

# SUGERENCIAS: Para manejar los desafíos de acceso

## PASO 4 - SUGERENCIAS: Para manejar los desafíos de acceso

Vea en este video los obstáculos o desafíos del NDIS que han afrontado algunos participantes en el NDIS:

A transcript of this video is here: [Transcript-Barriers](#)

You may find you face challenges when trying to access the NDIS. And the NDIA is continuing to work to improve the NDIS based on these experiences and people's feedback.

For now, here are some challenges that people with mental health conditions may experience with the NDIS, and tips to manage them:

### No entiendo lo que es el NDIS o en qué me puede ayudar

Lea esta página web y el cuaderno y pruebe las actividades. Converse con un amigo, pariente, trabajador o semejante acerca de lo que está aprendiendo. Únase a un grupo, p.ej. en Facebook, donde la gente habla de sus experiencias con el NDIS, para poder compartirlas y aprender de los demás.

### Creo, o me dijeron, que no cumpla con los requisitos

Para evitar una decisión de "no cumple con los requisitos", es importante que prepare la mayor cantidad de información posible antes de presentar su pedido de acceso.

Algunas cosas para recordar:

- Tómese el tiempo de reflexionar sobre los sistemas de apoyo que usted necesita de modo que pueda explicarlos en su pedido de acceso. ¡No olvide usar el cuaderno de reimagine.today como ayuda!
- Tenga ilusiones y metas claras
- Pídale a alguien que le ayude con la solicitud, o que sea su defensor
- Hable sin reservas - haga preguntas y comparta sus opiniones e inquietudes - obtenga asesoramiento en la página Estrategias para mantener mi salud y bienestar
- Reúna toda la información necesaria antes de presentar su pedido de acceso - use el cuaderno (o App) de reimagine.today para guardar su información en un solo lugar.

Tal vez necesite pruebas de los siguientes:

- Hospitalización frecuente por su salud mental
- Recibir atención y tratamiento de salud mental de un médico clínico, servicio público de atención de la salud mental, psiquiatra privado u otro trabajador de la salud
- Escaso o ningún empleo en los años recientes
- Mala salud física

- Vivienda insegura
- Aislamiento social extremo
- Escaso o ningún apoyo de la familia o los amigos
- Información reciente sobre diagnóstico y tratamiento.

La Ley del NDIS no exige que la persona tenga un diagnóstico ya que el plan se concentra en las consecuencias funcionales de la salud mental sobre su vida, no en sus diagnósticos. No obstante, puede resultar más fácil demostrar que se cumple con los requisitos para el NDIS con información sobre el diagnóstico y tratamiento. Si usted considera que no tiene un problema de salud mental o tiene otros motivos por los que prefiere no recibir tratamiento de la salud mental, piense en discutir esto con el NDIA o con su Coordinador de Área Local (LAC) cuando presente la solicitud.

Si usted no está de acuerdo con la decisión sobre su cumplimiento de los requisitos puede pedirle al NDIA o a otros que la revisen. Vea la página [El pedido de la revisión de una decisión](#).

## **¿Qué sucede si actualmente recibo apoyo de un programa federal de salud mental pero no presento solicitud?**

Los programas federales de salud mental son Partners in Recovery (Socios en la Recuperación), Personal Helpers and Mentors (Servicio de Ayudantes y Asesores Personales), Day to Day Living Program (Programa de Vida Cotidiana) y Mental Health Respite: Carer's Support (Descanso para cuidadores de salud mental: Apoyo al cuidador).

Si usted recibe/recibía apoyo de uno de estos programas, igualmente seguirá recibiendo apoyo si presenta la solicitud pero no cumple con los requisitos para el NDIS. Si usted opta por no solicitar acceso al NDIS, puede que esto limite la cantidad de apoyo a su disposición, y que pierda su "Garantía de servicio".

### **La Garantía de servicio**

Si anteriormente usted recibió un servicio de un programa de salud mental, existe una "Garantía de servicio" durante la transición al NDIS. Esto significa que usted debe recibir por lo menos el mismo nivel de apoyo que recibía en el pasado. Es importante que hable de esto con el NDIA, su Coordinador de Área Local (LAC) o un defensor.

## **Estoy confundido, ansioso y estresado por el trámite de acceso**

La solicitud de acceso al NDIS y el trámite de planificación son mucho trabajo. El NDIS es un nuevo sistema de apoyo, y por eso resulta poco familiar. Por ello el trámite puede resultar confuso y estresante.

