



Transcripción de la teleconferencia sobre  
Recuperación y Empleo en la Comunidad Latina  
Sponsored by the STAR Center  
21 abril 2005, 7:00-8:00 pm EST

Asesor: MaJosé Carrasco (MC), Directora del Centro de Acción Multicultural de NAMI  
Panelistas: Lupe Morin (LM), Coordinador de Recursos Familiares y Maestra en el Centro de Servicios de Salud de San Antonio, Texas; Juany Lopez (JL), también del Centro de Servicios de Salud; Ramiro Guevara (RG), Director del Centro STAR.  
Operadora (OP)

MC: Muy buenas tardes a todos, y muchas gracias por ser parte de esta llamada del Centro STAR. Hoy día tenemos un grupo muy pequeño así que queremos aprovechar a la intimidad de este grupo para realmente hablar sobre un tema muy importante en la comunidad latina, que es el empleo y cómo pueden las personas con enfermedades mentales encontrar trabajo. Gracias por participar, y les voy a muy brevemente introducir a los panelistas a la llamada y hablarles un poco más sobre el Centro STAR. Entonces, como indicó Nancy, esta llamada habla sobre el empleo como un paso importante hacia la recuperación para latinos con enfermedades mentales. Esta llamada es una de la serie del Centro STAR, que es un centro, que es uno de cinco centros que proveen ayuda y asistencia técnica a usuarios de salud mental. El centro ha sido financiado por el Centro para la Salud Mental, el cual ha desarrollado muchos programas de auto-ayuda. Nuestros enfoques son las minorías de este país, un enfoque muy grande que es la comunidad latina. Lo que vamos a hacer ahora, tenemos tres panelistas y quiero presentarles a los tres. Tengo el placer de conocer muy bien estas personas, son Lupe Marín, Juany López, y Ramiro Guevara. Lupe Marín ha servido como coordinadora de recursos familiares y maestras en el Centro de Servicios de Salud Mental de San Antonio por 14 años. Lupe ha sido una persona muy importante para la comunidad latina de San Antonio. Gracias a su liderazgo muchas personas han encontrado apoyo y ayuda en San Antonio. Con Lupe está Juany López, que también trabaja para el Centro de Servicios de Salud Mental. Juany trabaja muy de cerca con Lupe y es parte de la junta directiva de NAMI San Antonio. Y finalmente Ramiro Guevara. Ramiro Guevara es director del Centro STAR. Ramiro ha decidido ser panelista para esta llamada y por eso yo tengo la gran oportunidad de ser su moderador. Ramiro es una persona muy conocida debido a su liderazgo en el área de competencia cultural y de recuperación. Ramiro es originalmente de California, y ahora tenemos la gran suerte de que trabaja para NAMI Nacional. Trabaja por el Centro STAR en Arlington, Virginia. Muy brevemente cada uno de los panelistas nos va a hablar por quince minutos sobre temas relacionados al trabajo. Primero vamos a hablar con Juany López, que va hablar sobre los beneficios del trabajo para la recuperación. De ahí hablaremos con Lupe, quien nos va a hablar sobre los pasos necesarios para encontrar trabajo. Y de ahí Ramón compartirá con nosotros algunos recursos disponibles. Una vez que los panelistas hayan dado sus resúmenes de 10-15 minutos, tendremos oportunidad de hacer preguntas, comentarios, etc., etc. Entonces vamos a empezar. Primero, Juany, ¿nos podrías hablar un poco sobre cuales son los beneficios del trabajo? ¿Qué ha sido lo más útil para ti?

JL: Mira, los beneficios del empleo para mí con un diagnóstico de enfermedad mental me han sido de gran ayuda para mi recuperación. Porque al estar yo en casa con los niños yo sentía que mi depresión se hacía cada día más crónica. Y un beneficio para mí fue que me sentí útil al servirle a alguien y sentí que ellos apreciaban lo que yo podía darles de mí. Pienso que, yo pienso que mi experiencia que yo he venido llevando, poco a poco, cada día de mi vida, ha desarrollado para mí un gran auto estima y lo he podido notar por el comportamiento que tiene mi familia conmigo. Y yo, como hispana, me siento que a lo mejor todavía no llego adonde yo quiero llegar pero me siento que he comenzado al camino – el hecho de sentirme que yo puedo darle la mano a otros en las situaciones en las que yo estuve. Y siento que los beneficios que un trabajo nos puede ofrecer siempre cuando nos sentamos apoyados, y que la persona comprenda que nosotros tenemos, que vivir con... al estilo de vida al cual nosotros hemos sido elegidos es para mí muy importante, porque siento que cuando yo cuento con la persona, cuando yo cuento con mi supervisora, cuando yo pienso que ella entiende mi estado mi ánimo, yo siento que soy la persona más afortunada porque entienden hasta donde yo puedo estar capaz de desempeñar mi trabajo.

MC: Una pregunta sobre ¿qué tipo de cosas necesitan entender a los empleadores?

JL: En primer lugar, necesitan entender que nosotros, no porque tenemos la enfermedad mental, vamos a tener una – un tipo de etiqueta, que estamos señalados. Que tienen que entender que la enfermedad mental es como cualquier enfermedad. Ellos tienen que, me gustaría que todos – claro que la realidad es muy diferente, pero – me gustaría que el empleador comprendiera las necesidades hasta donde una persona que está diagnosticada con la enfermedad mental puede dar y se les dé todo el apoyo posible.

MC: Y ¿cómo lograríamos eso, entonces? ¿Qué tipo de información se debe compartir con el – la jefe de un...

