

Perduran los efectos emocionales del 11 de septiembre

El 11 de septiembre dejó una impresión indeleble en todos los que pasaron por esa experiencia. Las escenas vistas y los olores que impregnaban el ambiente ese día nunca se podrán olvidar. Sin duda alguna, los trabajadores y voluntarios que estuvieron tratando con la secuela durante semanas y meses nunca olvidarán sus experiencias.

Un lugar para recibir ayuda

El impacto que el 11 de septiembre tuvo en la salud de algunos de los que respondieron para auxiliar está bien claro. Pero, además de los problemas médicos, muchos de los que respondieron también sufren los efectos emocionales del desastre del WTC. El Programa de Observación y Tratamiento Médico del WTC ("The World Trade Center Medical Monitoring and Treatment Program") trata de mejorar la salud psicológica de los que respondieron para auxiliar el 11 de septiembre además de tratar con los problemas médicos. Todas las clínicas del programa proporcionan detección de problemas de salud mental así como tratamiento. En estos últimos años, el programa ha ayudado a que miles de los que respondieron el 11 de septiembre aprendan a sobrellevar los efectos emocionales de su trabajo en el WTC. A pesar de que la experiencia de cada paciente es diferente, los que respondieron

con su auxilio tienen algunos males en común.

Muchos de los que respondieron el 11 de septiembre y que han venido a recibir tratamiento sufren trastornos tales como depresión, ansiedad y abuso de sustancias.

La falta de alegría y del goce por la vida, menos la esperanza sobre el futuro, dificultad para dormir y concentrarse, todos esos son síntomas que afectan a los que sufren de una gran depresión y del trastorno del estrés postraumático (PTSD). Esos dos trastornos afectan a muchos de los que respondieron el 11 de septiembre y pueden causar dificultades en las relaciones personales y problemas en el trabajo.

Los que respondieron para auxiliar el 11 de septiembre se pueden sentir mejor con la ayuda de un profesional de salud mental. -Sentimos mucha confianza en nuestro tratamiento, si el paciente está dispuesto a trabajar con nosotros-, dijo el Dr. Craig Katz. Él es el psiquiatra supervisor del Programa de Observación y Tratamiento de la Salud Mental del WTC en el Centro Clínico de Mount Sinai. -Somos afortunados porque podemos ofrecer muchos tipos de tratamiento para los problemas de salud mental de la gente que, con frecuencia, son crónicos.- Los tratamientos incluyen medicamentos, psicoterapia individual, de grupo y de familia.

También hay terapia de bienestar que enseña a los pacientes a manejar las sensaciones físicas del PTSD y la depresión con el uso de relajamiento y visualización.



Estas sensaciones pueden incluir latidos fuertes del corazón, sudores y falta de aliento. El tratamiento específico que reciba la persona que prestó auxilio dependerá de su situación individual.

Obtenga ayuda

La trabajadora social Janet Lavelle LCSW, urge a los que prestaron auxilio que consideren su salud mental del mismo modo que consideran su salud física.

- Deben pensar en esos síntomas igual que piensan en cualquier otra consecuencia médica de haber prestado auxilio el 11 de septiembre.- dijo la señorita Lavelle. Ella supervisa al plantel de empleados de trabajo social en los dos locales del programa en el Centro Clínico de Long Island.

Pero, no importa el tipo de tratamiento que reciba un paciente, siempre es beneficioso

empezar lo más pronto posible. En la salud mental, igual que en la física, es más fácil tratar un problema cuando se encuentra temprano. Los médicos, trabajadores sociales y

psicólogos que trabajan para el programa del WTC exhortan a que todos los que prestaron auxilio que piensan que necesitan ayuda la pidan. -La gente sufre demasiado en silencio cuando se trata de problemas de salud mental y no tiene por qué ser así.- dijo el Dr. Katz.

Pregúntele al médico – Dr.

Fatih Ozbay Psiquiatra de cabecera del Programa del WTC para el Tratamiento de la Salud Mental y Profesor adjunto de psiquiatría en la Facultad de Medicina de Mount Sinai.

–Pasar a la página 3

La Campaña 9/11 para los más necesitados de asistencia médica presta ayuda con la presión alta

CUANDO MAURICE SILVERSTEIN fue a la sala de emergencias con dolor en el pecho hace como un año, le dieron buenas noticias y malas noticias. La buena noticia fue que no le había dado un ataque al corazón. La mala fue que tenía la presión arterial tan alta que a los médicos les preocupaba que le amenazara la vida.



Maurice Silverstein

- Me dijeron que la tenía por la nubes. - dijo el Sr. Silverstein, que había sido voluntario de la Cruz Roja en el Punto Cero el 11 de septiembre de 2001. Acabó por tenerse que quedar esa noche en el Centro Médico de Mount Sinai donde lo vigilaron los cardiólogos. Al día siguiente, mandaron al antiguo asistente legal de 48 años para la casa con medicina para la presión alta y con instrucciones de regresar para consultas de seguimiento con sus médicos.

Al Sr. Silverstein le fue posible controlar la hipertensión con tres medicamentos y con chequeos periódicos por el cardiólogo. La asistencia médica recibida estaba cubierta por un seguro subvencionado por el estado. Lamentablemente, después de varios meses perdió su seguro. Empezó a recibir beneficios semanales por servicios de voluntario de Compensación para el Trabajador. Le daban alrededor de \$400 semanales lo que significaba que sus ingresos eran demasiado altos para el programa de seguro estatal.

