



Series de Acomodación y Conformidad

Empleados con Trastornos de Salud Mental

La Red de Acomodación en el Empleo
PO Box 6080
Morgantown, WV 26506-6080
(800)526-7234 (V)
(877)781-9403 (TTY)
jan@askjan.org
askjan.org



Servicio ofrecido por la Oficina de la Póliza de Empleo de Personas discapacitadas del Departamento Laboral de los EE.UU

Prefacio

La Red de Acomodación en el Empleo (JAN) es un servicio de la Oficina para las Políticas de Empleo de Personas discapacitadas del Departamento del Trabajo de los EE.UU. JAN ha elaborado documentos que se han hecho disponibles con el fin de que la información sea utilizada solamente con motivos educativos. La información no intenta ser un consejo legal o médico y si estos son necesarios; servicios legales o médicos apropiados deberán ser consultados.

JAN no garantiza o recomienda ninguno de los productos o servicios mencionados en esta publicación. Aun cuando esfuerzo es hecho para mantener estos recursos al día, JAN recomienda contactar directamente a los productores/distribuidores de los productos y a los proveedores de servicios para asegurarse de que cumplan los propósitos previstos, garantizando así que la información sea más actualizada.

El siguiente documento no tiene derechos de autor y su reproducción es fomentada. La sección 105 de la Ley de los Derechos de Autor provee que no hay protección sobre los derechos de autor de los trabajos creados por el gobierno de los EE.UU; por lo tanto, todos los trabajos creados por JAN están bajo esta provisión. Aunque algunos individuos pueden usar ese trabajo impunemente, los individuos no pueden reclamar los derechos de autor del trabajo original hecho por el gobierno, únicamente en el material original añadido. Los individuos pueden tener acceso al texto completo de la ley en la página Web de la Oficina de Derechos de Autor de los Estados Unidos <http://www.loc.gov/copyright>. Por favor tenga en cuenta que alguna información específica citada por JAN puede tener derechos de autor de otras fuentes. Citar fuentes secundarias de las publicaciones de JAN puede violar los derechos de autor de otras organizaciones o individuos. El permiso debe ser obtenido de esas fuentes de acuerdo a cada caso específico. Cuando use los materiales de JAN, JAN pide que los materiales no sean reproducidos con fines lucrativos, el tono y la sustancia de la información no sea alterada, y que se le dé un reconocimiento apropiado a JAN como fuente de información. Para información adicional sobre este u otro documento proporcionado por JAN, por favor contacte JAN directamente

Escrito por Beth Loy, PhD. Actualizado 03/24/10.

SERIES SOBRE ACOMODACIONES Y CONFORMIDAD DE JAN

Introducción

La Red de Acomodación en el Empleo (JAN por sus siglas en Ingles), está diseñada para ayudar a empleadores determinar cuáles son las acomodaciones efectivas, y a cumplir con el Título I del acta para americanos con discapacidades (ADA por sus siglas en Ingles). Cada publicación en estas series explica específicas condiciones médicas y provee información sobre estas, el ADA, ideas de acomodaciones, y recursos disponibles para obtener más información.

La serie de Acomodación y Conformidad está en su comienzo, con respecto a acomodaciones y pueda que no tenga información sobre todos las enfermedades. Acomodaciones deberán ser hechas caso por caso, tomando en consideración las limitaciones envueltas en la discapacidad del individuo y la acomodación que se necesite. Se anima a los empleadores que contacten JAN a para discutir específicas situaciones con más detalle.

Para mayor información de asistencia en tecnología y otras ideas de acomodaciones, visite los Recursos de Acomodaciones en Línea de JAN (SOAR por sus siglas en Ingles <http://askjan.org/soar>).

Información Sobre Discapacidades Psiquiátricas

¿Que tan común es la discapacidad psiquiátrica?

Cada año aproximadamente 58 millones de americanos, uno de cada cuatro adultos, sufren de discapacidades mentales (Alianza Nacional Sobre Enfermedades Mentales, 2007). Uno de cada diecisiete personas vive con una enfermedad mental severa, tales como esquizofrenia, depresión, o trastorno bipolar (Instituto Nacional de Enfermedades Mentales, 2008) y entre los niños, uno de cada cuatro sufre de enfermedad mental severa o de un trastorno emocional (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, 1999)

¿Que es una discapacidad psiquiátrica?