JL: Ah, tener, por ejemplo, existen organizaciones, verdad, como voy a mencionar una que me dió a mí bastante ayuda, que fue el TRC, el Texas Rehabilitation Commission. Fue la primera organización que a mí me abrió las puertas cuando yo fui a pedir ayuda con, en mi estado deplorable. Ellos confiaron en mí para darme la oportunidad de asistir a la escuela. De ahí, mantener un contacto. Yo pienso que deberían de haber programas donde se les pueden formar de, que se nos dé esa oportunidad de decir, bueno, esta persona nada más puede trabajar cuatro horas, pero que el empleador esté conciente que existan empleos si una persona no puede dar a la capacidad al máximo, que nos dé la oportunidad, porque yo pienso que eso sería uno de los pasos más importantes para nosotros. Nosotros como los consumidores necesitamos saber que pueden existir trabajos que nos den la mano. El hecho de que tener yo un sueldo en mi mano, un dólar que yo me gané me hace sentir que ¿por qué no? ¿Por qué no prepararme más? ¿Por qué no puedo hacer más? Entonces, yo pienso que para mí la palabra clave es educación.

MC: ...y finalmente, Juany, ¿qué técnicas puede usar uno para combatir el estrés relacionado al trabajo?

JL: Mira, una técnica para mí personalmente ha sido, ah cuando yo siento que tengo bastante estrés en mi trabajo porque lógicamente hay días que, que no me siento bien porque yo tengo mi diagnóstico, ha sido que cierro mis ojos y yo siento que...que yo siento que al cerrar mis ojos y relajarme, pienso en que alguien está confiando en mí para desempeñar mi labor ese día. Trato de poner todo lo mejor positivo para mí – vengo, le comento para mi supervisora, que tengo la gran fortuna de trabajar con ella, que ella es una de las personas principales que me entiende, y ella trata de decirme, vamos a hacerlo de esta manera. Ella me, si tengo un trabajo que para mí es muy difícil ella me lo pone a la mitad, “mira, vamos a comenzar por estos.” Eso es uno de mis técnicas, comunicación.

MC: Gracias, ¿algún comentarios de los otros panelistas?...Bueno, pues, entonces vamos a seguir con otro paso muy importante. Lupe, ¿nos puedes elaborar por favor un poco sobre cuales son los pasos importantes para encontrar el trabajo? ¿Cómo se empieza a buscar? ¿Qué es necesario tener? ¿Qué cualificaciones, etc., etc.?

LM: MaJosé, una de las cosas que yo he comprendido y he trabajado con personas aquí en el Centro para la Salud Mental, es que necesitamos (que) saber ¿quién es la persona? ¿Qué es el deseo de la persona? ¿Qué es lo que puede y no puede hacer? Que esa persona que busque, que te gane la confianza y que esa persona te puede comunicarte a ti, “hoy sí puedo,” “hoy no puedo.” Que tú tengas la confianza de decirle a esa persona, “mira, este que traes, la ropa que tú traes puesta no es apropiada.” Se toma muchos pasos, MaJosé, para que pueda preparar a una persona que tiene una enfermedad mental especialmente cuando, si esa persona no ha trabajado en mucho tiempo, o si esa persona nunca ha trabajado. Por ejemplo, si una persona le pegó la enfermedad o tal en una temprana edad, pues esa persona nunca ha sido afortunada para tener un trabajo. Y esa persona quiere trabajar. Tienes que trabajar con esa persona, que...Por ejemplo, una muchacha que trabajaba con nosotros, ella quería ser trabajadora social, entonces ya comenzamos a ver el libro. Bueno, vamos a buscar qué se necesita para que pueda ser una trabajadora social. Yo dejé que ella viera lo que se necesitaba, entonces, o que ¿qué se puede hacer para llegar a este paso, para que pueda ser? Entonces ella comenzó a comprender ella sola, necesito educación, necesito ciertas cosas. Y no, ella no llegó a ser una trabajadora social inmediatamente, pero si llegó a trabajar en una clínica donde ella comenzó con 2 horas voluntarias por semana, y ahí se fue al punto de 9 horas por semana, y ahorita trabaja por 2 horas por semana, trabajando. Pero son muchos los pasos, MaJosé. El “higiene”, no sé cómo se dice en español...

MC: Higiene.

LM: Eso. Y muchas personas no tienen idea de que necesitan eso, necesitan aprender a peinarse, a tomar tiempo para arreglarse ellos. Y luego muchas personas no saben tomar el bus, tienes que trabajar con eso, enseñarles dónde se toma el autobús, hasta donde llega. Se necesita saber, este, si va o puede trabajar de noche, si va o puede trabajar de día. Bueno, son muchos, muchos los pasos.

MC: Y ¿qué tipo de ayuda tienen las personas en este proceso para seguir estos pasos?

LM: Una de las cosas que tenemos nosotros aquí, y antes era mejor, porque había más dinero verdad, para los recursos, pero que le llamamos los “job coaches.” Entonces esa persona

trabajaba individualmente con la persona que tenía deseos de trabajar, porque lo que yo me he dado cuenta que la mayoría de los consumidores tienen el deseo de querer trabajar, no más que no saben ya sea por el temor o sea por otras razones. Pero una de las cosas es que nosotros empezábamos a trabajar con esas personas individualmente. Íbamos a las casas de ellos, les preparábamos, hablamos con ellos, los animamos, los llevamos alrededor de San Antonio a ver los trabajos. Llegué a llevar muchas personas a las oficinas porque si querían ser una recepcionista, para que vieran el paso que se toma para ser una recepcionista. Así muchas personas querían trabajar en un salón de belleza y me sentaba allí y dejaba que esa persona viera la técnica que se tomaba para ser una persona que iba a trabajar allí. Ir con ella. Si no saben tomar el bus, ir con ellas en el bus, y “mira, aquí te vas a bajar, ahí vamos a llegar”. Y ahí se va.

