

Queridos lectores,

Mientras nos preparamos para celebrar las contribuciones que las madres hacen para reforzar el bienestar de nuestras familias, quise aprovechar esta oportunidad para enviar un mensaje de recuperación y esperanza a sus seres queridos que podrían estar viviendo con una enfermedad mental. Esto puede ser desde un problema de depresión o esquizofrenia hasta problemas incontrolables de ira, abuso de drogas o alcohol. Las enfermedades mentales afectan a niños, hombres y mujeres de cualquier edad.

En una ocasión, mi madre me dijo que acercarse a alguien para ofrecer ayuda, orientación y una palabra de aliento es el mejor regalo que puedes llegar a dar. En mi papel como líder de los servicios de salud mental del Condado Maricopa observo esto todos los días al ver como los profesionales de la salud mental están en contacto directo con la comunidad para cerciorarse que las personas y familias necesitadas sepan donde conseguir ayuda. Dado que mayo es el Mes de la Concientización de la Salud Mental, hemos recopilado estas páginas de información y recursos de apoyo relacionados a la salud mental para usted, su familia y su comunidad.

Nuestro objetivo es conectar a Magellan de Arizona con la gente y a la gente con recursos que llevan a la recuperación. Al hacer esto, vemos a diario la recuperación en los 80,000 adultos y niños en el Condado Maricopa que servimos y enfrentan retos en su vida como resultado de una enfermedad mental o abuso de sustancias. Las personas con enfermedades mentales pueden recobrar sus vidas y reintegrarse a sus familias y su comunidad.

Pero no lo hacemos solos. Gracias al apoyo de cientos de trabajadores de la salud mental, grupos comunitarios, iglesias, medios de comunicación y las familias, estamos logrando un cambio positivo en la vida de decenas de miles de personas proporcionando servicios en los lugares donde la gente vive, trabaja y juega y en el lenguaje de su preferencia, ya sea en inglés o en español.

Aun así, nuestra comunidad enfrenta un reto. Muchas personas no solicitan los servicios

¿Que es la enfermedad mental?



La enfermedad mental es un desorden de la mente que interfiere con el comportamiento normal y hace la vida diaria más difícil. Esta condición puede cambiar su opinión de sí mismo, sus relaciones, y sus decisiones. Los problemas de la salud mental son verdaderos, y son causados por la biología, el ambiente, o una combinación de los dos.

• Los desórdenes de ansiedad incluyen fobias, ataques del pánico, y desórdenes obsesivos-incontrolables. La depresión incluye infelicidad persistente, pesimismo, apatía, y/o pensamientos violentos o de suicidio.

• La esquizofrenia es caracterizada por el pensamiento y comportamiento extraño, el

retiro, y/o las alucinaciones. Los problemas de la salud mental no son su culpa. No significan que usted es débil o que ha fallado. Si piensa que usted está sufriendo de una enfermedad mental, asegúrese que no está solo. Cada año, las enfermedades mentales afectan una de cada cuatro personas.

Las enfermedades mentales generalmente se desarrollan lentamente, y pueden ser difíciles de diagnosticar. Recuerde que a los humanos les da tristeza o se preocupan algunas veces. Es cuando estas sensaciones llegan a ser severas y persistentes que un problema serio puede existir. Si tiene preguntas, consulte a un profesional de la salud mental.

Acerca del AHCCCS

A través del Sistema de Contención de Costos de Cuidado de Salud del Estado de Arizona también conocido como AHCCCS por sus siglas en inglés, muchos individuos y familias hispanas califican para servicios de cuidado médico físico y mental completamente gratuito (dependiendo de ingresos familiares). El gobierno federal (a nivel nacional) paga por la mayor parte del programa. Aunque el estado de Arizona paga por partes del programa, hoy hay menos fondos disponibles debido a cortes en el presupuesto estatal. Por esta razón, si usted o sus niños califican, es muy importante que se inscriban en el programa de AHCCCS para asegurar que tengan acceso al cuidado médico que necesitan. Debajo encontrará respuestas a algunas preguntas que usted pueda tener. Magellan quiere ayudarle a entender el programa mejor e informarle de los requisitos y cómo inscribirse si califica.

¿Qué es el AHCCCS?

El Sistema de contención de costos de atención de salud de Arizona (AHCCCS, por sus siglas en inglés) es el programa de Medicaid de Arizona. El AHCCCS se creó para proporcionar atención de salud a aquellas personas que no pueden pagar un seguro médico.

¿Quiénes califican para los programas?

Existen requisitos de elegibilidad/ingreso que un solicitante debe cumplir a fin de calificar para participar en los programas administrados

por el AHCCCS, tales como KidsCare, HIFA, SOBRA y demás programas. El AHCCCS proporciona cobertura de atención médica a más de 900,000 miembros, lo que equivale a casi el 18% de la población total de Arizona.

¿Están cubiertos los servicios de salud mental?

¡Sí! Los servicios de salud mental incluyen evaluación y tratamiento, servicios para trastornos mentales y abuso de sustancias, diagnóstico, terapia y consejería, administración de casos, transporte, servicios en las instalaciones y medicamentos.

¿Cómo presentar la solicitud?

