



Esperanza,
resiliencia
y recuperación
para todos



La guía para familiares y amigos sobre
los servicios de salud
mental para adultos

La guía para el modelo de resiliencia y
recuperación de Texas



TEXAS
Health and Human
Services

19D0635

Índice

1. Introducción	1
¿Qué hago si mi ser querido es un peligro inmediato para sí mismo o para los demás?.....	1
2. En busca de ayuda local: A quién contactar	2
¿Reúne usted los requisitos para recibir servicios de salud mental?.....	2
El modelo de Resiliencia y Recuperación en Texas	2
El proceso de selección y valoración	2
3. Su primera cita médica	4
¿Qué necesito llevar a la cita?	4
El pago de los servicios	4
La valoración uniforme	4
Asignación de un nivel de atención: en respuesta al nivel de necesidad adecuado	5
Planeación para la recuperación centrada en la persona	5
4. Los servicios disponibles	6
Manejo de medicamentos.....	6
Servicios para casos de crisis	6
Administración de casos.....	7
Capacitación en rehabilitación y habilidades	7
Vivienda	9
Empleo y educación	10
Orientación psicológica	11
Programas especializados	12
Coexistencia de trastornos psiquiátrico y por consumo de sustancias.....	13
Servicios forenses	13
5. Determinar metas y elegir estrategias: La creación de un plan de tratamiento y recuperación	15
La creación de puntos fuertes y resiliencia: El alta	15
Preguntas frecuentes	15
6. Glosario de términos técnicos.....	18
7. Glosario. Profesionales del equipo de recuperación.....	23

1. Introducción

Tener necesidades en materia de salud mental es común para cualquier persona. Según estadísticas nacionales, el 18 por ciento de los estadounidenses mayores de 18 años —casi uno de cada cinco adultos— sufren anualmente problemas de salud mental (Mental Health America, 2018).

En algún momento en su vida, la mayoría de la gente pasa por situaciones o cambios que afectan su salud mental y les producen alteraciones negativas en su comportamiento, sentimientos, relaciones y desempeño laboral. Una situación de este tipo podría ser señal de que la persona afectada necesita un apoyo adicional o recibir servicios de salud mental. La identificación temprana del problema y su tratamiento aumentan la capacidad de resiliencia de la persona y la posibilidad de que se recupere rápidamente.

Un ser querido afectado por un problema de salud mental es mucho más que esas necesidades de salud mental de las que carece, y su calidad de vida es importante. Esta persona forma parte de una familia o es un compañero de trabajo y, en consecuencia, es un miembro importante de la comunidad.

El propósito de esta guía es acompañar al lector en un recorrido descriptivo de los distintos servicios de salud mental para el adulto en Texas. La guía ha sido elaborada por la Sección de Servicios de Salud Conductual y Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo de la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas.

¿Qué hago si mi ser querido es un peligro inmediato para sí mismo o para los demás?

Si su amigo o familiar está sufriendo una crisis:

- Llame a la línea de ayuda para casos de crisis de su autoridad local de salud mental o de salud conductual; o
- Llame al 911

¿Cómo sé si mi ser querido necesita los servicios para casos de crisis?

Una persona necesita urgentemente los servicios de salud mental para casos de crisis, cuando:

- Está en peligro inmediato de hacerse daño a sí misma o a los demás
- Está en riesgo de sufrir un deterioro grave mental o físico
- Cree que representa un peligro para sí misma o para los demás

2. En busca de ayuda local: A quién contactar

Salud y Servicios Humanos de Texas tiene contratos con 37 autoridades locales de salud mental (LMHA) autorizadas y dos autoridades de salud conductual (LBHA) autorizadas que ofrecen servicios de salud mental en todo Texas. Hay varias maneras de localizar la LMHA o LBHA en la zona cerca de usted:

- Por Internet: apps.hhs.texas.gov/contact/search.cfm
 - En este sitio, usted podrá localizar el centro al introducir su condado, ciudad o código postal.
 - También puede llamar a la línea de derivación a servicios de su LMHA o LBHA para recibir ayuda confidencial, a cualquier hora del día, todos los días de la semana.
- Por teléfono: Llame al 211 y pregunte por la autoridad de salud mental o salud conductual más cercana.

Una vez que sepa cuál es su LMHA o LBHA, llámeles.

¿Reúne usted los requisitos para recibir servicios de salud mental?

El modelo de Resiliencia y Recuperación en Texas

En Texas, el sistema de prestación de servicios de salud mental en las comunidades es el modelo de Resiliencia y Recuperación en Texas (TRR). El modelo TRR reconoce que las personas afectadas por problemas de salud mental se encuentran en un proceso continuo de salud mental y cuentan con apoyos y puntos fuertes naturales que deben usar como base para favorecer la recuperación. El moderno marco del sistema de TRR utiliza un enfoque de prestación de servicios basado en la intensidad.

Si una persona se ve afectada por alteraciones en su vida diaria debido a sus problemas mentales, podría reunir los requisitos para recibir los servicios de salud mental. Un especialista clínico titulado se reunirá con ella para determinar su diagnóstico de salud mental y el tratamiento que necesita.

El proceso de selección y valoración

Una persona reúne los requisitos para recibir los servicios de TRR de salud mental si:

- Reside en Texas (la persona no necesita comprobar que vive en Texas; es suficiente con que así lo declare)
- Satisface los criterios en cuanto a su situación económica

- Llena los requisitos para recibir servicios de salud mental según se determine mediante una valoración uniforme. Podrá encontrar más información sobre los distintos niveles de atención en la página web sobre [Pautas y manual sobre la gestión del uso](#).

La [Valoración sobre las necesidades y los puntos fuertes del adulto](#) se lleva a cabo durante la visita inicial y luego, de manera periódica, durante el tratamiento. Las preguntas son las mismas que se hacen durante la admisión, donde un profesional del equipo de tratamiento y recuperación completará esta valoración. La valoración identifica qué servicios satisfacen mejor las necesidades actuales y permite hacer un seguimiento del progreso hacia los objetivos de recuperación.