MC: Y Lupe, ¿cómo puede hacer una persona para llegar a uno de estos “coaches?”

LM: En, aquí se trabaja a veces con TRC, este, que viene haciendo el Texas Rehabilitation, y también con el Centro para la Salud Mental. Muchas veces, esa persona cuando iba por TRC, TRC les daba, pagaba cierto dinero para el “job coach.” Y luego ese “job coach” trabajaba con esa persona. Cuando teniendo los recursos aquí en el Departamento para la Salud Mental los, acaban teniendo fondos para poder pagarle a un “job coach” para que trabajara con esa persona. Ahorita hay pocos recursos, MaJosé, desafortunadamente, y esperamos en Dios primero que volvamos a tener esos recursos porque lo que yo veo, tenemos muchos consumidores que quieren trabajar pero no saben cómo alcanzar esa meta.

MC: Lupe, y para personas que tienen enfermedades mentales y sólo hablan español o muy poco inglés, ¿Qué recursos hay disponibles o qué sugerencias tienen Uds.?

LM: La sugerencia es que cuando, por ejemplo, si una persona no sabe llenar una aplicación, que sea posible que la aplicación esté en español. Yo siempre les enseño que no tengan vergüenza en pedir la aplicación en español. O que no tengan vergüenza a decir, “sabes que, no entiendo muy bien el inglés, y por favor, tráeme una persona.” Muchas veces yo he ido con esas personas y me paro al lado de ellos, y les doy el ánimo y apoyo y cuando ellos no pueden hablar yo les digo, “necesita la aplicación en español” o necesita a alguien que hable español. Y, es muy poco los recursos para una persona que no habla inglés, es un obstáculo bien, este, fuerte. Por ejemplo muchas veces cuando te dan las pólizas o los reglamentos de los trabajos, y muchas personas, y aunque no sepas el idioma, si no tienes tanta educación o no sabes leer muy bien, ese es un obstáculo, María José, especialmente en el idioma. Solo que nosotros lo que tratamos de hacer todavía a veces vienen aquí personas nos dicen “mira me dieron esta aplicación, me dieron esto pero no lo entiendo en inglés.” Nosotros tratamos de ayudarles con esa aplicación y explicársela paso a paso.

MC: Bueno, gracias. Y finalmente, entonces, ya se mencionaron algunos de los pasos, pero de todos estos pasos cuáles serían los más importantes, los cruciales a ser exitoso ¿o no?

LM: Yo pienso que mucho apoyo, mucha comprensión de las familias y de tu patrón.

- JL: MaJosé, yo, como consumidora, yo pienso que para poder lograr lo que una persona espera, es para mí, primero, el apoyo, después la educación, y después la persistencia.
- LM: Y cuando hacemos grupos de apoyo, MaJosé, aquí en San Antonio teníamos y creo que solamente queda un donde hacían que le armaban, era como un club donde venían los consumidores el sábado por la mañana o el sábado por la tarde y podían platicar de lo que estaba pasando en el trabajo y cómo se pudieran ayudar ellos para ellos poder también a ser successful, exitoso, y eso era muy importante para ellos, y es muy importante para ellos, donde ellos pueden venir y decir, mira, yo me imaginé que esa persona estaba hablando de mí, y el otro ya le dice que no, acuérdate, que puede ser un síntoma. Y comenzaban, comienzan a platicar entre ellos, comienzan, comenzaban a platicar, y ya uno y al otro se la ve el apoyo y ya se salían más conformes, más a gusto. Que, o que vamos a comenzar otra vez.
- JL: Y una de las técnicas que yo he venido empleando como facilitadora también y de grupos de apoyo es que yo les, yo les trato de inculcar mucho ánimo a ellos, yo les trato dar a entender que ellos son importantes. Y les trato de decir que por favor, estamos buscando personas que quieran trabajar con nosotros, para hacerlos sentir que son importantes. Y yo los noto, yo veo y trato de estar cerca de ellos a decirles. Si es un hombre, yo trato de decirle “necesitamos un hombre que venga y nos ayude con los demás hombres porque a veces el hombre no quiere hablar con una mujer, o una mujer no quiere hablar con un hombre. Entonces yo trato de decirle, si es una persona, una mujer, yo le trato de decir, oye necesitamos voluntarios para que trabajen en nuestro grupo, mira que es bien importante. Y por eso quiero que tomes tu medicina, quiero que, este, si te sientes mal llámame, y hablamos por teléfono. Si te sientes mal, yo puedo ir a verte. Si te sientes que, si yo siento que no tengo el recurso aquí en el departamento tratamos de buscarte la solución, la ayuda que tú requieras. Pero nunca te quedes en casa pensando que no existe nada. En la actualidad existen muchos programas. Nada más, que, el trabajo es de que personas, bastante personas, y más nuestras personas, nuestra comunidad hispana desconoce.
- RG: Sí, yo quería decir especialmente sobre buscando ese apoyo especialmente cuando uno piensa a trabajar, es algo muy importante, de tener gente que puede hablar con uno, que entiende lo que está pasando a uno. Muchas veces esos grupos de apoyo que le pueden explicar, porque muchas veces, mismo que yo me recuerdo cuando empecé a trabajar todo lo que me pasaba como había tanto tiempo que no había trabajado, y nunca había tenido un trabajo más de 2 meses, pues todo estaba nuevo...de tratar de acostumbrarme a una oración, de estar en una oficina por primera vez. Necesitaba mucho apoyo.
- JL: Eso, eso, y por eso yo pienso que es importante que hayan grupos para consumidores que tienen trabajo, que tengan un lugar donde ellos pueden venir a compartir lo que ellos están pasando. Como dije hace un ratito, muchos dicen tengo miedo. Me dieron una tarea y me dió miedo. Y trabajar uno al lado al otro, mira aquí está mi teléfono, hálbame. Cuando necesites sólo un oído. Eso, para mí fue, yo, una de las cosas que yo vi, y veo que es muy importante.