La versión más reciente del Manual de Estadística Sobre Trastornos Mentales (DSM por sus siglas en Ingles) el cual es publicado por la Asociación Psiquiátrica Americana (APA por sus siglas en Ingles) provee criterios para diagnosticar trastornos de salud mental. De acuerdo al M DSM-IV (APA 1994), un trastorno de salud mental es:

un comportamiento clínico significativo o síndrome o patrón psicológico que ocurre en un individuo el cual esta asociado con angustias o discapacidad, o con un aumento significativo con riesgo de muerte, dolor, discapacidad, o importante pérdida de libertad. Además, este síndrome o patrón, no debe ser simplemente una respuesta esperada en ciertos eventos culturales, tales como la muerte de un ser querido.

La Alianza Nacional Sobre Enfermedades Mentales (NAMI por sus siglas en Ingles) (sin fecha) define el trastorno de salud mental como:

una enfermedad medica que perturba en una persona los sentimientos, pensamientos, humor, habilidad para relacionarse con otros, y funcionamiento diario. Tal como la diabetes es un trastorno del páncreas, las enfermedades mentales son trastornos médicos que comúnmente resultan en una capacidad reducida para lidiar con aspectos comunes de la vida.

¿Cuáles son las discapacidades mentales más comunes?

JAN recibe muchas preguntas sobre acomodaciones relacionadas con individuos que padecen de salud mental y trabajan con mucho éxito. Aun así, cuando hay varias definiciones y listas de trastornos, este documento describe aquellos que JAN recibe comúnmente. NAMI provee definiciones útiles estadística de trastornos de salud mental en base a su predominio. A continuación presentamos un resumen de estos trastornos (NAMI, sin fecha):

- **Trastorno bipolar**, también conocido como depresión maniática “es un trastorno medico que causa cambios extremos en el humor, estado de animo, y funcionamiento. El trastorno bipolar es una enfermedad crónica y generalmente perdura por toda la vida con episodios de manía y depresión que puede durar por días o meses y que casi siempre comienza durante la adolescencia y ocasionalmente durante la niñez.”
 - Estadística indica que 10 millones de americanos de edad adulta han sido diagnosticados con trastorno bipolar.
- **Trastorno de Personalidad Fronterizo (BPD por sus siglas en Ingles)** es “una enfermedad severa de salud mental comúnmente malinterpretada, caracterizada por una predominante inestabilidad del humor, relaciones interpersonales, imagen propia, y el comportamiento. Este es un trastorno de desequilibrio emocional. Esta inhabilidad comúnmente destruye familias y trabajos, planes y el sentido de identificación propia.”
 - Estadística indica que 1-2% de americanos de edad adulta sufren de BPD.
- **Depresión Mayor** es “persistente y puede interferir de una manera significativa con los pensamientos de un individuo, comportamiento, estado de animo, actividades, y salud física. Entre todas las enfermedades medicas la depresión mayor es la causa numero uno de discapacidades en los Estados Unidos de América y otros países desarrollados.”
 - Estadística indica que hay 15 millones de americanos de edad adulta que sufren de depresión mayor.

- **Trastorno Obsesivo-Compulsivo (OCD por sus siglas en Ingles)** “ocurre cuando un individuo tiene obsesiones y compulsiones por mas de una hora cada día de tal manera que interfiere con su estilo de vida”
 - Estadística indica que 2% de americanos de edad adulta sufren de depresión OCD.

- **Trastornos de pánico** ocurre cuando una persona “presenta ataques de pánico recurrentes, y por lo mínimo uno de estos conlleva a un mes donde la ansiedad y tendencias a eludir aumentan. Trastornos de pánico también pueden ser indicados si una persona sufre menos de cuatro episodios de ansiedad pero presenta miedos recurrentes o constantes de tener otro ataque de pánico.”
 - Estadística indica que 2-5% de americanos de edad adulta sufren de trastornos de pánico.

