

# North Sound Mental Health Administration (NSMHA, Administración de Salud Mental de North Sound)

## Plan de Salud Mental de Pago Anticipado para Pacientes Internados, correspondiente a los condados de

Island, San Juan, Skagit, Snohomish y Whatcom

### Oficinas Administrativas

117 North First Street, Suite 8

Mount Vernon, WA 98273

Tel.: 360.416.7013

Tel. gratuito: 800.684.3555

Correo electrónico: [nsmha@nsmha.org](mailto:nsmha@nsmha.org)

Sitio web: <http://nsmha.org>

Fax: 360.416.7017

TTY: 360.419.9008

Tel. gratuito de los Defensores de la Salud  
(Ombuds): 888.336.6164

Esta publicación puede descargarse desde nuestro sitio web, <http://nsmha.org>, en las siguientes versiones: inglés, español, ruso, chino, coreano, lao, vietnamita, somalí y camboyano.

### ¿Cuáles son los objetivos de la North Sound Mental Health Administration (NSMHA)?

Nuestro propósito es mejorar la salud mental de nuestra comunidad y fomentar la rehabilitación de las personas con enfermedades mentales que reciben asistencia en la región de North Sound, mediante servicios de alta calidad y culturalmente competentes. Es la responsabilidad de la NSMHA asegurar que:

- Los servicios de atención de las crisis de salud mental estén disponibles las 24 horas, todos los días de la semana, para cualquier persona de la región.
- Los servicios de salud mental médicamente necesarios puedan brindarse sin demora y estén a disposición de todas las personas que tengan derecho a Medicaid.
- Todos los servicios cumplan con las normas más estrictas de atención de la salud.
- Todo tratamiento de salud mental esté orientado tanto al usuario como a las necesidades del público.
- El tratamiento sea individualizado y se funde en la importancia de la colaboración entre el paciente, la familia y la comunidad, a fin de abrir las puertas a la recuperación y la esperanza.
- La seguridad pública sea un factor fundamental.

- La continuidad de la atención satisfaga las necesidades de la persona en todos sus aspectos y que el acceso a otros servicios sea total.
- Los servicios estén adaptados y sean apropiados culturalmente.

*Lo invitamos a participar en las reuniones mensuales de la Junta Directiva y de la Junta Asesora, que se llevan a cabo en la Sala de Conferencias de la NSMHA, en 117 North First Street, Suite 8, Mount Vernon, Washington.*

*Reuniones de la Junta Directiva: de 1:30 p. m. a 3:00 p. m., el segundo jueves\* de cada mes.*

*Reuniones de la Junta Asesora: de 1:00 p. m. a 3:00 p. m., el primer martes\* de cada mes.*

*\* Para confirmar las fechas de las reuniones o para obtener más información, llame a la NSMHA al 360.416.7013 o visite nuestro sitio web <http://nsmha.org>.*

## Servicio de Atención al Usuario

### ¿Cómo puedo comunicarme con el Servicio de Atención al Usuario de la NSMHA?

De lunes a viernes, de 8.00 a. m. a 5.00 p. m., con exclusión de los días festivos: número de teléfono gratuito 1.800.684.3555/360.416.7013. Las personas con dificultades auditivas o del habla tengan a bien comunicarse con el sistema de teletipo (TTY) de la NSMHA al 360.419.9008/Servicio de Retransmisión del Estado de Washington al 1.800.833.6384. La NSMHA proporcionará servicios de interpretación de idiomas para las personas que tengan una competencia limitada del inglés.

### La Visión de la Esperanza y los Caminos hacia la Recuperación

La NSMHA está dedicada a la Visión de la Esperanza y los Caminos hacia la Recuperación para los usuarios de la región de North Sound. La recuperación es el proceso a través del cual una persona que padece una enfermedad mental puede recobrar la esperanza, la autoestima, la dignidad y el sentido de la vida.

### ¿Quién reúne los requisitos?

Usted y los miembros de su familia que vivan en los condados de Island, San Juan, Skagit, Whatcom o Snohomish.

### ¿Qué tipo de servicios se ofrecen?

- Breve tratamiento de intervención
- Servicios de asistencia ante crisis
- Apoyo diurno
- Tratamiento familiar
- Evaluaciones y tratamientos independientes
- Servicios de tratamiento individual
- Tratamiento ambulatorio intensivo
- Servicios de tratamiento grupal
- Evaluación de ingreso
- Administración de los medicamentos

- Control de los medicamentos
- Apoyo de pares/Centro de ayuda social
- Evaluaciones psicológicas
- Manejo de casos de rehabilitación
- Atención de relevo
- Club social de salud mental
- Empleo con apoyo
- Servicios de estabilización
- Psicoeducación terapéutica
- Evaluación de poblaciones especiales
- Servicios de interpretación auditiva y/o de idiomas
- Servicios culturalmente apropiados
- Servicios de salud mental en un entorno de residencia asistida

Los servicios mencionados se encuentran a disposición de los inscritos en Medicaid y de las personas no afiliadas a Medicaid que reúnan los requisitos necesarios, de acuerdo con los recursos disponibles.

