

## RECORDATORIO DE SEGURIDAD: CRUCE DE FERROCARRIL

Nunca camine, corra, juegue ni tome fotografías en el derecho de vía del ferrocarril. Si se encuentra en las vías o cerca de ellas, está invadiendo propiedad privada y violando la ley.



Si está parado en las vías del tren, es posible que no escuche ni sienta un tren que se aproxima a tiempo para alejarse de manera segura.



Nunca intente aventajar a un tren que se aproxima. Un tren puede tardar una milla o más en detenerse.



Solo cruce las vías en los cruces públicos designados.  
Para obtener más consejos de seguridad, visite [oli.org](http://oli.org).

- \* **Recursos para la salud de la mujer** <https://www.womenshealth.gov/nwhw/by-age/your-30s>
- \* **Alison Drain, coordinadora de prevención, Programa contra la Ludopatía de Carolina del Norte** MH, DD, SAS, Oficina del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte: 919-715-2425 Celular: 919-800-8492 Fax: 919-508-0960 [alison.drain@dhs.nc.gov](mailto:alison.drain@dhs.nc.gov)
- \* [www.lockyourmeds.org/nc](http://www.lockyourmeds.org/nc) Si alguien que conoce o ama necesita ayuda para tratar el uso incorrecto o abuso de medicamentos con receta, visite el sitio web para obtener información sobre cómo ayudarlos a buscar tratamiento y recuperación.
- \* **¿Está preparado? Cómo prepararse para una emergencia: Consejos para las familias**  
1. Manténgase informado 2. Elabore un plan 3. Prepare un kit 4. Involúcrese.  
Los consejos para la planificación en caso de emergencias/desastres para su familia están en <https://www.ready.gov/plan>

<b>Septiembre</b> <b>Calendario de Concientización sobre la Salud</b>	
<b>Mes Nacional de la Recuperación</b>	<b>Diciembre</b>
<b>Mes Nacional de Sensibilidad sobre Lesiones Cerebrales Traumáticas</b>	<b>Mes de Celebraciones y Juguetes Seguros</b>
<b>Mes de Concientización sobre el Dolor</b>	<b>Mes Nacional de Vacaciones Familiares Sin Estrés</b>
<b>Octubre</b>	<b>Mes Nacional de Prevención de la Conducción en Estado de Ebriedad</b>
<b>Mes de la Concientización sobre la Violencia Doméstica</b>	<b>Enero de 2021</b>
<b>Mes Nacional de Prevención del Acoso</b>	<b>Mes de la Salud Mental</b>
<b>Mes de Concientización sobre la TDAH</b>	<b>Mes Nacional de la Mentoría</b>
<b>Noviembre</b>	<b>Mes Nacional del Donante de Sangre</b>
<b>Mes de la Diabetes en Estados Unidos</b>	<b>Febrero de 2021</b>
<b>Mes de Concientización sobre el Cáncer de Pulmón</b>	<b>Mes Nacional del Corazón</b>
<b>Mes Nacional de los Cuidadores de Familia</b>	<b>Mes de la Historia Afroamericana</b>
	<b>Mes de Concientización y Prevención de la Violencia entre Parejas Adolescentes</b>

### Algunas aplicaciones "Take it with you (Llévela con usted)"

- \* DBT 911 <http://www.dbtselfhelp.com>
- \* quitSTART™ es una aplicación gratis diseñada para los adolescentes que quieren dejar de fumar, aunque los adultos también pueden usarla <https://smokefree.gov/tools-tips/apps/quitstart>

### Declaración de la misión

**Inspirar y fortalecer a las personas para que busquen recuperarse y mantengan un buen estado de salud.**

Esperamos que esta publicación le sea de utilidad y lo invitamos a que comparta las opiniones que tiene sobre su contenido, formato y distribución. Comuníquese con la Directora de Control de calidad, Bonnie Miller ([bmiller@daymarkrecovery.org](mailto:bmiller@daymarkrecovery.org)) para hacer sus comentarios y sugerencias o para solicitar temas para futuras ediciones.