- RG: Sí, para mí lo que me pasó en el primero trabajo que yo tenía era yo tenía un job coach, y ese job coach me ayudó con los nervios. Porque muchas veces me paraban esos ataques de ansiedad y quiteaba, porque yo pensaba que me iban a correr. So, de tener estas personas apoyándome y calmándome y diciendo, you know, todo iba a salir bien, me ayudó mucho pues tuve un gran éxito en el trabajo, pues ahora ya soy director del STAR Center. Ya hace cinco años eso me pasó. So, de tener ese apoyo es bien importante.
- JL: Sí claro que sí yo estoy de acuerdo con eso. Cuando comencé en el año 1998 y toqué por primera vez la puerta, para tomar la clase que NAMI estaba ofreciendo de Familia a Familia, comprendí en realidad cuál era mi perspectiva como persona, como mujer. Que mi familia estaba sufriendo por mí. Y al elegirme para que yo pudiera asistir ayudando a demás gente, y como dice el señor Ramiro, es bien importante. Después de ahí de la clase empecé a asistir a los grupos de apoyo, y después la señora Marín... empecé a hacer trabajo voluntario por mucho, por mucho tiempo. Y no quiero decir que las cosas vienen de la noche a la mañana. Para mí lo que ha funcionado, ha sido que he contado con el apoyo de las personas que me entienden, con las personas que atienden el grupo de apoyo, y más que nada por que he sido una persona que he notado el cambio con mi familia, en el trato que me han dado, en el trato que yo les daba a mis hijos, y en el éxito que he logrado como persona.
- MC: Gracias, por qué no hablamos un poco más ahora, Ramiro, sobre los recursos disponibles.
- RG: Bueno, se, para mis comentarios, supongo que uno está ganando está ganando el Seguro Social y está deshabilitado. Yo, at least, hablando de mi experiencia personal empecé con la ayuda de la Rehabilitación Ocupacional, y no aprendí de eso si no era de accidente. Estaba hablando con mi trabajador, pues le estaba explicado que quería ir a la escuela y me...[unintelligible]... ir a trabajar. Y de tantos años de estar en el sistema, nadie me había explicado que porque estaba deshabilitado y estaba recibiendo el Seguro Social, calificaba por servicios dentro del estado. So, uh, mi trabajo...[inaudible]... me dió una recomendación...[inaudible]...y, uh, sorry, ...[inaudible]...mi teléfono, pero mi trabajo me dió una recomendación trabajador ocupacional.
- MC: Mira, no te escuchamos.
- RG: No...con el teléfono...ok, ¿ya pueden escuchar?
- MC: Sí.
- RG: OK, estaba teniendo problemas con el otro teléfono. Ah, estaba diciendo que mi trabajado de salud mental me dió una recomendación, a la oficina de la rehabilitación en el condado donde vivía. Allá es donde empezó el otro camino para mí. Y también pues otras preguntas. Antes de nada, empecé a ir a la escuela y la oficina de rehabilitación me pagó todos mis libros y compró una computadora. Me ayudó para registrarme, pues todo lo que es ir a la escuela. Cuando empecé a trabajar, no tenía traje de trabajo, no tenía suit, y me compraron suits, y me dieron job coach, que les estaba explicando anteriormente que me ayudó mucho. So, hay muchos servicios. Yo creo que dependiendo de los recursos del estado, del condado, que es lo que te pueden ayudar, en que lo que te pueden apoyar, pero para mí en esos

tiempos, pues tenían ese tipo de apoyo. Pero algunos de las preguntas y algunos de los problemas o barreras que me pesaron para mí era como asegurar que mi empleo no afecte...una de las primeras preguntas era si mi empleo, ya empezado a trabajar, iba a afectar mis beneficios de mi Seguro Social o Medicare. Y como estaba tomando medicina, y pues era algo muy importante, algo que le preocupaba mucho a mi familia. So al empezar a trabajar era una de mis primeras preguntas. Y lo que aprendí es que el Seguro Social, o la administración de Seguro Social, que era 8 meses que puede trabajar uno, o tratar de trabajar y te siguen dando los beneficios. Ahora otra cosa que aprendí es que saber donde vas a trabajar que tenga beneficios, que puede darte seguro para cubrir tus medicinas y no va a tener...es un problema que muchos consumidores hablan de...So, after acepté ese trabajo, que estaba seguro que tiene beneficios, cada estado tiene, cada estado es diferente pero tiene por regular tu trabajador o case manager que puede recomendar para ayuda. Otra pregunta era si le debo decir a donde trabajo, si tengo una deshabilidad. Yo creo que es una pues pregunta o decisión muy personal. Hay unos que dicen que sí, que les deben decir que tienes una deshabilidad especialmente a su supervisora, y explicarles lo que necesitas. Y hay otros que dicen que no. Que es algo muy personal, y quizás pueden discriminar. Para mí at least hablando de mi deshabilidad era algo positivo. En la oficina donde estaba trabajando quiero desargumentar, platicando con mi supervisora, explicándole lo que necesitaba, buscando ese apoyo especialmente cuando tenía los días que me estaba enfermando era algo muy importante. Uh, también quería decir que hay otro recurso, por el Internet que es el ed.gov. Ahí uno puede encontrar todas las oficinas de rehabilitación ocupacional en su estado, y números y...y...podemos ponerlo en el website del Centro STAR. ¿OK?