#### ¿Qué servicios **NO** están incluidos?

- Transporte sin carácter de emergencia y no cubierto por Medicaid.
- Medicamentos recetados de uso no psiquiátrico.
- Servicios de prestadores que no pertenecen a la red de la NSMHA, a menos que la NSMHA los autorice.

Sitio web de la NSMHA: <http://nsmha.org>

Para mantener informada a la comunidad de salud mental, la NSMHA cuenta con un sitio web y publica el boletín de noticias *Recovery Around the Sound* (Recuperación en Sound). Visite <http://nsmha.org> para acceder a nuestro sitio web. Para suscribirse a nuestro boletín de noticias, llame al 360.416.7013/1.800.684.3555 o envíe un correo electrónico a [aroundthesound@nsmha.org](mailto:aroundthesound@nsmha.org).

## Defensores de la Salud (*Ombuds*)

Los Defensores de la Salud Regionales de North Sound brindan defensa y protección a todos los usuarios que soliciten o reciban servicios públicos de atención de la salud mental en los condados de Island, San Juan, Skagit, Snohomish y Whatcom. Comuníquese con los Defensores de la Salud regionales si siente que se han violado sus derechos o que no recibe los servicios adecuados. Los Defensores de la Salud se encargarán de llegar a una solución que se ajuste a sus necesidades. Los servicios son confidenciales y gratuitos, y la legislación lo protege de cualquier tipo de represalias.

Los Defensores de la Salud *pueden*:

- Abogar por los usuarios.
- Recibir quejas de los usuarios, o bien de sus familiares o sus amigos con el permiso firmado del usuario.

- Escuchar, registrar e investigar las quejas.
- Ayudar a resolver quejas de manera extraoficial, con el consentimiento del usuario.
- Investigar y analizar los hechos, las políticas, los contratos, los procedimientos y las leyes pertinentes a la queja.
- Asistir a los usuarios durante el proceso de la queja, la audiencia imparcial y la apelación, cuando corresponda.

#### Los Defensores de la Salud *no pueden*:

- Proporcionar asesoramiento legal.
- Brindar manejo de casos o terapia.
- Expresar opiniones médicas o clínicas.

#### ¿Cómo puedo comunicarme con los Defensores de la Salud?

309 South Third Street, Mount Vernon WA 98273, 360.419.3391/1.888.336.6164

Los Defensores de la Salud están a su disposición para reunirse con usted en un lugar acordado, si fuese necesario.

## ¿Son comunes las enfermedades mentales?

Aproximadamente 54 millones de estadounidenses padecen uno o más trastornos mentales. Alrededor de 19.6 millones de estadounidenses adultos, el 9.2%, sufren una enfermedad grave que interfiere considerablemente con una o más de las actividades cotidianas fundamentales. Cerca de 2.7 millones de niños, según informan sus padres/tutores, sufren problemas emocionales determinados o graves que pueden interferir con la vida en familia, la capacidad para aprender y la formación de amistades.

## ¿Cuáles son algunos de los síntomas de una enfermedad mental?

- Depresión prolongada (tristeza o irritabilidad)
- Delirios o alucinaciones
- Pensamientos de suicidio o muerte
- Somnolencia, cansancio excesivo o incapacidad de conciliar el sueño
- Aislamiento social
- Cambio repentino en la personalidad básica
- Deterioro de las relaciones sociales
- Sentimientos extremos de altibajos
- Comportamientos inexplicables, risas improcedentes, uso extraño de las palabras o del lenguaje
- Incapacidad de afrontar las actividades y los problemas diarios
- Llanto excesivo o incapacidad de llorar
- Sentimientos fuertes de enojo en comparación con la personalidad dócil y amable de antes
- Cambio repentino en el desempeño laboral o académico
- Abuso de sustancias adictivas

Si usted o un miembro de su familia presenta síntomas de una enfermedad mental, comuníquese con su médico o con un profesional de la salud mental para que le hagan una evaluación. También puede

acceder a los servicios públicos de salud mental llamando a la Access Line (Línea de Acceso), al 1.888.693.7200.

## ¿Qué son las instrucciones previas de salud mental?

Es un documento que describe lo que a usted le gustaría que suceda en caso de quedar incapacitado debido a una enfermedad mental y no poder comunicar sus intenciones eficazmente. Las instrucciones previas sirven para informar qué tipo de tratamientos usted acepta o no y para identificar a una persona a la cual usted le haya dado autoridad para tomar decisiones en su nombre.

