

Pennsylvania HealthChoices

# Boletín para el miembro

## Un par especialista ofrece una visión experimentada

Los Pares Especialistas Certificados (CPS, por sus siglas en inglés) ayudan a aquellas personas de 14 años de edad y mayores. Ayudan a aquellas personas que viven con Enfermedades Mentales Graves (SMI, por sus siglas en inglés). Todos los especialistas capacitados han vivido con experiencias de salud mental. Más de 200 estudios respaldan el uso de Pares Especialistas.

Un CPS brinda apoyo para los objetivos individuales. Tratan de inspirar esperanza. Se centran en la recuperación y en la resiliencia. Son modelos a seguir.

### Objetivos de los CPS

- Brindar seguridad
- Enseñar nuevas destrezas de recuperación
- Brindar apoyos
- Promover los servicios disponibles
- Promover los recursos de la comunidad
- Desarrollar el bienestar
- Compartir los principios
- Explorar las redes sociales

### Una encuesta que es útil

En febrero de 2015 hicimos una encuesta a algunos de nuestros miembros. La encuesta se centró en aquellos que utilizaban servicios CPS. Se devolvieron un total de 266 encuestas.

Cada miembro tenía SMI. Un proveedor contratado se ocupaba de cada miembro.

Las preguntas de la encuesta se centraban en la calidad y la recuperación. Las encuestas se enviaron a los cinco condados de nuestra área de atención.

Después de la encuesta, estudiamos los tres años anteriores. Escogimos a 778

### RESPUESTAS A LA ENCUESTA

El **98%** estaba conforme con sus Servicios de Pares y notaron mejores relaciones, auto-cuidado y empleo como los motivos

El **96%** recibió ayuda en evitar la admisión en un hospital

## Hay disponibilidad de apoyo comunitario

- Redes de pares
- Líneas de advertencia de pares
- Redes familiares
- Equipos de satisfacción del consumidor y familiar
- Fuerza especial de empleo de pares
- Especialistas certificados en recuperación
- Grupos de consejería familiar
- Grupos en el condado
- Eventos locales

### Condado de Bucks

- Voice and Vision, Inc.: 800-734-5665
- Lenape Valley Foundation Peer WarmLine: 215-896-9717

### Condado de Delaware

- Equipo de satisfacción del consumidor: 610-713-5915
- Línea de advertencia: 855-464-9342

### Condados de Lehigh y Northampton

- Recovery Partnership, Lehigh Valley Consumer/Family Satisfaction Team, Inc.: 610-861-2741
- Línea de PARES de Recovery Partnership del Condado de Northampton: 855-727-3377

### Montgomery County

- Mentoría de familias y red de defensoría: 267-507-3486
- Equipo de satisfacción del consumidor-Hopeworx: 610-270-3685
- Líneas de charla con pares: 855-715-8255

## Upcoming MY LIFE meetings by county

Llame para confirmar fechas y lugares de las reuniones. O visite [www.MagellanoPA.com](http://www.MagellanoPA.com) y haga clic en MY LIFE.

**Bucks:** 13 de abril al 11 de mayo, 8 de junio, 5:30 a 7:30 p.m., Abington Centro de Salud, Warminster. Contacto Emily Ferris: 215-504-3960.

**Delaware:** 11 de abril, 9 de mayo, 13 de junio, 6:30 a 8 p.m., YMCA, Lansdowne. Comuníquese con Shawn Carroll: 215-504-3934.

**Lehigh/Northampton:** 8 de abril al 13 de mayo, 10 de junio, 5 a 7 p.m., St. Paul's United Church of Christ, Allentown. Comuníquese con Michele Davis: 610-814-8006.

**Montgomery:** 12 de abril al 10 de mayo, 14 de junio, 5:30 a 7:30 p.m., Biblioteca Pública de Norristown, Norristown. Contacto Tim Connors: 215-504-3961.