- **Trastorno de Estrés Postraumático (PTSD por sus siglas en Ingles)** es “un trastorno de ansiedad que ocurre después de que un individuo sufre un evento traumático que haya causado miedo intenso, horror o impotencia. Aun cuando es común sufrir de ansiedad por un periodo breve o aun depresión después de una situación intensa, personas con PTSD continuamente reviven el evento traumático; evitan a otras personas, pensamientos, o situaciones asociados con el evento, y presentan síntomas de emociones excesivas. Personas con este trastorno presentan estos síntomas por más de un mes y no pueden funcionar de la misma manera que estos solían antes de que el evento ocurriese. Los síntomas de PTSD normalmente aparecen en los primeros tres meses después de que el evento hay ocurrido; sin embargo, algunas veces estos ocurren aun después de meses o años.”
 - Estadística indica que 2-9% de americanos de edad adulta sufren de PTSD; este incluye 15-30% de veteranos.

- **Trastorno Afectivo Estacional (SAD por sus siglas en Ingles)** es “caracterizados por episodios recurrentes de depresión – normalmente a finales del otoño y durante el invierno – Intercalando periodos de estados de ánimos normales, o gran energía por el resto del año.”
 - Nota: SAD no es categorizado como un trastorno separado por el DSM-IV (APA, 1994), pero es utilizado como descripción añadida como patrón de episodios de presión in pacientes con depresión mayor y trastornos bipolares.

- **Esquizofrenia** “frecuentemente interfiere en un individuo con la habilidad de pensar claramente; distinguir entre la realidad y la fantasía, y para controlar las emociones, tomar decisiones, y relacionarse con otros.”
 - Estadística indica que hay dos millones de americanos de edad adulta que sufren de esquizofrenia.

Trastorno Mental y el Acta para Americanos con Discapacidades

¿Es el Trastorno Mental una discapacidad bajo el ADA?

El ADA no tiene una lista de trastornos médicos declarados como discapacidades. En vez, el ADA, tiene una definición general de discapacidad que cada persona deberá cumplir (EEOC). Por lo tanto, algunas persona con trastornos mentales tendrán una discapacidad bajo el ADA, mientras otras no.

Una persona tiene una discapacidad cuando él/ella tiene una limitación física o mental que limita substancialmente una o más actividades de la vida diaria, antecedentes de la limitación, o reconocido por tener dicha limitación (EEOC, 1992). Para mayor información en como determinar si una persona tiene una discapacidad bajo el ADA visite la siguiente página web: <http://askjan.org/corner/vol02iss04.htm>.

¿Donde pueden encontrar los empleadores información adicional sobre discapacidad psiquiátricas y el ADA?

JAN provee recursos sobre trastornos de salud mental y el ADA en la siguiente pagina web <http://askjan.org/media/psyc.htm>. Estas incluyen ideas de acomodaciones, información sobre el ADA y sus enmiendas, y la guía del EEOC. Dos guías del EEOC que pueden ser de gran ayuda durante el proceso de acomodación son: El ADA y Discapacidades Psiquiátricas en la siguiente pagina web: <http://www.eeoc.gov/policy/docs/psych.html> y el ADA: Aplicación de Estándares de conducta y desempeño a Empleados con Discapacidades en la siguiente pagina web: <http://www.eeoc.gov/facts/performance-conduct.html>.

Acomodaciones Para Empleados Con Trastornos Mentales

(Nota: personas con trastornos mentales puede que desarrollen algunas de las limitaciones mencionadas a continuación, pero raramente todas. El grado de la limitación varía dependiendo de los individuos. Dese cuenta que no todas las personas con discapacidades necesitan acomodaciones para desempeñar sus trabajos y otros solo necesitaran algunas. A continuación se mencionan unas pocas acomodaciones que pueden hacerse disponibles. Numerosas soluciones puede existir).

Preguntas a considerar:

1. ¿Qué limitaciones está experimentando el empleado con trastornos mentales?
2. ¿Cómo estas limitaciones afectan al empleado y el desempeño del empleado en su trabajo?
3. ¿Cuáles tareas específicas del trabajo son problemáticas como resultado de esta limitación?
4. ¿Qué acomodaciones están disponibles para reducir o eliminar estos problemas?
¿Han sido utilizados todos los recursos posibles para determinar las posibles acomodaciones?
5. ¿El empleado con trastornos mentales ha sido consultado en relación con una posible acomodación?
6. ¿Ya cuando se haya hecho una acomodación, será útil reunirse con el empleado para evaluar la efectividad de la acomodación y determinar si acomodo adicional es necesario?
7. ¿El supervisor de personal y los empleados necesitan entrenamiento relacionado con trastornos mentales?