Enriqueciendo la vida... Mejorando vidas

### Volumen 13, Número 1, octubre de 2020

- En esta edición...
- Trabajo significativo y recuperación
- Modelo de CCBH
- NCCARE360
- Recordatorio de seguridad
- Recursos
- Calendario de Concientización sobre la Salud

### Comité de Derechos de los Clientes

¡Su punto de vista nos interesa! Si quiere unirse al Comité de Derechos de los Clientes, comuníquese con la directora de Control de Calidad Bonnie Miller llamando al 704-939-1141 o escribiendo a [bmiller@daymarkrecovery.org](mailto:bmiller@daymarkrecovery.org)

[www.daymarkrecovery.org](http://www.daymarkrecovery.org)

Si es cliente o tutor de un cliente, y está interesado en obtener información de myStrength, pregunte sobre myStrength cuando se reúna con su clínico hoy



# The Beacon

Noticias de interés de los Servicios de recuperación Daymark

## Trabajo significativo y recuperación

De la organización nacional Mental Health America

Aunque encontrará obstáculos y contratiempos en el camino hacia la recuperación, trabajar en algo que sea significativo para usted puede darle un sentido de propósito que lo ayudará a estabilizarse. La actividad significativa expande su sentido de autoestima aumentando sus competencias y ayudándolo a lograr sus metas personales y a sentirse bien consigo mismo. La actividad significativa, que incluye la escuela, el trabajo voluntario, el trabajo a tiempo parcial y el empleo a tiempo completo, también le permite conocer gente nueva y hacer amigos.

Todos necesitamos alguna forma de actividad significativa en nuestras vidas y un medio de sustento, pero tener una condición de salud mental puede ser un obstáculo. Las condiciones de salud mental impactan a diferentes personas de diferentes maneras. Es posible que algunas personas con problemas de salud mental nunca dejen de trabajar; otras encuentren que su condición interrumpe su carrera y otras pueden hacer un trabajo limitado. A medida que las personas se recuperan de una condición de salud mental, también enfrentan diversos retos en relación con el trabajo. Algunas personas con problemas de salud mental descubren que pueden, con adaptaciones menores, trabajar de la misma manera que lo hacían antes. Es posible que otras personas deban reincorporarse al trabajo de manera gradual. Y las personas que reciben beneficios por discapacidad deberán cumplir las reglas de reincorporación al trabajo cuando estén empleadas.

Independientemente de su situación y de los obstáculos a los que se enfrente, aférrase a sus objetivos y siga esforzándose por incorporar actividades significativas en su vida. En el pasado, las personas con enfermedades mentales a menudo se desanimaban de trabajar, pero hoy entendemos que el trabajo no solo es una posibilidad, sino que también puede desempeñar un papel vital en la recuperación.

Sin embargo, es cierto que tener una condición de salud mental puede suponer algunas barreras prácticas para trabajar, como tener interrupciones en su carrera, sentirse inseguro de sí mismo o necesitar pedir una adaptación, como tiempo para las citas médicas. Puede idear estrategias para superar estas barreras, a menudo con la ayuda de amigos, mentores o un especialista en empleo. ¡No se rinda!

Encuentre más información de los tipos de opciones de trabajo en

<https://www.mhanational.org/meaningful-work-and-recovery?>

## Daymark se une al nuevo modelo de CCBHC

Tras la notificación de SAMHSA del 30 de abril de 2020, Daymark entró al nuevo mundo de CCBHC: Certified Community Behavioral Health Clinics (Clínicas de salud conductual comunitaria certificadas).

Esto comienza con la financiación de una subvención federal de un proyecto centrado en el condado de Wilkes titulado *Mejorar el acceso a la salud conductual en las áreas marginadas de Carolina del Norte a través de la administración de casos específicos*.

Un programa piloto de CCBHC anterior estableció una serie de CCBHC en los Estados Unidos. Estas representan un nuevo tipo de proveedor en Medicaid que está diseñado para prestar una amplia gama de servicios de salud mental y trastornos por consumo de sustancias a personas vulnerables. A cambio, las CCBHC pueden recibir una tasa de reembolso mejorada de Medicaid. Esta tarifa mejorada se basa en los costos anticipados de prestar servicios ampliados para satisfacer las necesidades complejas de las personas con una combinación de problemas de salud mental o consumo de sustancias, junto con vulnerabilidades y problemas médicos.

“Las CCBHC prestan una colección integral de servicios necesarios para crear acceso, estabilizar a las personas en crisis y dar el tratamiento necesario para quienes padecen las enfermedades mentales más complejas y graves y los trastornos por consumo de sustancias. Las CCBHC integran más servicios para garantizar un enfoque de la atención médica que enfatiza la recuperación, el bienestar, la atención informada sobre el trauma y la integración de la salud físico-conductual.” [Consejo Nacional de Salud Conductual]

Daymark ahora se une a una serie de CCBHC nuevas financiadas a través de subvenciones de expansión, diseñadas para agregar capacidad a organizaciones como Daymark que ya prestan una gama de servicios y están en posición de obtener la certificación de CCBHC completa.