3. Su primera cita médica

¿Qué necesito llevar a la cita?

Si se trata de una cita para la admisión (para inscribirse usted o inscribir a su ser querido en los servicios por primera vez, o para volver a inscribirse después de una larga interrupción), lleve lo siguiente a la cita:

- Identificación con fotografía
- Comprobante de ingresos (la constancia de pago más reciente)
- Tarjeta de Medicaid más reciente (si corresponde)
- Comprobante de domicilio vigente durante los últimos 30 días (factura de servicios públicos o contrato de alquiler)
- Nombre, dirección y número de teléfono de un médico que alguna vez haya atendido a la persona que se inscribe
- Una lista de los medicamentos que la persona está tomando o que ha tomado
- Una lista de las fechas de hospitalizaciones psiquiátricas que haya tenido la persona que se inscribe

El pago de los servicios

Las autoridades locales de salud mental y de salud conductual realizan una evaluación financiera a todos aquellos que buscan recibir servicios de salud mental, así como a quienes ya los reciben. Los proveedores tratarán primero de que el pago de los servicios se realice con fondos federales de Medicare o Medicaid, o bien facturarán a un tercero, por ejemplo, un seguro médico privado. En función de su situación económica, a la persona se le podría pedir que contribuya a cubrir el costo de la atención médica recibida. A las personas se les cobra por los servicios dependiendo de su capacidad de pago.

La valoración uniforme

Su amigo o familiar se reunirá con un clínico que realizará una valoración uniforme completa para recomendar los servicios adecuados a través de un nivel de atención. La valoración uniforme incluye una herramienta llamada "Valoración de las necesidades y puntos fuertes del adulto" (ANSA, en inglés). La ANSA es un documento detallado que podría contener preguntas que hagan que su amigo o familiar se sienta incómodo o avergonzado. Sin embargo, estas preguntas son importantes para la valoración, y las respuestas que se den se utilizan para identificar qué servicios tienen más probabilidades de satisfacer las necesidades de la persona. La información proporcionada se mantiene confidencial dentro de los límites de la ley.

Las personas vuelven a ser valoradas periódicamente con el fin de llevar un control de cualquier cambio que podría haber ocurrido a lo largo de su plan de tratamiento y recuperación. Esto también sirve para hacer un seguimiento de sus puntos fuertes, así como del progreso que han hecho en su camino a la [recuperación](#).

Asignación de un nivel de atención: en respuesta al nivel de necesidad adecuado

El sistema de Resiliencia y Recuperación de Texas para la salud mental del adulto ha creado distintos niveles de atención que responden a las necesidades determinadas de cada persona. Cada persona es única, como también lo son sus necesidades de salud mental. Algunos pacientes necesitan recibir una atención de mayor intensidad o más compleja, y para ellos es más apropiado un nivel de atención más intensivo con un conjunto de servicios complejos. Sin embargo, a medida que la persona comience a desarrollar resiliencia y sus necesidades sean menos complejas, la intensidad del nivel de atención que se le asigne disminuirá en forma adecuada.

Para mayor información, visite la página web [Pautas y manual de gestión del uso de servicios](#).

Planeación para la recuperación centrada en la persona

La planeación utiliza un proceso de colaboración para desarrollar el plan de recuperación entre la persona, el proveedor del tratamiento y los apoyos naturales de la persona. El objetivo de estos servicios es ayudar a que la persona alcance sus metas en su camino a la recuperación. Estos servicios están disponibles en todos los niveles de atención.

4. Los servicios disponibles

Manejo de medicamentos

- **Capacitación y apoyo sobre medicamentos:** Estos servicios proporcionan información sobre los medicamentos y sus posibles efectos secundarios. Los servicios están disponibles en los niveles de atención 1M, 1S, 2, 3, 4 y 5. Para obtener más información, visite la página web [Manejo de medicamentos](#).
- **Manejo farmacológico de los medicamentos:** Este servicio, proporcionado por un médico u otro profesional autorizado para recetar, se ocupa del manejo de los fármacos psicoactivos para tratar los signos y síntomas de la enfermedad mental. Está disponible en todos los niveles de servicio y en todos los niveles de atención.

Para obtener más información, visite la página web [Servicios para el adulto](#).

Servicios para casos de crisis

- **Seguimiento de las crisis y prevención de recaídas:** Son servicios prestados a personas que no están en un peligro inminente de hacerse daño a sí mismas o a los demás, pero necesitan ayuda para evitar que se repita el episodio de crisis. Mediante estos servicios se logra lo siguiente:
 - Mejorar la reacción de la persona ante la situación que le provocó el episodio de crisis.
 - Asegurar la estabilización del paciente.
 - Prevenir episodios de crisis en el futuro.

Las valoraciones continuas determinan cuál es la situación de crisis de la persona y sus necesidades. También proporcionan hasta 30 días de intervenciones breves y centradas en soluciones para aquella y su familia. Asimismo, permiten el desarrollo de técnicas de resolución de problemas para que la persona pueda adaptarse y hacer frente a la situación y los factores estresantes que provocaron el episodio de crisis. Los siguientes servicios están disponibles en todos los niveles de atención. Para obtener más información, visite la página web [Unidades de atención para crisis](#).

- **Intervención en casos de crisis:** Las intervenciones en respuesta a una crisis se pueden utilizar para reducir los síntomas de una enfermedad mental o trastorno emocional graves y para evitar que el paciente sea internado en un entorno de atención más restrictivo.
- **Tratamiento residencial para casos de crisis:** Se proporciona tratamiento residencial a corto plazo cerca del domicilio de las personas con algún riesgo de hacerse daño a sí mismas o a los demás. Las personas afectadas pueden tener un deterioro funcional bastante importante y requerir supervisión y atención médica directas, sin necesitar una hospitalización.