MC: Me pueden dar algunos de los panelistas, cualquier, hablar un poco sobre Ticket to Work o The Americans with Disabilities Act, ¿qué derechos tienen las personas con enfermedades mentales? O ¿de qué deben estar concientes cuando ya están empleados?

LM: Este, MaJosé, no sé si las leyes hayan cambiado, porque tengo tiempo que no trabajo con el Ticket to Work pero por el American Disabilities Act yo creo que los consumidores, esto es necesario porque a ellos les dan muchos derechos y ellos muchas veces, ellos los consumidores no saben que tienen derechos. Es lo que he aprendido yo, que vienen y me dicen “pues yo no sabía que tenía ese derecho.” Por ejemplo había un consumidor que le habían dicho que sólo iba a trabar 20 horas, y un día me llamó y me dijo que le estaban dejando trabajar 38 horas. Y entonces ya comenzamos a trabajar, dependo lo que decía el librito que ellos tenían derechos y cómo se iba a defender. Y educarlos, es muy importante que los consumidores se eduquen de las leyes que ellos tienen que se relacionan con el American Disabilities Act. Eso es muy importante MaJosé. Y muchas veces ni saben que exista este librito o esta ley.

MC: Hemos puesto en la website del Centro STAR hemos puesto los enlaces a toda esta información. Mucha, alguna información están en español y lastimosamente otras cosas no están. Pero como menciona Lupe es muy importante conocer los derechos de uno y la oportunidad. Tenemos esta información en nuestro website en español. Otra pregunta que quería hacer a los tres panelistas, es ¿cómo puede uno aprovecharse de la fuerza de la comunidad latina, de la familia, de los apoyos que son parte de esta comunidad, en este

camino sin empleo? ¿Qué ayuda, qué no ayuda, qué necesitamos que sepan las familias, etc., etc.?

LM: Mira, MaJosé, yo quiero hablar un poquito en eso como madre, verdad, como madre primeramente y luego como una profesionista que trabaja con personas. Yo primero a mis hijas las apoyo, las comprendo, sé que los tiempos que pueden trabajar, los ratos que están bien, los ratos que están mal, pero yo nunca les robo de sus sueños que ellas tengan. Por ejemplo, una madre viene a mí y me dice, “mi hijo se quiere enlistar para irse a los Marines, al ejército.” Entonces él viene emocionado que quiere. Esta persona tiene diagnóstico de esquizofrenia, simplemente sabemos que este muchacho no va a ser aceptado. Pero cuando yo le hablé a la madre, diciendo “¿por qué le quieres quitar su sueño?” me dice “porque me lo van a lastimar y se va a decepcionar.” Entonces yo trato de enseñarles que es parte de la vida y que me dejara a hablar con su hijo para que le preparara poco a poco que sí no lo aceptaran, ¿qué otros objetivos tiene para hacer?, ¿qué quiere hacer aparte de eso? Y entonces, esta familia al mismo tiempo son muy religiosas, entonces yo comencé a decirles que a lo mejor vamos a decir que la voluntad de Dios se va a hacer, y que no se va a decepcionar cuando no lo aceptan. Ese muchacho fue a tomar la aplicación, lo que tengan que hacer para entrar al ejército, pues cuando supieron que tenía el paranoid schizophrenia, estaba muy obvio en él, verdad. Entonces él vino para atrás y me dijo, “Lupe, no me aceptaron, pero como dijiste tú estaba en las manos de Dios” y fue la voluntad de Dios que no lo agarrara. Entonces yo le comenté “sí, pero que te aplaudemos porque tuviste el valor para ir a agarrar los tests y para irte tan tempranito, que tuvo que estar allá a las 5 de la mañana. Y entonces este muchacho me dijo “pero fíjate que quiero hacer esto y esto.” Bueno estas cosas sí se pueden hacer. Entonces ya trabajamos con esa lista de lo que quería hacer, y al mismo tiempo, animar a la mamá y a enseñarle a la mamá que it’s okay que este muchacho saliera y fracasara, pero que esto le iba a ayudar a llegar al punto de que un día iba a encontrar el trabajo apropiado para él. So, el apoyo de la familia es muy importante, especialmente las madres que queremos sobreproteger a nuestros hijos, que no nos lastimen, que no los vayan a maltratar, no se vayan a reír de ellos, etc., etc. Y por eso es muy importante para mí que los padres, las madres, los hermanos, o quien sea - parte de la familia estén siempre con el apoyo de comprenderlos, que porque estas personas tienen sueños igual que nosotros. Ellos quieren tener lo mismo que nosotros tenemos, quieren hacer lo que hacemos – educarse, tener un matrimonio, tener un carro, tener lo que nosotros queremos tener y tenemos.