Ideas de Acomodaciones:

Asistencia:

- Permita un ambiente de trabajo flexible
 - Horario flexible
 - Modificación del horario
 - Ausencias para consejería
 - Trabajo desde el hogar/lugar de trabajo flexible

Concentración:

- Disminuya las distracciones en el lugar de trabajo
 - Provea un lugar de trabajo cerrado, panel de absorción de sonido o una oficina privada

- Permita el uso de ruido blanco o maquinas de sonido ambiental
- Permita al empleado escuchar música tranquilizadora usando audífonos y computadora o equipo de sonido
- Planee periodos de tiempo en el trabajo sin interrupciones
- Haga uso de organizadores para evitar la conglomeración
- Aumente la visibilidad natural o provea luz de espectro completo
- Permita un ambiente de trabajo flexible
 - Horario flexible
 - Modificación del horario
 - Ausencias para consejería
 - Trabajo desde el hogar/lugar de trabajo flexible
- Divida las tareas en pequeñas porciones y metas
- Haga uso de pistas auditivas o escritas de manera apropiada
- Reestructure el trabajo e incluya las funciones esenciales
- Provea ayuda para la memoria ya sea por medio de organizadores, planificadores, e correos electrónicos

Emociones

- Anime al individuo a hacer uso de técnicas para el manejo del estrés para lidiar con las frustraciones.
- Permita el uso de animales de servicio
- Permita llamadas telefónicas durante las horas de trabajo si apoyo es necesario
- Permita descansos de manera flexible
- Refiera al individuo al Programa de Asistencia para Empleados.

Fatiga

- Permita un ambiente de trabajo flexible
 - Horario flexible
 - Modificación del horario
 - Ausencias para consejería
 - Trabajo desde el hogar/lugar de trabajo flexible
- Provea la cantidad de trabajo por hacer de tal manera que sea necesaria para alcanzar las metas fijadas.
- Reduzca o elimine el esfuerzo físico y estrés en el lugar de trabajo
- Implemente una estación de trabajo ergonómica.

Memoria

- Permita el uso de un entrenador de trabajo privado
- Provea un mentor
- Provea minutos de reuniones y entrenamientos
- Haga uso de pistas auditivas o escritas de manera apropiada
- Haga uso de un esquema codificado con color para priorizar las tareas por hacer
- Haga uso de libretas, planificadores, o “posit”
- Provea etiquetas o una pizarra con pistas para ayudar a localizar los objetos

Organización:

- Haga uso de una lista de tareas por hacer; diaria, semanal y mensual
- Haga uso de calendario con alarmas automáticas como recordatorio de reuniones y fechas importantes
- Haga uso de organizadores electrónicos o equipos móviles
- Utilice organizadores electrónicos
- Haga uso de un esquema codificado con color para priorizar las tareas por hacer

Ataques de pánico:

- Permítale al empleado tomar descansos e ir a un lugar donde este/a se sienta cómodo para practicar sus técnicas de relajamiento o contactar a otra persona para obtener apoyo
- Identifique y elimine los desencadenantes ambientales tales como olores particulares o ruidos
- Permita la presencia de animales de servicio

Trastornos del sueño

- Permita una hora de llegada flexible
- Combine los cortos per descansos frecuentes en uno mas largo
- Provea un lugar adecuado para que el individuo pueda descansar
- Permita al empleado trabajar bajo un horario consistente
- Provea equipos tales como el "Doze Alert" para mantener a empleado alertado
- Provea áreas de trabajo con luz natural o luz solar

Estrés:

- Refiera a consejería y al Programa de Asistencia para Empleados (EAP por sus siglas en Ingles)
- Permita al empleado hacer llamadas telefónicas a doctores, y otras personas para obtener apoyo durante las horas de trabajo
- Permita la presencia de animales de servicio
- Permita un ambiente de trabajo flexible
 - Horario flexible
 - Modificación del horario
 - Ausencias para consejería
 - Trabajo desde el hogar/lugar de trabajo flexible

