mental o a una persona que muestra síntomas de tener una enfermedad mental. A fin de ayudar a recordar estos pasos, los participantes del curso aprenden una mnemotécnica o técnica que les enseñan a memorizar las cosas de forma rápida, fácil y duradera a través de una palabra. En este caso la palabra-E-E-B-A-A:

- E:** Evaluar el riesgo de suicidio o daño.
- E:** Escuchar sin manifestar una actitud crítica.
- B:** Brindar tranquilidad e información.
- A:** Alentar la ayuda profesional adecuada.
- A:** Alentar las estrategias de autoayuda y otras estrategias de apoyo.

Primeros Auxilios de Salud Mental es la ayuda inicial que se brinda a las personas que muestran síntomas de enfermedad mental o que están atravesando una crisis de salud mental hasta que pueda obtenerse el apoyo profesional, de grupos paritarios o familiar adecuado. Primeros Auxilios de Salud Mental de los EE. UU. es difundido por el Consejo Nacional para la Atención de la Salud Mental de la Comunidad (National Council for Community Behavioral Healthcare), el Departamento de Salud e Higiene Mental de Maryland (Maryland Department of Health and Mental Hygiene) y el Departamento de Salud Mental de Missouri (Missouri Department of Mental Health). Para encontrar un programa de capacitación en su comunidad o para obtener información sobre cómo puede obtener la certificación de instructor, visite www.MentalHealthFirstAid.org o www.azdhs.gov/bhs/mhfa.





Magellan se preocupa: Por nuestros clientes. Nuestros colegas. Nuestra comunidad.

Con más de 500 empleados en el área del valle, Magellan Health Services de Arizona cuenta con una diversidad de personal que se preocupa por hacer lo correcto: ayudar a las personas que nos confían su atención, así como también a nuestros colegas y a otras personas en nuestra comunidad, particularmente en momentos de necesidad.

En 2011, Magellan lanzó su nuevo programa de ciudadanía corporativa, Magellan se Preocupa (Magellan Cares). Este programa promueve la acción social, el compromiso con la comunidad y el desarrollo de los empleados para retribuir a nuestra comunidad y tener un efecto positivo sobre ella. Magellan se Preocupa se centra en las actividades voluntarias de los empleados y de sus miembros de familia, así como en el apoyo por medio de patrocinios y donaciones especiales.

En Magellan, “preocuparse por los demás” es uno de nuestros valores fundamentales y sirve como base de la cultura que promovemos dentro de la compañía y, externamente, con nuestros socios en nuestra comunidad. A través de Magellan se Preocupa, los empleados convierten este sentimiento en acción. Ya sea que se trate de servir la cena a familias con seres queridos enfermos en la sede local de Ronald McDonald House, recoger agua embotellada para las personas que no tienen o donar objetos domésticos de primera necesidad a las personas que no tienen un hogar y se encuentran en el proceso de tenerlo, estos y otros proyectos marcan una diferencia en la vida de las personas necesitadas. Para obtener más información sobre Magellan se Preocupa, ingrese a www.MagellanofAZ.com/CommunityReinvestment.



Logros del programa durante el 2011

Caminata de la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI, por sus siglas en inglés) – Más de 250 empleados y sus familias caminaron y recaudaron fondos en apoyo a aquellas personas afectadas por enfermedades mentales.

Festival para Jóvenes MY Fest 2011 – Los voluntarios atendieron los puestos para el festival, que fue organizado por Líderes Jóvenes que Inspiran el Empoderamiento Futuro de Magellan (MY LIFE, por sus siglas en inglés), que reunió a más de 6,000 asistentes y creó una mayor concientización sobre cómo las personas afectadas con enfermedades mentales pueden y logran recuperarse, y contribuir a sus comunidades.

Canastas de Pascuas para el Programa Church on the Street y Guardería para Niños en Crisis – Los empleados reunieron 120 canastas y 70 bolsas sorpresas para las personas sin hogar y los niños en riesgo, a fin de ayudar a asegurar que tuvieran unas felices fiestas.

Preparación/Servicio de cena en el Ronald McDonald House – Durante cuatro noches, los voluntarios prepararon y sirvieron cena a familias con seres queridos enfermos.

Campaña de verano de agua embotellada para las personas que reciben servicios de salud mental – Los empleados donaron casi 7,500 botellas de agua para las personas necesitadas durante los cálidos meses de verano.

Paquetes con provisiones para hombres y mujeres en servicio militar activo – Los empleados donaron decenas de artículos para paquetes con provisiones múltiples, a fin de demostrar su reconocimiento a aquellas personas que prestan servicio en las Fuerzas Armadas.

Demostraciones de alimentos saludables para las personas que reciben servicios de salud mental – Los voluntarios realizaron diversas demostraciones en clínicas de atención del área, a fin de demostrar cómo pequeños cambios en elección y preparación de alimentos pueden marcar una gran diferencia en la salud integral de las personas que reciben servicios de salud mental

Programa de liderazgo de calles de oro (Streets of Gold Leadership Program) para las personas sin hogar – Magellan patrocinó almuerzos y materiales para talleres, a fin de ayudar a que más de 250 personas sin hogar aprendieran a compartir información sobre los recursos que tienen disponibles y sobre otros recursos en la comunidad.

Donación de paquetes de artículos de primera necesidad a Arizona Behavioral Health Corporation – Los empleados donaron artículos domésticos nuevos para personas que no tienen un hogar y se encuentran en el proceso de tenerlo.

Caminata de 5 km “Camina ahora para ayudar a Autism Speaks” 2011 – Magellan y nuestros empleados y sus familias y amigos caminaron y recaudaron fondos para la investigación y atención relacionada con el autismo.

Programa de regalo de computadoras 2011 – Los voluntarios ayudaron a regalar 280 computadoras a las personas que reciben servicios de salud mental y a sus miembros de familia, y 20 computadoras a las agencias operadas por grupos paritarios/familias y a las agencias de proveedores de servicios, lo que permitió conectar a estas personas con los recursos que están disponibles en línea a través de la tecnología.



El Magellan | 4801 E. Washington St., Phoenix, AZ 85034 | www.MagellanofAZ.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).