Más allá de la importancia de calificar para las tarifas mejoradas de Medicaid, este programa ayuda a Daymark a prepararse para entrar al plan de transformación de Medicaid de Carolina del Norte y solidificar su papel potencial como una Agencia de Administración de la Atención (Care Management Agency, CMA). Una CMA es uno de los componentes fundamentales de los próximos planes personalizados, que están diseñados para ayudar a las personas con problemas graves de salud mental y consumo de sustancias.

Las CCBHC de Daymark están dirigidas por Murray Hawkinson, Ph.D., LP, director del programa, y Christyn Grant, MSW, LCSW, directora alterna del programa. Murray anteriormente fue el director del Centro Watauga y pensó que se jubilaría en marzo, pero le pidieron que desempeñara este nuevo cargo. Christyn es la directora del Centro Wilkes y también supervisa componentes de otros dos proyectos de subvenciones federales, los que la mantienen muy ocupada.

Otro personal incluye a Dan Icenhour, MSW, LCSW, administrador de la atención médica con experiencia previa en el equipo de Watauga ACT y Abigail Chetlain, especialista en datos para esta y las otras dos subvenciones federales.

En segundo plano, el personal administrativo que va desde Billy West hasta Sarah Dunagan está haciendo otras tareas para garantizar que se cumplan los estrictos criterios de las CCBHC y que Daymark esté bien preparado para el próximo reto de la atención administrada de Medicaid.

## NCCARE 360: creando conexiones para una Carolina del Norte más saludable

¿Qué es la NCCARE360? <https://nccare360.org>

NCCARE360 es la primera red en todo el estado que une a organizaciones de servicios humanos y de atención médica con una tecnología compartida que permite un enfoque coordinado, orientado a la comunidad y centrado en la persona para prestar atención médica en Carolina del Norte. NCCARE360 ayuda a los proveedores a conectar electrónicamente a las personas con necesidades identificadas con los recursos de la comunidad y permitir comentarios y seguimiento. Esta solución garantiza la responsabilidad por los servicios prestados, proporciona un enfoque de “no hay puerta equivocada”, cierra el ciclo de cada remisión que se hace e informa los resultados de esa conexión.

**NCCARE360** tiene el poder de transformar vidas e impactar comunidades en todo Carolina del Norte. Muchos residentes de Carolina del Norte luchan todos los días con la inseguridad alimentaria, la inestabilidad de la vivienda, la falta de acceso al transporte u otras necesidades. NCCARE360 proporciona una solución a un sistema de servicios humanos y de salud fragmentado al conectar proveedores de todos los sectores. NCCARE360 apoya a las personas en las comunidades para que tengan más oportunidades de alcanzar una vida sana y feliz.

**¿Cómo funciona NCCARE360?** NCCARE360 tiene varios componentes que incluyen:

- Un directorio de recursos sólido en todo el estado con tecnología de NC 2-1-1 que incluirá un call center con asistentes dedicados, un equipo de datos que verifica los recursos y capacidades de texto y chat.
- Una plataforma de tecnología compartida de Unite Us que permite que los proveedores de servicios humanos y de salud envíen y reciban remisiones electrónicas, se comuniquen sin problemas en tiempo real, compartan de forma segura la información del cliente y hagan un seguimiento de los resultados.

### **Remisiones: Autorremisiones (también conocidas como Solicitud de asistencia)**

Las autorremisiones se pueden enviar a través de un formulario orientado al público en [www.nccare360.org](http://www.nccare360.org). Después de que una persona envía el formulario, un asistente de NCCARE360 hará un seguimiento para conectarlos a un recurso de la comunidad. Todas las autorremisiones a través de NCCARE360 necesitan un consentimiento, que la persona puede dar vía electrónica o por teléfono con la ayuda de un asistente de NC 211. Además, desde finales de 2019, el directorio de recursos de NCCARE360 está disponible en [nccare360.org](http://nccare360.org), lo que permite a las personas buscar y encontrar los recursos comunitarios que necesitan de forma anónima.

**Dónde encontrar el formulario para solicitar asistencia:** <https://nccare360.org/request-assistance/>

Formulario de solicitud de asistencia

*Si tiene una necesidad urgente relacionada con el COVID-19, llame al 2-1-1 o 888-892-1162 (disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana) para comunicarse con NC 2-1-1 a través de United Way de Carolina del Norte para recibir asistencia.*

Si tiene alguna necesidad urgente no relacionada con el COVID-19 y le gustaría estar conectado a servicios cerca de usted, complete el formulario que se encuentra en <https://nccare360.org/request-assistance/> y un asistente de NCCARE360 de NC 2-1-1 se comunicará con usted.

La información que escribe es completamente confidencial y solo se compartirá para conectarlo con los servicios.