## Concientización de Salud Mental

Abril es el mes nacional sobre la Concientización del autismo  
[www.autism-society.org](http://www.autism-society.org)

Mayo es el mes nacional sobre la Salud mental  
[www.nami.org](http://www.nami.org)

Junio es el mes de la Concientización del TEPT  
[www.ptsd.va.gov](http://www.ptsd.va.gov)

## Cómo reportar fraude, derroche o abuso del sistema:

Línea directa de la Unidad de Investigaciones Especiales:  
1-800-755-0850

Línea directa de Cumplimiento Corporativo: 1-800-915-2108

de nuestros miembros que vivían con SMI. Todas estas personas utilizaban servicios CPS. Un proveedor contratado se ocupaba de cada miembro.

Un segundo grupo incluía a 805 de nuestros miembros. Todo estos miembros también tenían SMI. Este segundo grupo no utilizan servicios CPS. Un proveedor contratado se ocupaba de cada miembro de este grupo.

### Resultados positivos cuando se incluyen servicios CPS

- Disminución del 43% en admisiones psiquiátricas como paciente hospitalizado
- Disminución del 16% en el uso de un servicio para situaciones de crisis
- Disminución del 14% en admisiones días como paciente hospitalizado psiquiátrico
- Disminución del 20% en gastos como paciente hospitalizado y situaciones de crisis
- Disminución del 15% en gastos por miembro

### Ubicación del servicio CPS

Nuestra encuesta demostró que nuestros servicios CPS son fáciles de programar. Satisfacen las necesidades individuales. La mayoría de los miembros se reúnen semanalmente con sus CPS. Según nuestra encuesta, los servicios por lo general se dan en los siguientes lugares.<sup>1</sup>

- En casa: 56%
- Centro comunitario de recuperación: 21%
- Espacio público: 41%
- Consultorio del médico: 34%
- Otro: 4%

1. Se le pidió a un miembro corroborar cada respuesta aplicada.

### Tipo de servicios CPS

Cada miembros tiene un máximo de horas para servicios CPS. Los servicios se basan de acuerdo a las necesidades médicas. El tiempo máximo diario es de 4 horas. El tiempo máximo anual es de 225 horas. El uso de cada visita se centra de acuerdo a cada individuo.

Los servicios CPS por lo general ocurren en persona. La mayoría de las visitas son personalizadas. A veces es mejor en grupo. A veces es mejor una llamada telefónica. Las actividades sociales como las visitas no son una opción.

CPS sugiere el tipo de sesión preferida. El miembro luego acepta o no si este tipo de visita satisface sus objetivos. Esto crea los mejores resultados para el miembro.

### Siguientes pasos

¿Desea sentirse con más esperanzas? ¿Desea mejorar su autoestima? ¿Desea mejorar su calidad de vida? Si es así, un CPS podría ser una solución.

Llame hoy a Servicios para Miembros. Están disponibles durante las 24 horas del día. Los números de teléfono correspondientes a su condado se encuentran en el reverso de este boletín informativo. Consulte si un CPS es lo indicado para su situación.

# Recuperación y resiliencia: Principios fundamentales del tratamiento de Magellan

Una trabajo que a usted le guste. Buenas relaciones con amigos y familiares. Su propio hogar. La mayoría de nosotros damos las cosas por sentadas.

En Magellan, uno de los principales focos es ayudar a que las personas alcances sus objetivos para una vida mejor. Por ello es que la recuperación y la resiliencia están en el centro de lo que hacemos.

Creemos que todas las personas pueden recuperar del trauma, la tragedia y de los factores que causan estrés. Todos somos capaces de continuar con la vida y sentir esperanzas. Eso es la resiliencia.

Creemos que todas las personas pueden aprender, crecer y cambiar. Todos somos capaces de desarrollar una vida llena de significados y propósitos. Eso es la recuperación.

Ayudamos a las personas y a las familias a alcanzar una cantidad de cosas a través de la resiliencia y la recuperación:

- Un sentido de pertenencia.
- Destrezas para mejorar.
- Un lugar seguro para vivir.
- Una fuerte opinión en sus vidas.
- Días llenos de propósitos.
- Esperanzas para el futuro.