Los residentes de Arizona pueden presentar la solicitud por el seguro médico del AHCCCS en línea o por correo. Presente la solicitud para usted mismo o cualquier familiar directo que viva con usted mediante alguna de las siguientes opciones:

Su solicitud podrá ser procesada por el Departamento de seguridad económica (DES, por sus siglas en inglés) y/o una oficina del AHCCCS, según los programas que solicite. Para mayores informes sobre los requisitos de elegibilidad/ingresos, recursos, reglas de participación en los programas o para la ubicación más cercana donde puede obtener y someter una solicitud en persona, por favor llame al (602) 417-4000.



Richard Clarke
Presidente Ejecutivo
Magellan de Arizona

que requieren ya sea por miedo o el estigma relacionado a las enfermedades mentales o simplemente porque no saben donde conseguir ayuda. Magellan de Arizona y nuestros aliados podemos proporcionar a individuos elegibles para AHCCCS y sus familias una voz en el proceso de la recuperación y la opción de solicitar ayuda cuando y donde la necesiten. Para mayores informes sobre como registrarse para AHCCCS y obtener acceso a recursos para el bienestar físico y mental, favor de leer el artículo sobre AHCCCS en estas páginas.

Para Magellan, no existe mayor recompensa que saber que las personas que servimos están disfrutando de una vida feliz, saludable y productiva. Conforme se acerca el Día de las Madres, pensamos en festejar con la familia y pasar tiempo con nuestros seres queridos. Tomando en cuenta que mayo es el Mes de la concientización de la Salud Mental debemos poner mayor atención a este desafío con frecuencia ignorado, pero que podrían estar enfrentando las personas que amamos. Por ello, mientras festejan con los suyos, les pido que por favor soliciten ayuda profesional para ustedes o alguien en su familia que requiera de apoyo para alguna enfermedad mental o abuso de sustancias. Por favor extraiga estas páginas del periódico, tómese el tiempo para leer la información, compártala con otros y contáctenos con cualquier pregunta que tengan al (866) 564-5465.

Feliz Día de las Madres.

Richard Clarke
Presidente Ejecutivo
Magellan de Arizona

¿Cuáles son algunos de los síntomas a los que debo prestar atención en mi hijo o en un ser querido?

Como Psicólogo Clínico y Oficial Ejecutivo de Asuntos Médicos y Clínicos de Magellan, a menudo la gente me pregunta "¿Como se si algún familiar tiene un problema de salud mental?" Sin la evaluación de un especialista en salud mental certificado, esta no es una pregunta fácil de contestar. Aun así, existen algunas señales y síntomas que la gente puede observar en su ser querido para determinar si es necesario tomar acción.

Las siguientes, son algunas de las señales y síntomas más comunes de la enfermedad mental. En ocasiones, estos cambios son sutiles y ocurren en forma paulatina, con el transcurso del tiempo, o por el contrario, podrían manifestarse inesperadamente.

Si bien los siguientes síntomas no significan que la persona tenga una enfermedad mental, podrían ser motivo de preocupación.

Cambios marcados en la personalidad, altibajos extremos en el estado de ánimo.

Sensación prolongada de irritabilidad o tristeza.

Retracción social, fugas del hogar o encarcelación.

Retraimiento hacia familiares o amigos.

Pensamientos confusos, ideas extrañas o delirios.

Incapacidad para ocuparse de los problemas y las actividades diarias, tales como las tareas escolares.

Ira excesiva, hostilidad, o comportamiento violento o rebelde inexplicable.

Preocupaciones, ansiedad, temores excesivos o irracionales, o comportamiento paranoide.

Cambios significativos en la alimentación y en los patrones de sueño, descuido inusual de la apariencia.

Pensamientos suicidas, o amenaza o intento de suicidio.

Abuso de sustancias, como tabaco, alcohol o drogas.

Steve Dannenbaum
Psicólogo Clínico y Oficial Ejecutivo
de Asuntos Médicos y Clínicos
Magellan de Arizona



¿Sabía usted Que...?

Uno de cada cuatro adultos, aproximadamente 57.7 millones de estadounidenses, experimenta un trastorno de salud mental en un año determinado. Una de cada diecisiete personas vive con una enfermedad mental grave, tal como esquizofrenia, depresión mayor o trastorno bipolar, y aproximadamente uno de cada diez niños sufre un trastorno mental o emocional grave.

De los adultos que usan servicios para personas sin hogar, se ha informado que el 31% tiene una combinación de estas afecciones.



Palabras de la Iglesia Católica sobre la salud mental...

Estamos muy agradecidos por los servicios que Magellan de Arizona ofrece a nuestras parroquias y la comunidad en general. Como muchas otras organizaciones que sirven a la comunidad, Magellan proporciona apoyo a las familias e individuos para ayudar a enfrentar los retos que se presentan a cualquier hora, especialmente en estos momentos tan difíciles de incertidumbre e inestabilidad económica.

La Oficina del Ministerio Hispano de la Diócesis Católica de Phoenix continuará refiriendo a Magellan a personas afectadas por alguna crisis de salud mental. Felicitamos a Magellan de Arizona en este mayo del 2009 en que se conmemora el Mes Nacional de la Concientización de la Salud Mental.

José Robles
Director del Ministerio Hispano
Diócesis de Phoenix