Interacción en con compañeros de trabajo:

- Anime al empleado a alejarse de situaciones frustrantes y confrontaciones
- Provea espacios divididos o puertas para mantener la privacidad
- Provea un entrenamiento de conciencia sobre discapacidades a supervisores y al resto de los empleados

Trabajando de una Manera Efectiva

Dos de los problemas más comunes que JAN recibe son: (1) Que tipos de acomodaciones funcionaran mejor para un individuo con discapacidad de salud mental durante grandes cambios en el lugar de trabajo, y (2) que tipo de acomodación le serán de mejor ayuda para trabajar de una manera efectiva con un empleado que sufre de trastornos de salud mental. Varias ideas de acomodaciones han sido creadas en relación a varias técnicas para el manejo de manera efectiva. Cuando organizaciones implementar grandes cambios en el lugar de trabajo, es muy importante para el personal clave reconocer que grandes cambios en el entorno puede ser bastante duro para supervisores. Mantener una comunicación abierta es necesario para asegurar que la transición sea fácil; reuniones semanales o mensuales con los empleados para discutir problemas presentados en el lugar de trabajo es de gran ayuda.

Los supervisores también pueden implementar técnica de manejo que apoyen un lugar de trabajo inclusivo y a la vez provea acomodaciones. Algunas técnicas que han sido efectivas incluyen las siguientes:

- Provea refuerzo y apoyo positivo
- Provea guía y reacción a diario
- Provea instrucciones escritas por correo electrónico
- Desarrolle lo que se espera de cada tarea de manera clara y explique las consecuencias a sufrir si las metas no son alcanzadas
- Lleve a cabo reuniones de manera consistente para trazar las metas y observar el progreso
- Permita comunicación abierta
- Establezca metas a corto y largo plazo de manera escrita
- Desarrolle estrategias para lidiar con conflictos
- Desarrolle un procedimiento para evaluar la efectividad en la comunicación
- Eduque a todos los empleados con respecto a sus derechos de acomodo
- Provea entrenamiento a supervisores y al resto de los empleados
- No fuerce a los empleados a asistir a funciones sociales, y
- Anime a todos los empleados a tener aquellas conversaciones que no estén relacionadas con el trabajo fuera del área de trabajo.

Situaciones y Soluciones:

Una secretaria con trastorno de estrés postraumático (PTSD por sus siglas en Ingles), que fue secuestrada algunos años atrás, sufría de gran ansiedad al tomar transporte de noche. Este le causaba problemas para mantener la concentración y la mantenía irritada. Ella fue acomodada con la presencia de un animal de servicio en el lugar de trabajo y un horario de trabajo flexible que le permitiera trabajar desde su hogar durante días con luz solar mínima.

Un diseñador grafico con trastornos de pánico sufría de ataques pánicos recurrentes cuando viajaba durante horade alto trafico. A este se le fue permitido dejar sus trabajos

de diseño y obtenerlos impresos desde una papelería local cuando fuese necesario. Este también fue acomodado con un horario que le diese la oportunidad de dejar y recibir sus trabajos cuando fuese al trabajo por las mañanas.

Un panadero con trastorno obsesivo-compulsivo, repetitivamente chequeaba los ingredientes para un r cipe. Este individuo fue acomodado con una lista electrónica para cada r cipe escrito en el menú. A este se le fue dado tiempo en las mañanas para arreglar y chequear los ingredientes por usar durante el d . Cuando este sentía la necesidad de chequear los ingredientes lo podía hacer de una manera más rápida al hacer uso de lista diaria. Esta lista fue puesta en una computadora portátil similar a los radios utilizados por el resto de los empleados.

Una empleada de supermercado; encargada de embolsar productos, con SAD presentaba dificultades para trabajar en el horario de la mañana por dormir de más. Ella también sufría de fatigas y depresión durante los últimos días del otoño y por todo el invierno. Esta fue acomodada con horario de tarde y fue relocalizada en la parte de enfrente de la tienda, ya que su nuevo lugar de trabajo poseía ventanas que permit an los rayos de luz solar llegar hasta su lugar de trabajo.