- **Unidad de estabilización de la crisis:** El tratamiento residencial a corto plazo se utiliza para reducir los síntomas agudos de la enfermedad mental. Los servicios se proporcionan en un entorno completamente seguro. El tratamiento lo proporciona personal clínico especializado bajo la supervisión de un psiquiatra.
- **Traslado para casos de crisis:** Este servicio proporciona un medio de transporte, de un centro a otro, para quienes reciben servicios de crisis o de seguimiento de crisis y de prevención de recaídas. De acuerdo con las leyes y regulaciones estatales, el transporte lo proporciona personal policial o, cuando sea apropiado, la persona es trasladada en una ambulancia o con ayuda de personal capacitado.
- **Tiempo de observación prolongado:** Es un servicio de emergencia y estabilización de la crisis de una duración de hasta 48 horas. Mediante este servicio se proporciona la estabilización de emergencia en un ambiente seguro con la intervención de clínicos (profesionales médicos y de enfermería), supervisados por un psiquiatra. Asimismo, se facilita el acceso inmediato a una evaluación y tratamiento médico urgentes o de emergencia, y las personas son transferidas a un nivel de atención más alto cuando es necesario.
- **Equipos móviles de ayuda en casos de crisis (Mobile Crisis Outreach Teams):** Son grupos de profesionales médicos y de salud mental que responden inmediatamente acudiendo al lugar donde ocurre una crisis psiquiátrica. Los servicios que proporcionan están disponibles las 24 horas del día todos los días de la semana para cualquier persona que lo necesite, ya sea en su domicilio, en una escuela, en la calle o en una clínica. Para obtener más información, visite la página web del [Equipo móvil de ayuda en casos de crisis](#).

Administración de casos

- **Manejo de rutina de los casos:** Los servicios, que se prestan principalmente en el lugar (en las instalaciones de la LMHA o LBHA), facilitan la obtención y coordinación del acceso a la atención y los servicios que correspondan a las necesidades de la persona. Estos están disponibles en los niveles de atención 1M, 1S, 2, 5, así como en los casos de aparición temprana de la enfermedad en adultos. Para más información, visite la página web [Administración de casos](#).
- **Manejo de casos de nivel de atención intensiva:** Servicios que se prestan principalmente en la comunidad y ayudan a la persona a obtener un acceso coordinado a la atención y los servicios apropiados para sus necesidades. Disponibles en el nivel de atención: Jóvenes en transición a la edad adulta.

Capacitación en rehabilitación y habilidades

- **Rehabilitación psicosocial:** Intervenciones sociales, educativas, vocacionales, conductuales y cognitivas proporcionadas por miembros del

equipo de tratamiento y recuperación que ayudan a la persona a mejorar su capacidad para desarrollar y mantener relaciones y habilidades para vivir independientemente. También aumentan su capacidad para alcanzar objetivos educativos y ocupacionales, así como una vivienda segura. Este servicio incluye la planeación para el tratamiento y la recuperación, que contribuyen a superar el problema. Está disponible en los niveles de atención 3, 4 y 5. Para más información, visite la página web [Servicios para el adulto](#).

- **Capacitación y desarrollo de habilidades:** Capacitación que aborda aquellas enfermedades mentales graves y problemas relacionados con los síntomas que interfieren con el funcionamiento normal de la persona. Proporciona oportunidades para que la persona adquiera y mejore las habilidades necesarias para funcionar de manera apropiada e independiente, y facilita su integración en la comunidad. Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2 y 5. Para más información, visite la página web [Servicios para el adulto](#).
- **El manejo de la enfermedad y la recuperación:** Estos servicios ayudan a quienes tienen una enfermedad mental grave a trabajar con profesionales para reducir su vulnerabilidad a la enfermedad y lidiar con sus síntomas. La persona afectada descubre o redescubre sus puntos fuertes y habilidades para lograr sus metas personales y desarrollar un sentido de identidad, y de esta forma puede crecer más allá de su enfermedad mental. Los servicios están disponibles en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5. Para obtener más información, visite la página web [Prácticas y recursos basados en la experiencia](#).
- **Empleo asistido:** Servicios destinados a facilitar que las personas con una enfermedad mental grave adquieran estabilidad en el empleo, y a proporcionarles asistencia individualizada en la elección y obtención de un empleo competitivo en trabajos habituales en la comunidad. Las actividades incluyen:
 - Desarrollar habilidades para reducir o lidiar con los síntomas de una enfermedad mental grave que puedan dificultar el desempeño laboral.
 - Combinar las habilidades y preferencias de la persona con el mejor trabajo posible.
 - Ayuda con las solicitudes de empleo y la preparación de las entrevistas.
 - Abogar por la persona ante los posibles empleadores.
 - Proporcionar ilimitados recursos de apoyo para el trabajo.
 - Abordar cada experiencia laboral como una práctica de aprendizaje en la que no hay fracasos, sino solo lecciones aprendidas que se añadirán al conjunto de habilidades de la persona para planificar su próximo empleo.

Este servicio está disponible para los niveles de atención 1S, 2, 3, 4, 5, AEO y TAY. Para más información, visite la página web [Empleo asistido](#).

- **Vivienda permanente con servicios auxiliares:** Actividades de ayuda para que la persona elija, obtenga y conserve una vivienda estable en la comunidad. Los servicios consisten en ayuda para encontrar y mudarse a una vivienda habitable, asequible e integrada (por ejemplo, un lugar donde el

número de unidades ocupadas por personas con enfermedad mental grave sea menos del 50 por ciento). Este servicio está disponible para los niveles de atención 1S, 2, 3, 4, 5, AEO y TAY. Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).

- **Apoyo entre iguales:** Mediante este modelo de atención de salud mental basado en la experiencia, un proveedor de apoyo entre iguales capacitado, que haya pasado por experiencias similares a las de la persona, le ayuda a esta a recuperarse de una enfermedad mental y trastornos por el consumo de sustancias. Como complemento de los servicios clínicos profesionales ofrecidos por otros miembros del equipo, el apoyo entre iguales es el proceso de dar y recibir ánimo y confortar a la persona para que logre la recuperación a largo plazo. Sus compañeros le ofrecen aliento emocional, comparten con la persona sus conocimientos, le enseñan habilidades, le procuran asistencia práctica y la conectan con vías de acceso a recursos, oportunidades y comunidades de apoyo. Este servicio está disponible en los niveles de atención 1M, 1S, 2, 3, 4, 5, AEO y TAY. Para más información, visite la página web [Apoyo entre iguales: Salud mental del adulto](#).