RG: Algo lo que estaba diciendo Lupe, ahorita, que me hizo recordar que es tan importante, que la comunidad latina o la familia o la gente que te está acompañando, que creen en ti. Eso es tan importante de sentir eso, de sentir que la gente cree que puedes hacer algo. Una de las cosas que perdí, cuando primero me diagnosticaron con una enfermedad ya todos mis sueños, y todo lo que quería hacer o iba a hacer yo, ya todo se había muerto, que no podía yo hacer nada porque tenía una enfermedad mental. So, de empezar primero con reconocer que era más que mi enfermedad, esto era una enfermedad era algo como cualquier otra enfermedad y que podía trabajar con esto. Y luego tener gente, muchas veces otros consumidores, muchas veces familiares, mi esposa, gente que estaba cerca de mí, que creían que podía mejorar. Que creían muchas veces esos trabajadores, que creían que iba a mejorar, que iba a poder hacer llegar a mis metas. Y era bien importante. Y desafortunadamente,

especialmente en la comunidad latina, como hay mucha ignorancia sobre los problemas de salud mental, no hay mucho apoyo. Muchas veces, la gente que mira a alguien que está enfermo y pues esta persona está huevona o no tiene vergüenza o nada más está chifulada, o la culpa de la culpa de la familia, cuando es una enfermedad.

- LM: Cierto, Ramiro, es muy cierto. Y, y, por ejemplo mi hermano siempre me decía “pues me dice Daddy, dice que no puedo trabajar yo porque yo soy loco, que soy enfermo.” Y eso lo tumbó más. Al contrario cuando animamos, o sea esa persona creemos en ellos, como dice Ramiro ellos vuelven a volver a tener fe y volver a tener confianza en ellos mismos porque sus familias tienen confianza en ellos, que ellos llegar a tener algo en la vida.
- JL: Y, yo voy a, a parte de la importancia, yo voy a tratar un punto que a lo mejor es un poco más delicado. Yo voy a tratar un punto que a mi me ha dolido a lo personal, que el apoyo sí podemos mencionar muchas de las cosas que el apoyo, pero ¿qué pasa cuando el sistema, qué pasa cuando nuestras familias vienen a las clínicas y se quedan toda la mañana sin comer nada? ¿Qué pasa con el personal que no está preparado para atender a las familias, que vienen pidiendo ayuda? ¿Qué es lo que pasa cuando nuestras familias que están esperando que no tienen transportación y que nos hacen esperar horas y horas, que, y estamos nosotros como personas, yo mismo llamándole para que venga el camión para que venga el carro, o la transportación que el gobierno se ofrece los hacen esperar más de 2 o 3 horas a las pobres familias? ¿Qué es lo que pasa con todo este sistema? Desafortunadamente nuestra gente que viene aquí, una vez uno de los grandes obstáculos es el idioma, no los pueden atender en su idioma. Se necesitan de buscar una persona que les traduzca. Yo pienso que hay mucho todavía por trabajar, hay mucho por hacer, porque aunque existan algunos de los recursos, como estamos hablando de apoyo, estamos hablando de educación. Pero ¿qué pasa arriba? ¿Qué pasa con los doctores? ¿Qué pasa con el personal? ¿Qué pasa con la administración? Nosotros estamos haciendo, estamos jugando un papel muy importante porque tratamos de hacerle comprender a la familia, al consumidor, que es muy comenzar el camino a la recuperación, que existen clases educacionales, que es muy importante venir a los grupos de apoyo, que es muy importante reconocer los efectos secundarios de la medicina, que es muy importante que nos mantengamos en una vida saludable, que no hagamos droga, que no hagamos alcohol porque caímos otra vez en depresión y ahora tengo ganas de tomar. Todo eso es muy importante, pero de verdad la importancia para mí, yo como persona, como una consumidora, como una mujer con un diagnóstico de enfermedad mental, ¿qué pasa cuando el sistema no está haciendo por nosotros, que somos los que más necesitamos el apoyo?
- MC: Mi última pregunta justo se relaciona a esto. Estamos hablando entonces de ¿qué pasa? Y, entonces, ¿qué podemos hacer? Entonces ¿alguien me puede hablar un poco sobre el como el ser voluntario es un camino hacia el empleo, al encontrar más información o tener más experiencia, etc., etc.
- LM: Sí, yo pienso que sí. Um, yo pienso que el primer paso es prestar servicio y a empezar a ver las cualidades, y la destreza de la persona. Por ejemplo aquí nosotros tenemos un taller que les damos a ellos que son 2 horas, 2 veces por semana. Ellos vienen, les damos el material, ellos nada más vienen, hacen algún trabajo manual, pintura, este, como crear arte. Ellos no

más vienen y agarran un papel y un lápiz. Nosotros sabemos. Ellos nos platican de las expectativas que tienen para superar su vida porque necesitan dinero. Y yo pienso, yo siento, MaJosé, que si que es muy... cómo te diré... que sí es muy necesario. Yo pienso que programas de rehabilitación serían muy necesarios, programas de rehabilitación, programas que ofrezcan la oportunidad de hacer servicio voluntario, pero uno de los principales obstáculos es la transportación para unas personas con enfermedad mental.