Un contador para una gran agencia sufría de trastorno bipolar. Sus tareas incluían trabajos de investigación, escritura, y completar reportes. Este presentaba dificultades con la concentración como también memoria a corto plazo durante periodos de mucho trabajo que requieran de largas horas de trabajo. Este fue acomodado con una cantidad de trabajo más consistente que no consistiera con grandes diferencias en la cantidad de trabajo. A este también se le fue dado un lugar de trabajo sin mucho ruido y se le fue dado audífonos para que pudiese escuchar música. También este se reu a con su supervisor cada semana para discutir la cantidad de trabajo.

Un electricista con depresión severa necesitaba atender periódicamente a entrenamientos para mantener su licencia como electricista. Este presentaba dificultades para tomar notas de manera efectiva y prestar atención durante las reuniones. Este individuo fue acomodado con notas reproducidas por un Servicio en Sistemas de Comunicación en Tiempo Real (CART por sus siglas en ingles).

Recursos

La Red de Acomodaciones en el Empleo (Job Accommodation Network – JAN por sus siglas en ingles)

West Virginia University
PO Box 6080
Morgantown, WV 26506-6080
Toll Free: (800)526-7234
TTY: (877)781-9403
Fax: (304)293-5407
jan@askjan.org
<http://askjan.org>

La Red de Acomodaciones en el Empleo es un servicio de consulta gratuito que proporciona información sobre acomodaciones en el lugar de trabajo, la Ley para Personas con Discapacidades (ADA por sus siglas en ingles) y el empleo de personas con discapacidades.

Oficina de la Póliza de Empleo de Personas con Discapacidades (Office of Disability Employment Policy- ODEP por sus siglas en ingles)

200 Constitution Avenue, NW, Room S-1303
Washington, DC 20210
Direct: (202)693-7880
TTY: (202)693-7881
Fax: (202)693-7888
infoODEP@dol.gov
<http://www.dol.gov/odep/>

La Oficina de la Póliza de Empleo de Personas con Discapacidades (Office of Disability Employment Policy -ODEP por sus siglas en ingles) es una agencia dentro del Departamento del Trabajo de los Estados Unidos. ODEP proporciona liderazgo nacional para incrementar las oportunidades de empleo de adultos y jóvenes con discapacidades mientras ellos se esfuerzan por eliminar las barreras de empleo

Asociación Americana de Trastornos de Ansiedad (Anxiety Disorders Association of America)

8730 Georgia Avenue
Suite 600
Silver Spring, MD 20910
Directo: (240)485-1001
Fax: (240)485-1035
<http://www.adaa.org>

La Asociación Americana de Trastornos de Ansiedad provee recursos para clínicos, investigadores, y suministradores de tratamientos en todas las disciplinas. Recursos

para aquellos que sufren de trastornos de ansiedad, familiares, y otros interesados también están disponibles.

BDPWORLD

PO Box 1364

Huddersfield,

<http://www.bpdworld.org/>

BPDWORLD contiene información que se enfoca en personalidades límite (BPD por sus siglas en Inglés). La página web posee amplia información que se ha hecho disponible para todos e incluye información sobre la depresión, daño a sí mismo, ansiedad, entre otros. Este también provee los mejores servicios de apoyo disponibles en internet con foros, chat, sistema de parejas de apoyo, chat instantáneo con personas voluntarias y un buen sistema de revistas o periódicos.

**Centro de Rehabilitación Psiquiátrica (Center for Psychiatric Rehabilitation)
Boston University**

940 Commonwealth Avenue West

2nd Floor

Boston, MA 02215

Directo: (617)353-3549

Fax: (617)353-7700

kfurlong@bu.edu

<http://www.bu.edu/cpr>

Este Centro de Rehabilitación Psiquiátrica conduce trabajos de investigación, desarrolla materiales de educación, difunde nueva información y provee nuevos entrenamientos de consulta en el área de rehabilitación psiquiátrica.

**Fundación Obsesivo – Compulsivo Internacional (International Obsesive
Compulsive Foundation, Inc.)**

PO Box 961029

Boston, MA 02196

Directo: (617) 973-5801

<http://www.ocfoundation.org>

La Fundación Obsesivo-Compulsivo educa al público y comunidades profesionales sobre el trastorno obsesivo-compulsivo y trastornos relacionados; provee asistencia a individuos con trastorno obsesivo-compulsivo, familiares y amigos, como también apoya investigaciones sobre las causas y tratamientos efectivos para este trastorno y otros parecidos.