## Sus derechos de salud mental

### ¿Cuáles son mis derechos como usuario de los servicios públicos de salud mental?

- Ser tratado con respeto y dignidad.
- Protección de la privacidad.
- Ayudar a desarrollar un plan de atención y servicios que se ajusten a sus necesidades.
- Participar en las decisiones relativas a la atención de su salud mental.
- Recibir servicios en un lugar sin obstáculos (accesible).
- Solicitar información acerca de los nombres, lugares, teléfonos e idiomas de los organismos locales.
- Recibir la cantidad y la duración de los servicios que usted necesita.
- Pedir información sobre la estructura y el funcionamiento de la NSMHA.
- Recibir servicios dentro de 2 horas para una situación de emergencia y dentro de 24 horas para una situación urgente.
- Estar libre de reclusión o restricciones.
- Recibir servicios apropiados según la edad y la cultura.
- Recibir los servicios de un intérprete certificado y traducciones sin cargo alguno.
- Entender las opciones y las alternativas de tratamiento disponibles.
- Rechazar cualquier tratamiento propuesto.
- Recibir una atención que no lo discrimine (por motivos de edad, raza, tipo de enfermedad, etc.).
- No someterse a ningún tipo de explotación o acoso sexual.
- Recibir una explicación de todos los medicamentos recetados y sus posibles efectos secundarios.
- Establecer un documento de instrucciones previas, donde se determinen sus elecciones y preferencias con respecto a la atención de su salud mental.
- Recibir servicios de calidad médicamente necesarios.
- Obtener una segunda opinión de un profesional de salud mental.
- Presentar una queja ante su organismo o ante la NSMHA.
- Presentar una apelación contra una Notificación de Acción por escrito emitida por el Plan de Salud de Pago Anticipado para Pacientes Internados (PIHP, por sus siglas en inglés), (para los inscritos en Medicaid).
- Escoger un prestador de atención de salud mental para usted o para su hijo menor de trece años.
- Cambiar de prestador de atención de salud mental durante los primeros 90 días y, a veces, con mayor frecuencia.
- Presentar una solicitud para llevar a cabo una audiencia (imparcial) administrativa.

- Pedir y recibir una copia de su historia clínica, y solicitar que se realice cualquier cambio.
- Estar libre de cualquier represalia.
- Solicitar las políticas y los procedimientos de la NSMHA y de la Community Mental Health Agency (CMHA, Agencia de Salud Mental de la Comunidad) que sean pertinentes a sus derechos.

Para presentar una queja por el incumplimiento de lo estipulado en las instrucciones previas de atención psiquiátrica, comuníquese con la Mental Health Division (MHD, División de Salud Mental), al 1.888.713.6010.

## Conexiones

Emergencia potencialmente mortal.....911  
 Respuesta ante crisis de atención las 24 horas.....800.584.3578  
 Situaciones sin carácter de emergencia y primeras citas.....888.693.7200  
 Para denunciar casos de fraude y abuso, comuníquese con el Funcionario de Fraude y Abuso Charles Benjamin llamando al 1.800.684.3555/360.416.7013 o enviándole un correo electrónico a: charles\_benjamin@nsmha.org. Puede hacer la denuncia de manera anónima.

## Prestadores contratados por la NSMHA

### Condado de Island

Compass Health, Camano Island	360.387.2736/1.800.457.9303
Compass Health, Coupeville	360.678.5555/1.800.457.9303

### Condado de San Juan

Compass Health	360.378.2669/1.800.457.9303
----------------	-----------------------------

### Condado de Skagit

Catholic Community Services (Servicios de la Comunidad Católica)	360.856.3054/1.888.504.9992
Compass Health	360.419.3500/1.800.457.9303
Sea Mar Clinic	360.428.8912/1.866.923.2312
Sunrise Services	360.336.3762/1.888.774.9658

### Condado de Snohomish

Compass Health	425.349.6200/1.800.457.9303
Bridgeways	425.513.8213/1.877.355.8668
Sea Mar Clinic	425.347.5415/1.866.923.2312
Catholic Community Services (Servicios de la Comunidad Católica)	425.257.2111/1.888.504.9996
Sunrise Services	425.347.3149/1.888.774.9658

### Condado de Whatcom

Whatcom Counseling & Psychiatric Clinic (Clínica de Psiquiatría y Asesoramiento de Whatcom)	360.676.2220/1.888.311.0120
Catholic Community Services (Servicios de la Comunidad Católica)	360.676.2164/1.888.504.2221
Lake Whatcom Center	360.676.6000/1.888.676.6002
Sea Mar Clinic	360.734.5458/1.866.923.2312
Interfaith Community Health Clinic (Clínica de Salud Comunitaria Interreligiosa)	360.676.6177/1.877.235.6850

### Para más información, llame al Coordinador de Salud Mental de su condado:

Coordinador del condado de Island	360.678.7881
Coordinador del condado de San Juan	360.378.4474
Coordinador del condado de Skagit	360.336.9395
Coordinador del condado de Snohomish	425.388.7200
Coordinador del condado de Whatcom	360.676.6724

Los organismos ubicados fuera de la región de North Sound que necesiten tramitar verificaciones y/o autorizaciones para las personas cubiertas por el Plan de Salud Mental de Pago Anticipado para Pacientes Internados de North Sound deben comunicarse al 1.888.693.7200 (Línea de Acceso).