Es importante que cuide su salud y bienestar y que mantenga sus actividades de atención personal. Si usted tiene un plan de bienestar, tal vez quiera revisarlo y hacer algunas tareas de atención personal extra en estos momentos. Vea las estrategias adicionales en Centro de atención personal.

Puede resultar útil hablar con otras personas que han pasado por el trámite: pregunte a las personas que conoce, vea si hay un grupo en su zona o busque un grupo en línea p.ej. en Facebook. Ahora el NDIA hace un "Mi primer plan". Puede darle tiempo a usted para empezar a conocer el NDIA y a ste para conocerle a usted. Esto acorta el tiempo de espera de las personas que reúnen los requisitos.

Si pasaron 21 días desde que tuvo noticias del NDIA sobre su solicitud o su plan, póngase en contacto con el Organismo. Tome nota del día y hora en que habló, con quién habló y lo que le dijeron. Su cuaderno de reimagine.today tiene espacio para anotar estos datos.

## **Todavía no recibí una decisión acerca de mi solicitud**

El NDIA procura tomar decisiones dentro de los 21 días de la solicitud. Cada vez que pida más información se reiniciará el plazo de 21 días. Esto puede suceder varias veces.

Es posible que tenga que armarse de paciencia mientras el NDIA atiende a muchas personas que necesitan apoyo. Si han pasado 21 días desde que recibió las últimas noticias, póngase en contacto con el NDIA. Tome nota del contacto.

Usted tiene derecho a ofrecer comentarios o a presentar una queja. Encontrará mayor información sobre la presentación de comentarios y quejas en [esta página](#) y en la [página web del NDIS](#).

## **¿Qué sucede si no cumplo con los requisitos?**

No todas las personas reúnen las condiciones para apoyo o servicios financiados por el NDIS, ni lo quieren o necesitan. reimagine.today incluye información sobre dónde pueden dirigirse las personas que no tienen acceso al NDIS, para obtener atención y apoyo. Vea la página [Si no reúno los requisitos de acceso ¿qué puedo hacer?](#).

Si sus necesidades u opciones cambian, podría pensar en volver a pedir acceso al NDIS.

## **Este cambio me está resultando abrumador y me pregunto si vale la pena**

El NDIS es la mayor reforma social desde la introducción de Medicare hace más de 30 años. Llevará tiempo que todo funcione bien para las personas con problemas de salud mental. Las personas con problemas de salud mental que tienen acceso al NDIS se beneficiarán con los mayores niveles de apoyo. El aumento de apoyo tiene por objeto aumentar la salud y el bienestar. ¡Es por esto que vale la pena!

Es posible que las personas que reciben servicios de apoyo a la discapacidad financiados por los estados o territorios no hayan notado su transición inicial al NDIS. Otras, incluidas las que reciben el Programa federal de salud mental, y otras personas con problemas de salud mental, tal vez consideren que la solicitud de acceso y la planificación sean difíciles.

Si usted considera que no vale la pena participar en el NDIS, hable al respecto con una persona de confianza. Puede que haya ayuda extra para que pueda navegar por el NDIS y otros servicios. Le alentamos a que lo intente y a que mantenga la esperanza y el optimismo sobre el NDIS y otras reformas de salud mental.

## **Me resulta difícil hablar con gente nueva y tener diferencias de opinión con la gente**

La interacción con las personas de autoridad puede resultar difícil. Esto vale especialmente si otras personas le han tratado mal en el pasado. Como ejemplos de tratarle mal podemos citar el matonismo, hostigamiento, maltrato y abandono. NO es aceptable que estas cosas le sucedan a usted. Si le han tratado mal es posible que tema hablar con la gente o que le asusten las diferencias de opinión.

Recuerde, si usted:

- está solicitando acceso al NDIS [hay apoyo a su disposición](#)
- reúne las condiciones para el apoyo del NDIS, podría usar esos recursos para desarrollar capacidades y confianza, conocer gente nueva o resolver las diferencias de opinión (a veces esto se llama resolución de

conflictos). Conseguir ayuda significa que estas actividades están incluidas en su plan

- no reúne las condiciones para el NDIS, es importante que intente mantenerse esperanzado acerca de su recuperación y que busque la [ayuda que necesita y desea para apoyar dicha recuperación](#).

no results