Centro Judge David L. Bazelon para las Leyes de Salud Mental (Center Judge David L. Bazelon for Mental Health Law)

1101 15th St. NW
Suite 1212
Washington, DC 20005
Directo: (202)467-5730
TTY: (202)467-4232
Fax: (202)223-0409
HN1660@handsnet.org
<http://www.bazelon.org>

El Centro Bazelon es una organización nacional sin fines lucrativos involucrada en advocación legal para personas con discapacidades mentales

Salud Mental de América (Mental Health America)

2000 N Beauregard Street, 6th Floor
Alexandria, VA 22311
Línea gratuita: (800)969-6642
Directo: (703)684-7722
TTY: (800)433-5959
Fax: (703)684-5968
infoctr@nmha.org
<http://www.nmha.org>

La organización Salud Mental de América es una organización caritativa con más de 80 años de éxito con respecto a las necesidades de la salud mental que se presenta en la comunidad, estado, y en toda la nación. Fue fundado en 1909 como el Comité Nacional para la Higiene Mental por un paciente psiquiátrico antiguo llamado Clifford W. Beers, la NMHA siempre ha dependido de voluntarios para poder cambiar la percepción de los americanos sobre la salud y enfermedad mental. La NMHA actúa voluntariamente alrededor de todo el país para satisfacer las necesidades de salud y enfermedad mental de las comunidades a través de una selección amplia de servicios.

Alianza Nacional de Salud Mental (NAMI por sus siglas en Ingles) (National Alliance on Mental Illnes-NAMI)

3803 N. Fairfax Dr., Ste. 100
Arlington, VA 22203
Línea gratuita: (800)950-6264
Directo: (703)524-7600
Fax: (703)524-9094
campaign@nami.org
<http://www.nami.org>

NAMI se dedica a mejorar las vidas de individuos y familiares de aquellos que son afectados por trastornos mentales. NAMI se enfoca en tres actividades claves que ofrecen esperanza, reforma, y salud a la comunidad americana: Conciencia, Educación, y Advocación

Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH por sus siglas en Ingles) (National Institute of Mental Health)

Sucursal de Diseminación, Imprenta y Escritura Científica (Science Writing, Press, and Dissemination Branch)

6001 Executive Blvd, Room 8184, MSC 9663

Bethesda, MD 20892-9663

Toll Free: (866)615-6464

Direct: (301)443-4513

TTY: (866)415-8051

Fax: (301)443-4279

nimhinfo@nih.gov

<http://www.nimh.nih.gov>

El NIMH ofrece una gran variedad de publicaciones y otros recursos educativos para personas con trastornos mentales, al público general, aquellos que se encargan del cuidado de estos pacientes, y a investigadores que desean tener un mejor entendimiento sobre las enfermedades mentales y los programas de investigación que se llevan a cabo por esta entidad. Todas las publicaciones y materiales educativos son escritos por escritores científicos, en colaboraciones con los científicos de NIMH y críticos de otras entidades.

Instituto Nacional de Investigación sobre Discapacidad y Rehabilitación (National Institute on Disability and Rehabilitation Research)

400 Maryland Ave. S.W.

Washington, DC 20202-2572

Línea gratuita: (800)872-5327

Directo: (202)401-2000

TTY: (800)437-0833

Fax: (202)401-0689

<http://www.ed.gov/about/offices/list/oers/nidrr/index.html?src=mr>

NIDRR (por sus siglas en ingles) provee apoyo para programas nacionales e internacionales para investigaciones comprensivas en todos los aspectos de rehabilitación para personas con discapacidades y la integración de estos en el trabajo, educación y vida educativa.

Centro Nacional de información Sobre Ayuda Autónoma y la Salud Mental del Consumidor (National Mental Health Consumer Self-Help Clearinghouse)

1211 Chestnut Street
Suite 1207
Philadelphia, PA 19107
Línea gratuita: (800)553-4KEY
Directo: (215)751-1810
Fax: (215)636-6312
info@mhselfhelp.org
<http://www.mhselfhelp.org>

Fundado por el Instituto Nacional de la Salud Mental-Programa de Apoyo Comunitario; el propósito del centro de información es contribuir con el desarrollo y crecimiento de los grupos de ayuda autónoma.