Vivienda

- **Healthy Community Collaborative (HCC):** El programa HCC ofrece servicios para las personas sin hogar con enfermedades mentales o trastornos por consumo de sustancias, incluida la asistencia para la vivienda. Los colaboradores trabajan juntos para lograr que las personas reciban atención de calidad y puedan entender el tipo de atención que recibieron. Este servicio está disponible en todos los niveles de atención. Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).
- **Vivienda permanente con servicios auxiliares:** Conjunto de actividades que permiten a la persona elegir, obtener y mantener una vivienda estable en la comunidad. Los servicios proporcionan asistencia para encontrar y mudarse a una vivienda habitable, asequible e integrada (por ejemplo, un lugar donde el número de unidades ocupadas por personas con enfermedad mental grave es menos del 50 por ciento). Este servicio está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4, 5 y AEO (aparición temprana en el adulto). Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).
- **Sección 811:** Este programa proporciona asistencia para el alquiler a personas con discapacidades que tienen bajos ingresos y están vinculadas a servicios a largo plazo. La prestación de estos servicios depende del nivel de atención y de la disponibilidad del programa (su ubicación). Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).
- **Asistencia para vivienda de alquiler con servicios auxiliares:** Fondos de ayuda proporcionados a las LMHA y LBHA para personas con enfermedad mental grave que no tienen hogar o están en riesgo de quedarse sin hogar. Los fondos se destinan a pagos únicos o limitados con el fin de mantener a la persona en una vivienda o para que se mude rápidamente a esta, en función de la necesidad identificada de cada persona. Para recibir estos servicios, se

aplican otros requisitos, cuya información puede consultarse a través de su centro local. La prestación de estos servicios depende del nivel de atención y la disponibilidad del programa (su ubicación). Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).

- **El acceso al proyecto:** Este programa de vivienda es administrado por el Departamento de Vivienda y Asuntos Comunitarios de Texas en colaboración con la HHSC. El programa proporciona 10 vales de elección de vivienda (asistencia para el alquiler basada en el inquilino) y servicios de apoyo proporcionados por la LMHA o LBHA a personas que se encuentran en una cama de hospital psiquiátrico financiada por el estado o que han sido dadas de alta recientemente. Este servicio está disponible en todos los niveles de atención. Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).
- **Proyectos de Asistencia en la Transición para Personas sin Hogar (PATH):** El programa PATH proporciona determinados servicios a personas sin hogar o que están en riesgo inminente de quedarse sin hogar, y que tienen enfermedades mentales graves (quienes reciben los servicios del programa también podrían tener trastornos coexistentes por consumo de sustancias). PATH proporciona los servicios siguientes:
 - Extensión de servicios a personas necesitadas
 - Examen inicial de selección, valoración del diagnóstico y tratamiento
 - Habitación y rehabilitación
 - Servicios de salud mental en la comunidad
 - Tratamiento ambulatorio de la adicción al alcohol y las drogas (para personas con enfermedad mental grave)
 - Administración de casos
 - Derivación a servicios de atención médica primaria, capacitación laboral, servicios educativos, actividades de prevención del virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) y servicios de vivienda adecuados.
 - Asistencia para obtener servicios de apoyo con ingresos, incluidos los de la Seguridad de Ingreso Suplementario, y de un representante del beneficiario conforme a las regulaciones apropiadas
 - Servicios de vivienda, incluida la planificación para el alojamiento
 - Asistencia técnica para solicitar ayuda para vivienda
 - Coordinación de la vivienda y los servicios (mejora en la coordinación de estos servicios). Para más información, visite la página web [Salud mental del adulto: Vivienda](#).

Empleo y educación

- **Empleo asistido:** Servicios creados para que las personas con enfermedad mental grave logren estabilidad en el empleo; a estas se les proporciona asistencia individualizada con el fin de que puedan elegir y obtener un empleo competitivo en trabajos estables en la comunidad. Al respecto, las siguientes actividades se llevan a cabo:

- Desarrollo de habilidades para reducir o lidiar con los síntomas de una enfermedad mental grave que podrían dificultar un desempeño laboral normal.
- Combinar las habilidades y preferencias de la persona con el mejor empleo posible.
- Ayuda para presentar las solicitudes de empleo y prepararse para las entrevistas.
- Interceder en favor de la persona ante posibles empleadores.
- Proporcionar ilimitados recursos de apoyo para el trabajo.
- Enfocar cada experiencia laboral como una práctica de aprendizaje en la que no hay fracasos, sino solo lecciones aprendidas que se añadirán al conjunto de habilidades de la persona y le permitirán planificar su próximo empleo.

Este servicio está disponible para los niveles de atención 1S, 2, 3, 4, 5, AEO y TAY. Para obtener más información, visite la página web sobre [Empleo asistido](#).

- **Educación asistida:** Estos servicios se ofrecen a veces junto con los servicios de empleo asistido con el fin de que la persona logre sus metas educativas. Los servicios animan a la persona a pensar y planificar su futuro, y promueven el desarrollo profesional para mejorar las oportunidades de trabajo a largo plazo. Estos servicios están disponibles en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4, 5, AEO y TAY.
- **Beneficios del consumidor:** A las personas que reciben servicios se las refiere habitualmente a la oficina de beneficios del consumidor de la LMHA o LBHA. El representante de beneficios ayuda a la persona a llenar la solicitud para la [Seguridad de Ingreso Suplementario](#) o la Seguridad de Ingreso Suplementario por Discapacidad. Este representante ayuda también a tramitar reclamaciones, revisar las reclamaciones, tomar notas y ofrecer información sobre cómo obtener los beneficios que la persona necesite. El servicio está disponible en todos los niveles de atención.