Apoyamos la resiliencia y la recuperación en todos nuestros programas. Nosotros:

- Apreciamos a quienes atendemos.
- Respetamos la cultura y el idioma.
- Nos comunicamos bien.
- Apoyamos las fortalezas y destrezas de los demás.
- Piense holísticamente sobre todas las áreas de la vida de las personas. Esto incluye su:
  - Salud física
  - Salud mental
  - Adicciones
  - Trasfondo
  - Educación
  - Trabajo
  - Relaciones
  - Situación habitacional
  - Espiritualidad
  - y más.
- Ofrecemos opciones significativas.
- Utilice los apoyos de pares, familiares y naturales.
- Ayudamos a que los demás desarrollen confianza.
- Celebramos y compartimos historias de éxito.
- Hacemos que las personas y sus familias participen en la planificación, entrega y evaluación de los servicios.
- Medimos, supervisamos y mejoramos.

¿Desea obtener más información sobre este tema?

Visite <http://www.MagellanHealth.com/training>.

## Eventos por condado

### Bucks

#### *Programas de apoyo comunitario*

*Lower Bucks:* Segundo jueves, Centro de Salud Mental PennDel, PennDel, 3 a 5 p.m. Contacto Nancy Scheible, NScheible@PennDelMHC.org, 267-269-7882.

*Central Bucks:* Primer miércoles, Lenape Valley Foundation, Doylestown, 11 a.m. a 12:30 p.m. Comuníquese con Phil Braun, Philip.Braun@LenapeVF.org, 215-893-5282.

*Upper Bucks:* Segundo viernes, Penn Foundation, Sellersville, 10:30 a.m. al mediodía. Comuníquese con A.J. Derro, DerroAJ444@gmail.com, 215-869-4722.

### Delaware

*3 de abril:* Capacitación multisistema, 8:30 a.m. a 4:30 p.m. DCIU. Comuníquese con Shannon Thomas, 610-713-2365.

*Taller de 8 semanas PEAK,* 30 de marzo a 18 de mayo, Buffet Ichiban en Springfield. Comuníquese con Marylou Shirley al 267-507-3796.

### Condados de Lehigh y Northampton

*Programa de Apoyo Comunitario,* 2do lunes, NAMI, 9:30 a 11 a.m. Comuníquese con Donna al 610-882-2102.

*5 de mayo:* Mental Health Walk, 10 a 2 Bethlehem Rose Gardens. Comuníquese con Angela al 610-861-2741.

*20 de mayo:* Rally in the Valley, 11 a.m. a 6 p.m., Cedar Crest College, Allentown. [www.rallyinthevalley.com](http://www.rallyinthevalley.com).

### Montgomery

*6 de abril:* MCIU Resource Expo, 6:30 a 8:30 p.m., Perkiomen Valley Escuela Secundaria. Contacto [kkoberlein@mciu.org](mailto:kkoberlein@mciu.org).

## Información de contacto y recursos

Las siguientes líneas telefónicas están listas 24 horas al día, siete días a la semana o visite [www.MagellanoPA.com](http://www.MagellanoPA.com).

### Condado de Bucks

Miembro: 1-877-769-9784

TTY: 1-877-769-9785 (8:30 a. m. a 6:00 p. m.)

TTY: 1-800-787-1730 (6:00 p. m. a 8:30 a. m.)

#### Información en caso de crisis y emergencia:

- Lenape Valley Foundation, Bristol: 215-785-9765
- Lenape Valley Foundation, Doylestown: 215-345-2273
- Crisis móvil de adultos Lenape Valley: 215-785-9765
- Penn Foundation, Sellersville: 215-257-6551 (servicios de crisis 7:00 a. m. a 11:00 p. m., todos los días)
- Acceso a los Servicios de crisis móvil de niños y adolescentes: 1-877-435-7709

### Condado de Delaware

Miembro: 1-888-207-2911

TTY: 1-888-207-2910 (8:30 a. m. a 6:00 p. m.)