Administración de Servicios de Abusos de sustancias y Trastornos Mentales (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) (SAMHSA)

P.O. Box 2345
Rockville, MD 20847-2345
Línea gratuita: (877)726-4727
TTY: (800)487-4889
Fax: (240)221-4292
Phone: (800)622-4357
SHIN@samhsa.hhs.gov
<http://www.samhsa.gov>

La misión de SAMSHA (por sus siglas en inglés) es construir resistencia y facilitar la recuperación a personas con alto riesgo al abuso de sustancias y con trastornos mentales. El Localizador de tratamientos le ayuda a encontrar este servicio por estado.

Referencias

- American Psychiatric Association. (Asociación Psiquiátrica Americana)(1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (Manual de Estadística sobre Trastornos Mentales)* (4th ed.). Washington, DC: Autor.
- Equal Employment Opportunity Commission. (1992). *A technical assistance manual on the employment provisions (title I) of the Americans with Disabilities Act. ((Manual de Asistencia Técnica para el Empleo, provisión (título I) de la Ley para Personas Discapacitadas (ADA).)* Actualizado Noviembre 30, 2009, de la siguiente página web: <http://askjan.org/links/ADAatam1.html>
- National Alliance on Mental Illness. (Alianza Nacional de Salud Mental) (2007). *Mental illness: Facts and numbers. (Enfermedades Mentales: Números y Hechos)* Actualizado Noviembre 30, 2009, de la siguiente página web: http://www.nami.org/Template.cfm?Section=About_Mental_Illness&Template=/ContentManagement/ContentDisplay.cfm&ContentID=53155
- National Alliance on Mental Illness (n.d.a) (Alianza Nacional de Salud Mental, sin fecha .a). *What is mental illness: Mental illness facts. (Que es una enfermedad mental: hechos sobre las enfermedades mentales)* Actualizado Noviembre 30, 2009, de la siguiente página web: http://www.nami.org/Content/NavigationMenu/Inform_Yourself/About_Mental_Illness/About_Mental_Illness.htm
- National Alliance on Mental Illness. (n.d.b) (Alianza Nacional de Salud Mental, sin fecha .b). *Mental illness: By illness (Enfermedades Mentales: por enfermedad).* Actualizado Noviembre 30, 2009, de la siguiente página web: http://www.nami.org/Template.cfm?Section=By_Illness
- National Institute of Mental Health. (Instituto Nacional de Salud Mental) (2008). *NIMH: The numbers count— Mental disorders in America (Los números cuentan- Enfermedades Mentales en América).* Actualizado Noviembre 30, 2009, de la siguiente página web: <http://www.nimh.nih.gov/publicat/numbers.cfm>
- U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos). *Mental health: A report of the surgeon general.* Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Center for Mental Health Services, 1999, pp. 408-409, 411.

También vea:

- JAN's Accommodation and Compliance Series: The ADA Amendments Act of 2008 (Series de Acomodación y Conformidad de JAN: Acta de Enmiendas del ADA del 2008) en la siguiente página web: <http://askjan.org/bulletins/adaaa1.htm>
- EEOC's The ADA and Psychiatric Disabilities and ADA (El ADA y las Discapacidades Psiquiátricas del EEOC) en la siguiente página web: <http://www.eeoc.gov/policy/docs/psych.html>
- EEOC's The ADA (El ADA del EEOC): Applying Performance and Conduct Standards to Employees with Disabilities (Aplicación de Estándares de conducta y desempeño a Empleados con Discapacidades) en la siguiente página web: <http://www.eeoc.gov/facts/performance-conduct.html>.

Este documento fue desarrollado por la Red de Acomodación en el empleo, financiado por la Oficina para las Políticas de Empleo de Personas discapacitadas del Departamento del Trabajo de EE.UU. Política (DOL079RP20426). Las opiniones contenidas en este documento no reflejan necesariamente las opiniones o políticas

del Departamento del Trabajo de EE.UU. La mención de marcas, productos comerciales, y organizaciones no insinúan respaldo por parte del Departamento del Trabajo de EE.UU