Orientación psicológica

- **Terapia cognitiva conductual:** Un método de tratamiento individual, familiar o de grupo cuyo propósito es disminuir los síntomas de la enfermedad mental de la persona. También se utiliza para aumentar la capacidad de la persona para realizar las actividades diarias. Esta terapia es el tratamiento de preferencia para la orientación psicológica de adultos. El servicio proporciona la planeación del tratamiento y la recuperación para mejorar la capacidad de recuperación y la resiliencia, y está disponible en los niveles de atención 2, 4 y 5. Para obtener más información, visite la página web [Terapia para la salud mental del adulto](#).
- **Terapia de procesamiento cognitivo:** Es una terapia individual cuyo objetivo es reducir o eliminar los síntomas de un trastorno por estrés postraumático. Este tipo de terapia es el tratamiento preferido para los adultos con trastorno por estrés postraumático, incluidos los veteranos de las fuerzas armadas. Este servicio proporciona planeación para el tratamiento y

la recuperación para mejorar la capacidad de recuperación y la resiliencia, y está disponible en los niveles de atención 1S, 2, 3, 4 y 5. Para obtener más información, visite la página web [Terapia para la salud mental del adulto](#).

Programas especializados

- **Tratamiento comunitario asertivo:** Esta práctica basada en la experiencia utiliza el modelo de planeación para la recuperación centrada en la persona. Quienes reciben estos servicios tienen una enfermedad mental grave que afecta su calidad de vida. La mayoría de los afectados no suele mejorar después de usar los programas tradicionales para pacientes ambulatorios. El objetivo de estos servicios es facilitarles la vida en la comunidad, la rehabilitación psicosocial y la recuperación. Este programa está disponible en el nivel de atención 4. Para más información, visite la página web [Tratamiento comunitario asertivo](#).
- **Atención especializada coordinada para un primer episodio de psicosis:** Este tipo de atención es un modelo de equipo creado para satisfacer las necesidades de personas de entre 15 y 30 años de edad que han experimentado su primer episodio de psicosis en los últimos dos años. El modelo hace hincapié en una toma de decisiones compartida y un enfoque centrado en la recuperación. El programa está disponible para el nivel de atención de la enfermedad en su aparición temprana y se proporciona en determinadas ubicaciones en todo el estado. Para más información, visite la página web [Atención especializada coordinada](#).
- **Jóvenes en transición a la edad adulta:** Los servicios de este programa se proporcionan a jóvenes de 15 a 20 años de edad. Los jóvenes de este grupo de edades experimentan enormes cambios en todos los aspectos de la vida y necesitan ser diagnosticados y atendidos en la etapa más temprana posible. Estos programas fomentan ambientes donde los jóvenes puedan adquirir las habilidades necesarias para salir adelante en la edad adulta, a la vez que se les proporciona acceso a valoraciones basadas en la experiencia, modelos de tratamiento y servicios de recuperación. Estos servicios están disponibles para el nivel de atención de jóvenes en edad de transición.
- **Servicios en el Hogar y la Comunidad: Salud mental del adulto (HCBS-AMH):** HCBS-AMH es un programa que proporciona servicios en el hogar y en la comunidad, más allá de los servicios tradicionales de salud mental, a adultos con enfermedades mentales graves que cumplen con otros criterios adicionales basados en las necesidades. El programa proporciona una serie de servicios, adecuados a las necesidades de cada persona, para que pueda vivir y desempeñarse con éxito en su comunidad de elección. Los servicios están diseñados para facilitar la recuperación a largo plazo de la enfermedad mental e incluyen lo siguiente:
 - Manejo de la recuperación
 - Rehabilitación psicosocial en HCBS-AMH
 - Apoyos y tratamiento psiquiátricos en la comunidad
 - Servicios de asistencia en la transición
 - Servicios para el trastorno por consumo de sustancias

- Apoyo entre iguales
- Servicios para el empleo
- Servicios de transporte
- Ayudas para la adaptación
- Apoyo para vivir en casa
- Comidas a domicilio
- Cuidado en hogar anfitrión o por un acompañante
- Servicio de respiro (a corto plazo)
- Vida asistida
- Servicios de vivienda supervisada
- Cambios menores a la casa
- Financiación Flex
- Servicios de enfermería

Para más información, visite la página web [Servicios en el hogar y la comunidad](#).

- **Reingreso a la comunidad con el apoyo entre iguales:** Mediante esta práctica, los proveedores de apoyo entre iguales calificados trabajan directamente con personas encarceladas, desde antes de que obtengan su libertad, para desarrollar un plan de tratamiento y recuperación de cara a su regreso a la comunidad, y les proporcionan servicios clínicamente adecuados para lograr la recuperación. El proveedor de apoyo entre iguales continúa confortando a las personas a medida que acceden a los servicios, la vivienda, el desarrollo de empleo, y conforme comienzan a construirse una base sólida para la recuperación mientras logran integrarse en entornos comunitarios positivos.

Coexistencia de trastornos psiquiátrico y por consumo de sustancias

- **Coexistencia de trastornos psiquiátrico y por consumo de sustancias:** Estos servicios se proporcionan de manera coordinada y se centran en personas con trastornos mentales y trastornos por el consumo de sustancias. La atención coordinada que se proporciona favorece un tratamiento coexistente con las mejores prácticas que apoyan a los afectados en su camino a la recuperación. Para más información, visite la página web [Coexistencia de trastornos psiquiátrico y por consumo de sustancias](#).

Servicios forenses

- **Restablecimiento de la competencia como paciente ambulatorio (OCR):** El objetivo de estos servicios basados en la comunidad consiste en que las personas que han sido declaradas incompetentes para ser juzgadas por un tribunal recuperen la competencia. En el caso de estas personas es necesario, además, que el tribunal haya declarado que no son peligrosas para nadie en su entorno. Quienes reúnan los requisitos para recibir estos servicios también pueden recibir toda la gama de servicios a disposición de

los beneficiarios de servicios de salud mental. Los servicios están disponibles para los niveles de atención 3 y 4.