TTY: 1-800-787-1730 (6:00 p. m. a 8:30 a. m.)

#### Información en caso de crisis y emergencia:

- Equipo de conexiones en caso de crisis: 855-889-7827
- Salud mental: 610-713-2365
- Drogas y alcohol: 610-713-2365
- Crozer-Chester Medical Center, Upland: 610-447-7600
- Mercy Fitzgerald Hospital, Darby: 610-237-4000

### Condado de Lehigh

Miembro: 1-866-238-2311 | TTY: 1-866-238-2313

Información en caso de crisis y emergencias: 610-782-3127

### Condado de Montgomery

Miembro: 1-877-769-9782

TTY: 1-877-769-9783 (8:30 a. m. a 6:00 p. m.)

TTY: 1-800-787-1730 (6:00 p. m. a 8:30 a. m.)

#### Información en caso de crisis y emergencias:

- Acceso a los Servicios de crisis móvil de adultos: 1-855-634-HOPE (4673) Línea para conversaciones de apoyo con compañeros: 1-855-715-8255
- Acceso a los Servicios de crisis móvil de niños y adolescentes: 1-888-HELP-414 o 1-888-435-7414 Línea para conversaciones entre adolescentes: 1-866-825-5856 (hablar) o 1-215-703-8411 (texto)
- Servicios de emergencia del condado de Montgomery: 610-279-6100 o 1-800-452-4189

### Condado de Northampton

Miembro: 1-866-238-2312 | TTY: 1-866-780-3367

Información en caso de crisis y emergencia: 610-252-9060

## Información de contacto del plan de atención a la salud física administrada de PA HealthChoices

Condados de Bucks, Delaware y Montgomery	Líneas del miembro	Para usuarios de TTY	Unidad de necesidades especiales	Sitio web
Keystone First	1-800-521-6860	1-800-684-5505	1-800-573-4100	<a href="http://www.keystonefirstpa.com">www.keystonefirstpa.com</a>
UnitedHealthcare Community Plan	1-800-414-9025	1-800-654-5984	1-877-844-8844	<a href="http://www.uhccommunityplan.com">www.uhccommunityplan.com</a>
Health Partners	1-800-553-0784	215-849-1579	215-967-4690	<a href="http://www.healthpartners.com">www.healthpartners.com</a>
Aetna Better Health	1-866-638-1232	1-866-638-1232	1-855-346-9828	<a href="http://www.aetnabetterhealth.com">www.aetnabetterhealth.com</a>
Condados de Lehigh y Northampton	Líneas del miembro	Para usuarios de TTY	Unidad de necesidades especiales	Sitio web
UnitedHealthcare Community Plan	1-800-414-9025	1-888-616-0021	1-877-844-8844	<a href="http://www.uhccommunityplan.com">www.uhccommunityplan.com</a>
AmeriHealth Caritas Pennsylvania	1-888-991-7200	1-888-987-5704	1-888-991-7200	<a href="http://www.amerihealthcaritasp.com">www.amerihealthcaritasp.com</a>
Gateway	1-800-392-1147	1-800-654-5988	1-800-392-1146	<a href="http://www.gatewayhealthplan.com">www.gatewayhealthplan.com</a>
Aetna Better Health	1-866-638-1232	PA Relay 7-1-1	1-855-346-9828	<a href="http://www.aetnabetterhealth.com">www.aetnabetterhealth.com</a>
UPMC for You	1-888-876-2756	1-800-361-2629	1-866-463-1462	<a href="http://www.upmchealthplan.com">www.upmchealthplan.com</a>

Línea de ayuda de HealthChoices: 1-800-440-3989 o [www.enrollnow.net](http://www.enrollnow.net); Información principal de Medicare: [www.benefitscheckup.org](http://www.benefitscheckup.org)