JL: Otro punto de ser voluntario. Cuando viene una persona, por ejemplo, a este departamento para ser voluntario, que viene para hacer trabajo voluntario ellos empiezan a volver a creer en ellos mismos. Empiezan cuando, por ejemplo, si yo les digo "Hazme diez copias." Me hacen diez las diez copias y "Ah, thank you so much." Y tu le dices "Thank you. Eso es lo que necesitaba. ¿Qué hiciera yo sin ti? ¿Qué hubiera hecho yo si no hubieras venido a ayudarme." Les vuelves a dar tu ánimo. Entonces, también a mí me gusta darles algún certificado de vez en cuando. Mira, por el trabajo bien hecho que hiciste. A veces se les pongo un cuadrito. Y a ellos empiezan a saber que si pueden hacerlo, o que si pueden volver a buscar, en vez ya no ser voluntario va a poder salir a la comunidad a buscar trabajo ya que les pague dinero. Eso es muy importante.

MC: Muchas gracias.

RG: A mí lo que yo quería decir sobre ser voluntario. Primeramente, cuando empecé a ser voluntario me acostumbré pues a ir a un dado porque estaba en el seguro social por tanto rato y tenía pues casi toda mi vida sin poder trabajar. No estaba acostumbrado a un schedule o a una horacion de ir a trabajar. Eso fue la primera cosa. Pero, la segunda cosa más práctica que empecé a conocer a gente. Y ya empezar a conocer a gente me ofrecieron un trabajo. Primero fui voluntario allí donde conocí a algunos jefes de diferentes clínicas. Y luego, ellos me empezaron a conocer en el condado por voluntario y me ofrecieron trabajo. Y fue algo que también que, como no tenía mucho en mi resume, fue algo que me ayudó para enseñar que tenía experiencia.

JL: Fue lo mismo que me pasó a mí, MaJosé. Fue el mismo caso del Sr. Ramiro. Igual.

MC: Entonces, ese es un paso muy importante. Ahora lo que vamos a hacer es abrir, ah, permitir que la audiencia haga preguntas o comentarios. Así es que, [inaudible]... por favor si hay alguien en la audiencia que quiera hacer una pregunta o comentario.

OP: Gracias. En este momento si tenga alguna pregunta o comentario, por favor oprime la estrella y el número uno en este momento. La pregunta viene de Jorge Alvarado.

JA: Buenas tardas. Les agradezco su atención. Hace veinte minutos me conecté a la conferencia. Y básicamente mi inquietud es saber si los programas de ayuda a las personas con ciertas deficiencias mentales están dirigidos solamente a aquellas personas con status legal o también están dirigidas a las personas que no tienen ningún status, es decir los indocumentados. Y en todo caso si no fuera así ¿qué está haciendo la organización NAMI para captarlos de una forma más efectiva? Eso es todo.

JL: ¿Puedo contestar yo, MaJosé?

MC: Sí. Claro.

JL: Señor Jorge, Buenas Tardes. Habla Juany. Mire...

JA: Mucho gusto.

JL: Yo pienso, yo estuve en una situación en mi status no...legal, hablando del status legal, no se requiere tener el status legal porque la enfermedad es una enfermedad. Lo primero que yo hice y que nadie me abrió las puertas fue venir a tomar las clases y reconocer y aprender que significa la enfermedad mental. Porque ellos tienen un diagnóstico. Yo quería saber porque tenía ese diagnóstico. Tenía yo muchas preguntas y necesitaba muchas respuestas. Y en ese entonces yo no pensaba si tenía mi status legal, bien o mal. Yo pensaba nada más en buscar respuestas. NAMI fue una de las organizaciones que me abrió la puerta para educarme. De allí vino poco a poco el proceso, la transición, el cambio. Pero no, no no requiere el status legal para buscar ayuda.

JA: Ah, bueno. Le agradezco su respuesta.

RG: Sí. Uno de los problemas relacionado a esto aunque no se requiere ser legal, hay muchas personas que andan buscando o están tratando de agarrar sus papeles que no tienen la ayuda porque tienen miedo que la inmigración, se da cuenta la inmigración americana les van a dar sus papeles si tienen una enfermedad mental.

LM: Buenas tardes, Sr. Jorge. Habla Lupe Marín. Yo aquí he tenido varios consumidores que han venido a mi oficina, digamos en el NAMI. Han venido personas que no tienen papeles a hacerme preguntas. Y cuando yo no tengo las contestaciones, yo he hecho el tiempo, me he dado a veces un pocito de tiempo para poderlos llevar con personas que le pueden contestar esas preguntas. Ah, porque a veces no, no damos una respuesta puede ser incorrecta, yo prefiero mandarlos con otras personas o yo mismo hablarles a esas otras personas y preguntar las preguntas que ellos tienen para que ellos puedan obtener toda la información que necesitan. Pero aquí también he tenido yo muchas personas que no tienen papeles, y yo ni siquiera les pregunto. Si sale de ellos, bien, y si no sale para mí sale igual.

OP: Otra vez si alguien tiene alguna pregunta o algún comentario, por favor oprime el número uno en su teléfono ahora. Tenemos otra pregunta de Jorge Álvaro.

JA: Mi segunda pregunta es la siguiente: ¿Qué se puede hacer en todo caso la organización NAMI tiene el alcance para prestar ayuda a aquellas personas que en el caso mío quieren extender también esa vocación de ayuda, pero resulta que los familiares que están sufriendo ciertos problemas mentales no están con nosotros en este país. Están en nuestros países de orígenes. ¿Se les puede también desde aquí brindar alguna ayuda a través de sus familiares cómo el caso mío, repito?