- **Restablecimiento de la competencia en la prisión (JBCR):**

Estos servicios se proporcionan en las cárceles a quienes han sido declarados incompetentes para ser juzgados por el tribunal, y tienen como objetivo la recuperación de la competencia.

- **Oficina Correccional de Texas para Delincuentes con Discapacidades**

Médicas o Mentales: La Oficina Correccional de Texas para Delincuentes con Discapacidades Médicas o Mentales tiene contratos con las LMHA locales para la prestación de servicios de salud mental a personas en libertad condicional o vigilada. Las LMHA o LBHA trabajan en estrecha colaboración con los agentes de libertad condicional y libertad vigilada para que la persona pueda cumplir con las condiciones para su puesta en libertad, concretamente para que colabore de lleno en el tratamiento de su salud mental. Este servicio está disponible en los niveles de atención 3 y 4.

5. Determinar metas y elegir estrategias: La creación de un plan de tratamiento y recuperación

Su amigo o ser querido, una vez se le haya realizado la valoración y se le haya asignado un nivel de atención, describirá cuáles son sus puntos fuertes y necesidades, así como sus metas y sus recursos, con el fin de armar su propio plan de tratamiento y recuperación. Esta colaboración con el equipo de tratamiento y recuperación le da a su ser querido la oportunidad de formar parte del proceso desde un principio, además de platicar sobre cualquier duda que pueda tener. Este plan, que también describirá los servicios prestados con el fin de que la persona desarrolle resiliencia y capacidad de recuperación, se revisa y actualiza cada 180 días para dar seguimiento al progreso.

Después de que el plan de tratamiento y recuperación haya sido elaborado, a la persona se le asigna un equipo de profesionales para la recuperación que le proporcionarán los servicios y todo tipo de apoyos. A veces, una sola persona se encarga de proporcionar distintos tipos de servicios. Para obtener más información, refiérase al glosario al final de esta guía.

La creación de puntos fuertes y resiliencia: El alta

El progreso incluye la reducción de los síntomas y la mejora de los puntos fuertes, ambos esenciales para desarrollar la resiliencia que su ser querido necesitará a lo largo de su vida.

Es nuestro deseo que los servicios prestados, dentro del sistema de salud mental de Texas, proporcionen a los beneficiarios la resiliencia, esperanza y recuperación que necesitan. Toda persona es capaz de desarrollar un saludable sentido de identidad y bienestar, y puede salir adelante en su trabajo, su vida personal y en la comunidad. El centro de salud mental en la comunidad está siempre a su disposición para ofrecer su apoyo a quien lo necesite.

Preguntas frecuentes

- **¿Qué puedo hacer si algo me preocupa sobre la atención que mi ser querido recibe o que ya recibió?**
 - Los proveedores de servicios de su LMHA, LBHA o centro de salud mental de la comunidad tienen el mayor interés en ayudar a encontrar soluciones a los desafíos que enfrente su ser querido. Primero, trate de hablar con alguien del equipo de recuperación y tratamiento (el administrador de casos, el terapeuta, el médico, etc.) sobre el tema que le preocupa. Ellos

se sentarán con usted para platicar sobre cualquier duda o asunto que le inquiete.

- Si usted no está satisfecho con el resultado de su conversación, pídale al personal de recepción en su centro que lo comunique con el funcionario de protección de derechos del cliente. Todas las LMHA y LBHA cuentan con un funcionario de protección de derechos del cliente que le ayudará a resolver cualquier inquietud relacionada con la atención prestada a su ser querido.

- **¿Qué sucede si mi LMHA o LBHA no atienden las inquietudes o quejas que les he presentado?**

- Si hablar con el funcionario de protección de derechos del cliente no resuelve su preocupación, puede comunicarse con la Oficina de Servicios al Consumidor y Protección de Derechos de la HHSC en Austin:

Office of the Ombudsman
Ombudsman for Behavioral Health
Texas Health and Human Services Commission
Mail Code H700
P.O. Box 13247
Austin, TX 78711
1-800-252-8154

- **¿Qué sucede si mi ser querido es incluido en una lista de espera para recibir servicios?**

- Si su ser querido tiene cobertura de Medicaid, **es probable que no** sea incluido en una lista de espera para recibir atención de salud mental en la LMHA o LBHA. Pero si no tiene cobertura de Medicaid, podría ser incluido en una lista de espera en función de la capacidad de la LMHA o LBHA.

- **En cualquier momento en que su ser querido experimente un episodio de crisis, reúne automáticamente los requisitos para recibir servicios psiquiátricos de inmediato. Vea la página 3 de esta guía, si usted piensa que su ser querido está experimentando una crisis psiquiátrica.**

- Si a su ser querido se le incluye en una lista de espera para recibir servicios, un empleado de la LMHA o LBHA se comunicará con usted al menos cada 30 días, mientras esté en espera de recibir los servicios, para verificar el estado de salud de su ser querido. Comuníquese con la LMHA o LBHA si piensa que el estado de salud de su ser querido ha empeorado.
- Si su ser querido permanece en una lista de espera un año completo antes de recibir los servicios, un empleado de la LMHA o LBHA se

comunicará con usted para programar otra valoración completa con objeto de determinar si sus necesidades han cambiado.

- **¿Qué sucede si mi ser querido tiene un tipo de necesidades que no pueden ser atendidas en mi LMHA o LBHA?**
 - Si la valoración realizada por la LMHA o LBHA indica que su ser querido tiene un determinado tipo de necesidades que no pueden ser atendidas en el centro, su administrador de casos o terapeuta probablemente le recomendarán distintos proveedores en la comunidad con la formación, experiencia y recursos necesarios para atender esas necesidades en concreto. Si el personal del centro no le ha ofrecido referencias de proveedores en la comunidad, simplemente pídale que se las proporcionen. El personal le ayudará a encontrar los recursos apropiados.
- **¿Cómo puedo saber si mi ser querido reúne los requisitos para recibir ayuda económica?**
 - Todas las LMHA o LBHA aceptan Medicaid. Pregunte en su centro si puede obtener ayuda para acceder a los servicios de otros programas estatales o federales, u obtener información sobre las oficinas locales de esos programas.
- **¿Qué recursos en la comunidad podrían ayudar a mi ser querido?**
 - Llame al 211. El propósito de este programa es ayudar a que la población en Texas tenga acceso a los servicios que necesita. Con este objetivo, el programa ofrece, ya sea por teléfono o en línea, información precisa, bien organizada y fácil de encontrar sobre más de 60 mil programas estatales y locales de salud y servicios humanos.

6. Glosario de términos técnicos

Valoración: proceso sistemático para medir las necesidades de servicios de una persona.

Trastorno bipolar: enfermedad mental caracterizada por fluctuaciones del estado de ánimo que oscilan entre periodos de emociones elevadas y periodos de depresión.

Administración de casos: la coordinación de distintos servicios comunitarios, su supervisión y el apoyo emocional a las personas que sufren de problemas continuos de salud mental. El servicio de administración de casos proporciona también apoyo emocional a los seres queridos de las personas afectadas.

Clínico: un médico u otro profesional de la medicina calificado que se dedica al tratamiento y la observación directa de los pacientes, a diferencia de los médicos que se dedican a la investigación.

Confidencial: aquello que se dice, se documenta por escrito o se hace en estricta reserva o privacidad.

Coexistencia de trastornos psiquiátrico y por abuso de sustancias (COPSD): diagnóstico que incluye problemas de abuso y dependencia de sustancias junto con problemas de salud mental.

Deteriorarse: pasar a un peor estado de salud.

Diagnóstico: el proceso de determinar, mediante un examen médico, la naturaleza y circunstancias de una enfermedad; o decisión a la que se llega a partir de dicho examen.

Plan para el alta: un plan por escrito que aborda las necesidades y objetivos actuales del paciente, especifica los servicios que se le van a prestar y quién los va a prestar. Entre las áreas que deben tratarse en el plan para el alta se encuentran: servicios de salud mental, administración de casos, arreglos de alojamiento, asistencia económica, capacitación vocacional, transporte y medicamentos.

Práctica basada en la experiencia (EBP): "es la integración de la experiencia clínica individual con la mejor evidencia clínica externa disponible a partir de una investigación sistemática" (Sackett D, 1996). Consiste en la integración de la experiencia clínica, los valores del paciente y los mejores datos de investigación en el proceso de la toma de decisiones para proporcionar una atención médica personal.

Admisión: una evaluación completa realizada por un profesional de la salud mental capacitado o un practicante de las artes curativas titulado para identificar las necesidades de salud mental de la persona, que podrían incluir la prestación de servicios, ya sea en la comunidad o en el centro de salud mental.

Intervención: las medidas adoptadas para mejorar una situación, especialmente un trastorno médico, conductual o social.

Nivel de atención (LOC): las clasificaciones estandarizadas de servicios de salud mental de la HHSC, basadas en las [Pautas y manual de gestión del uso de servicios](#), los cuales especifican el tipo, la cantidad y la duración de los servicios de rehabilitación en salud mental que se proporcionarán a una persona.

Autoridad local de salud mental (LMHA): una entidad dentro de una región específica, con la autoridad y responsabilidad delegadas por la HHSC, para gestionar la planificación, la creación de políticas, la coordinación y el desarrollo y asignación de recursos, así como para supervisar y garantizar la prestación de servicios de salud mental a personas con enfermedades mentales en una o más áreas de servicio locales. En varios condados dentro del área metropolitana de Dallas-Fort Worth, dos entidades designadas como autoridad local de salud mental desempeñan la misma función que una LMHA.

Practicante de las artes curativas titulado (LPHA): es un médico titulado que proporciona algunos o todos los servicios de rehabilitación en salud mental, así como servicios de administración de casos de salud mental.

Entrevista motivacional (MI): una forma de orientación colaborativa, centrada en la persona, con el fin de obtener y fortalecer la motivación para el cambio. Es un estilo de terapia que se identifica con los sentimientos de la persona y le da apoyo emocional, de manera que se crean las condiciones para que ocurra el cambio. Quienes practican la entrevista motivacional tratan de evitar cualquier discusión o confrontación, ya que con ellas se aumentaría la actitud defensiva y la resistencia de una persona.

Servicios de apoyo entre iguales: un modelo de atención de salud mental basado en la experiencia mediante el cual un proveedor calificado, que ha pasado por la misma experiencia que vive el paciente, le da su apoyo durante el proceso de recuperación de la enfermedad mental y los trastornos por el consumo de sustancias.

Planeación para la recuperación centrada en la persona (PCRP): un proceso de colaboración entre la persona, el proveedor del tratamiento y quienes son los apoyos naturales de la persona. El objetivo de esta colaboración es desarrollar e implementar un plan de acción para que la persona logre alcanzar sus metas personales en su camino hacia la recuperación.

Trastorno por estrés postraumático (PTSD): una afección de la salud mental desencadenada por un suceso que le provoca terror a la persona. La persona desarrolla este trastorno al experimentar directamente el suceso traumático o al presenciarlo como testigo. Los síntomas pueden incluir visiones de recuerdos, pesadillas, ansiedad grave y pensamientos incontrolables sobre el suceso traumático.

Psicosocial: se refiere al desarrollo psicológico de la persona en un entorno social y su interacción con él.

Rehabilitación psicosocial: intervenciones sociales, educativas, vocacionales, conductuales y cognitivas proporcionadas por los miembros del equipo de recuperación y tratamiento de una persona, con el fin de que mejore su capacidad de relacionarse con los demás y conservar esas relaciones, alcanzar logros laborales o educativos y desarrollar habilidades para vivir de manera independiente y obtener una vivienda. Para facilitar la recuperación de la persona, este servicio incluye la planeación para la recuperación y el tratamiento.