- JL: Sr. Jorge, habla Juany. Mire, yo...mi respuesta sería que sí. Para mí, lo que yo aquí...yo les recomiendo es tenemos personas que vienen y dicen, y voy a hablar un pocito también en mi caso yo tengo familia porque yo vengo con descendencia con diagnósticos y mi familia está en México. Pero lo que yo hago es, les recomiendo que aquí si tienen los recursos para aprender todo lo relacionado con la enfermedad mental, que lo aprendan. Que tomen la ventaja y la oportunidad que se les ofrece que en otros países no lo tienen. Y ya sea por medio de que tú lo vayas a ver. Puedes tu hablar con ellos, ya sea por medio de teléfono, ya sea por medio de carta les hagas ver que realmente se puede encontrar una luz después de la oscuridad. Eso yo siempre se los he dicho. No tenemos...nosotros...yo voy a hablar mi cultura no...dentro de mi familia hispana no muchas de las veces ellos no aceptan que hablemos. Pero cuando ellos empiezan a notar el cambio, estoy hablando yo con el diagnóstico...ellos notaron el cambio en mí. Entonces, ahora ellos vienen y ya me preguntan. Este, oye, eso pues en México so se sabía nada de bipolar. Tiene apenas un poco tiempo. Entonces,...es muy esencial que aquí tome toda la información necesaria.
- MC: Un recurso muy valioso es la página de Internet del Centro STAR que tiene recursos en...español. Entonces, puede ser la pagina de Internet de STAR y también haremos un link. Hay organizaciones de salud mental en Latinoamérica. Entonces mucha gente que nos contacta que tiene familiares en esos países pide esa información de organizaciones en México, Colombia, Costa Rica, etcétera, etcétera. Entonces, cuando tenemos conocimiento o relación con algunas organizaciones brindamos esa información con la gente que se contacta con nosotros....¿Alguna otra pregunta o comentario? Creo que tenemos tiempo para una más.
- OP: Otra vez, si tiene una pregunta oprime la estrella y el número uno. La siguiente pregunta viene de Evelyn Santos.
- ES: Sí. Buenas tardes. Yo trabajo en Peyson, Arizona. Mi pregunta es la siguiente...antes que todo, les quiero dar gracias por esta oportunidad. Esta ciudad es bastante pequeña y es poblada o en el campo y hay muy pocos recursos. Nosotros somos la única agencia que podemos servir a la comunidad y ahora mismo somos dos latinos que ofrecemos estos servicios en español. Mi pregunta es la siguiente: ¿El diagnóstico PTSD, o sea “Post Traumatic Stress Disorder,” para las victimas de abuso emocional, físico, verbal o sexual es considerada como un diagnóstico de salud mental en este caso o en el Centro STAR o cualquiera de las otras organizaciones que prestan ayuda a personas con enfermedades mentales y si podríamos ayudar a estas personas? Esta es mi pregunta.
- LM: Habla Lupe Marín. Mucho gusto.
- ES: Buenas tardes. Mucho gusto.
- LM: Mi contestación es si que sí podemos ayudarlas y que sí es un diagnóstico. Por ejemplo, aquí en los grupos de nosotros, especialmente entre las mujeres, vienen personas o mujeres que han tenido el abuso ya sea sexual, físico o emocional, y les dan el diagnóstico de Post Traumatic Stress. Y comienzan a trabajar y a contar lo que están ellas pasando, lo que están

ellas sufriendo, lo que están ellas guardando, hablando de sus experiencias. Y estos grupos les han ayudado bastante a estas personas.

ES: Gracias. Y También, perdone. Quisiera saber la dirección y el nombre. Esta pregunta es para Juany López. Ella mencionó una de las organizaciones que ayudan en Washington, en Virginia. Tengo entendido. Si podría repetirla.

MC: Juany se refería a NAMI, a nuestras siglas en ingles son Nacional Alliance for the Mentally Ill. En español somos la Alianza Nacional para la Salud Mental. Entonces, déjeme le voy a dar mi correo electrónico. Comuníquese conmigo y puedo mandarle toda la información al respeto en lo que tenemos: materiales, recursos, etcétera, etcétera. Es majose@nami.org.

ES: Muchas gracias.

MC: De nada. Ya estamos llegando al final de nuestra teleconferencia. Así es que antes de despedirnos yo quiero agradecer mucho a cada uno de nuestros panelistas por compartir con nosotros la información tan importante. Quiero agradecer a todas las personas que fueron parte de esta llamada. Les quiero recordar que hemos puesto muchos de estos recursos en nuestra página web. Es [www.consumerstar.org](http://www.consumerstar.org). Nosotros mandaremos un email al respecto o una llamada al respecto. También les quiero informar que para seguir mejorando nuestros servicios y las llamadas y eventos del Centro STAR, vamos a hacer una llamada el día de mañana. Cada uno de los participantes. Va a ser una encuesta muy muy corta. ¿Qué les pareció la llamada? ¿Qué opiniones tienen? Y especialmente ¿qué sugerencias nos pueden dar para mejorarlas en el futuro? Así es que, por favor, dennos unos cinco a diez minutos de su tiempo el día de mañana. Los llamaremos por teléfono. Por favor, estén tranquilos de que toda la información que nos brindan es confidencial. Su número de teléfono o email es confidencial. No los compartimos con nadie. Hemos aprendido cosas muy importantes, como son la rehabilitación vocacional, el ser voluntario, los “job coaches”. También lo que muy importante como la educación, el apoyo familiar, etcétera, etcétera. Otra vez, muchas gracias a Juany a Lupe y a Ramiro por compartir su conocimiento con nosotros. Y mas adelante mandaremos más información sobre futuros eventos del Centro STAR. Muchas gracias.