Medicamento psicoactivo: sustancia química que atraviesa la barrera hematoencefálica y actúa principalmente sobre el sistema nervioso central, donde afecta la función cerebral y produce alteraciones de la percepción, el estado de ánimo, la conciencia, la cognición y el comportamiento.

Psicoeducación: educación que se ofrece a las personas con problemas de salud mental y a sus familias para ayudarles a adquirir confianza en sí mismas y lidiar con su afección de la mejor forma posible.

Psicoterapia: interacción terapéutica o tratamiento que se lleva a cabo entre un profesional capacitado y un cliente, paciente, familia, pareja o grupo.

Psicosis: trastorno mental caracterizado por una "pérdida de contacto con la realidad". Las personas que experimentan psicosis pueden presentar cambios de personalidad y trastornos del pensamiento. En función de la gravedad, la psicosis puede ir acompañada de comportamientos inusuales o extraños, así como de dificultades en la interacción social y el impedimento para llevar a cabo las actividades de la vida diaria.

Profesional de la salud mental titulado. Servicios en la comunidad: persona que ha recibido capacitación y posee acreditación especial para proporcionar todos los servicios de rehabilitación en salud mental o una parte de ellos, así como servicios de administración de determinados casos de salud mental.

Recuperación: un proceso de cambio a través del cual las personas mejoran su salud y bienestar, logran llevar una vida independiente y se esfuerzan por alcanzar con éxito sus expectativas.

Rehabilitación: uno o varios tratamientos creados para facilitar el proceso de recuperación de una lesión, enfermedad o dolencia y pasar a un estado de salud tan normal como sea posible.

Recaída: el regreso de una enfermedad o un comportamiento después de un periodo de mejora.

Resiliencia: la capacidad de superar desafíos y adaptarse a situaciones estresantes o que transforman la vida de la persona.

Servicios de respiro: servicios de cuidado a corto plazo para una persona con problemas de salud mental, intelectuales o del desarrollo, del comportamiento o físicos. Su propósito es dar al familiar o al cuidador habitual del beneficiario un descanso de tiempo limitado en la atención de rutina que aquellos le prestan.

Esquizofrenia: trastorno mental caracterizado por un comportamiento social anormal y la incapacidad de reconocer lo que es real.

Examen inicial: el contacto inicial entre un clínico y un posible paciente para recabar datos demográficos y otra información, según sea necesario, para determinar la necesidad de los servicios y si la persona llena los requisitos para recibirlos.

Enfermedad mental grave (SMI): se puede considerar que un adulto tiene una enfermedad mental grave y puede recibir servicios de salud mental si presenta un impedimento funcional significativo debido a un trastorno de salud mental, según se defina en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [DSM-5]), 5.ª edición, entre los que se incluyen:

- Trastorno depresivo mayor (que puede consistir en un solo episodio), o trastorno depresivo mayor recurrente
- Trastorno por estrés postraumático
- Trastorno esquizoafectivo, incluidos los de tipo bipolar y depresivo
- Trastorno obsesivo compulsivo
- Trastorno de ansiedad
- Trastorno por déficit de atención
- Trastorno delirante
- Bulimia nerviosa, anorexia nerviosa u otros trastornos alimentarios no especificados de otra manera
- Cualquier otro trastorno de salud mental diagnosticado

El diagnóstico una sola vez por abuso de sustancias, el trastorno del desarrollo intelectual, cualquier trastorno del desarrollo (por ejemplo, el autismo) u otra afección orgánica (por ejemplo, un traumatismo craneal o la demencia) no se ajustan a la definición estándar de enfermedad mental grave.

Ingreso del Seguro Social por Discapacidad (SSDI): este programa es el más amplio de varios programas federales que ofrecen asistencia a las personas con

discapacidades. Es gestionado por la Administración del Seguro Social y solo las personas que tienen una discapacidad y cumplen con los criterios médicos pueden recibir beneficios.

Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI): programa federal de ingresos suplementarios financiado con ingresos de los impuestos públicos (no por impuestos del Seguro Social). Su propósito es prestar ayuda a los adultos mayores, las personas ciegas y aquellas con discapacidades que tienen bajos ingresos o carecen de ellos. También proporciona ayuda en efectivo para cubrir las necesidades básicas de alimentación, vestido y alojamiento.

Sintomatología: conjunto de síntomas que caracterizan a una afección o problema médicos que presenta el paciente.

Enfoque global: atención médica cuya filosofía se basa en un proceso de planificación definido, y se utiliza para crear relaciones constructivas y redes de apoyo entre menores de edad y jóvenes con trastornos emocionales o de conducta y sus familias. Se lleva a cabo en la comunidad; es un proceso individualizado y culturalmente sensible, y se centra en la familia y en sus puntos fuertes.

7. Glosario. Profesionales del equipo de recuperación

Psiquiatra: el médico especialista en psiquiatría. El psiquiatra realiza el diagnóstico en salud mental, receta medicamentos y proporciona psicoeducación.

enfermera titulada: persona con título profesional y autorización del consejo de enfermería para ejercer como enfermera de práctica avanzada que tiene como base un programa educativo avanzado.

Auxiliar de enfermería: persona titulada para ejercer como enfermera auxiliar.

Administrador de casos: coordina los servicios, vigila el progreso del plan de recuperación, recomienda recursos en la comunidad e intercede en favor de la persona afectada por problemas de salud mental.

Profesional de salud mental calificado (servicios comunitarios): persona con capacitación especial en diversas prácticas basadas en la experiencia que ayudan a abordar las necesidades conductuales relacionadas con el diagnóstico de salud mental de la persona.

Terapeuta: los terapeutas son profesionales de la práctica clínica titulados en salud mental con formación en terapias de orientación psicológica que abordan las necesidades emocionales relacionadas con el diagnóstico de salud mental de una persona. En general, a este grupo pertenecen los terapeutas titulados, los trabajadores sociales clínicos titulados o los terapeutas matrimoniales y familiares, entre otros.