Con el tratamiento que estaba recibiendo para la presión arterial alta en peligro, el Sr. Silverstein encontró otros modos de conseguir la medicina que necesitaba. Compraba las medicinas que estaba tomando para la hipertensión en farmacias de la República Dominicana a donde va con regularidad. Allí no necesitaba receta y los precios eran mucho más bajos que los que hubiera pagado en la ciudad de Nueva York sin tener seguro.

-Tuve que pensar en una solución creativa mientras ponderaba el paso siguiente,- nos dijo.

El Sr. Silverstein solicitó otro tipo de seguro médico patrocinado por el estado pero lo rechazaron. Él sabía que su situación no se iba a quedar igual por largo tiempo pero, aparte de volver a solicitar el programa estatal, no sabía qué hacer hasta que conoció a una trabajadora en la promoción de la ayuda social del Programa del WTC para Observación y Tratamiento Médico.

Reggie Pabón, un coordinador que promociona la ayuda social para el centro clínico de Mount Sinai, le aconsejó a Sr. Silverstein que presentara su solicitud de cobertura por presión arterial alta a la Campaña para los Más Necesitados de Asistencia Médica del 9/11. Luego, el Sr. Silverstein hizo una cita con Forster Chhean, un consejero de la clínica dedicado a beneficios y el Sr. Chhean lo ayudó a presentar la solicitud a dicho fondo.

- Fue un proceso simple. Él me preguntó ciertas cosas e hizo algunas preguntas a mi médico y eso fue todo. - dijo el Sr. Silverstein al describir su cita con el consejero de beneficios.

Durante los últimos dos meses, el Sr. Silverstein ha podido ir a su cardiólogo y conseguir su medicina aquí mismo en la ciudad de Nueva York.

- Por el momento, está tratando con el problema más importante, - nos dijo.- Me ha proporcionado la capacidad de que me vean y me den tratamiento.

La Campaña 9/11 para los Más Necesitados de Asistencia Médica está financiada por el Fondo del New York Times para los Casos Más Necesitados y por otros donantes generosos

CENTROS CLÍNICOS QUE PARTICIPAN EN EL PROGRAMA DE OBSERVACIÓN Y TRATAMIENTO MÉDICO DEL WTC

Para más información, para inscribirse o para cambiar de clínica, llame al 888-702-0630

MANHATTAN

- ▶ Mount Sinai- Centro de Medicina Ocupacional y Ambiental I. J. Sellkoff Center 212-241-1554
- ▶ Centro Hospitalario Bellevue/ Clínica de Medicina Ocupacional y Ambiental de NYU 212-562-4572

QUEENS

- ▶ Programa de Observación y Tratamiento Médico del World Trade Center , Centro Clínico de Queens 718-670-4174

LONG ISLAND (CONDADOS DE SUFFOLK Y NASSAU)

- ▶ Programa de Observación y Tratamiento Médico del WTC en Long Island, SUNY Stony Brook 631-444-6436

NEW JERSEY (PISCATAWAY)

- ▶ Instituto de Ciencias Ambientales y de Salud Ocupacional de UMDNJ732-445-0123 x600

FUERA DE LA ZONA METROPOLITANA DE NUEVA YORK

- ▶ Hay citas disponibles en lugares por todo el paísLlame al 888-702-0630 para más detalles

DEPARTAMENTO DE BOMBEROS DE NYC: Departamento de Servicios de Salud

- ▶ Para bomberos y funcionarios actuales del FDNY y para trabajadores de servicios de emergencia (EMS) 718-999-1858
- ▶ Los bomberos, funcionarios y trabajadores de EMS que estén retirados pueden obtener servicios en el FDNY (718-999-1858) o en cualquiera de los centros clínicos indicados arriba 888-702-0630

LA CAMPAÑA 9/11 PARA LOS MÁS NECESITADOS DE ASISTENCIA MÉDICA ESTÁ A LA DISPOSICIÓN DE LOS PARTICIPANTES DEL PROGRAMA DE OBSERVACIÓN Y TRATAMIENTO MÉDICO DEL WTC .

Puede presentar su solicitud para participar en este fondo si:

- ☞ le han diagnosticado una enfermedad que le amenaza la vida;
- ☞ la enfermedad no está relacionada con haber estado expuesto al ambiente del WTC; y
- ☞ usted no tiene ningún seguro médico.

Si se aprueba su solicitud, el fondo pagaría por algunos de los gastos médicos relacionados con la enfermedad que le amenaza la vida.

Esto está a la disposición de TODOS los participantes en el Programa de Observación y el Tratamiento Médico del World Trade Center .

Si piensa que usted reúne los requisitos, póngase en contacto con la clínica del Programa de Observación y Tratamiento Médico o del World Trade Center llame al 212-241-6307.

Pregúntele al médico –El Dr. Fatih Ozbay habla sobre el Trastorno de Estrés Postraumático

El Dr. Fatih Ozbay es psiquiatra de cabecera del Programa para el Tratamiento de la Salud Mental del WTC y Profesor adjunto de psiquiatría en la Facultad de Medicina de Mount Sinai.

P: ¿Qué es el Trastorno de Estrés Postraumático?

R: El Trastorno de Estrés Postraumático o PTSD por su sigla en inglés, es un trastorno de ansiedad que se desarrolla en algunas personas después que han pasado por acontecimientos extremadamente traumáticos. Dichos acontecimientos o fueron una amenaza a sus vidas o pusieron su seguridad personal en grave peligro y se sintieron profundamente atemorizados u horrorizados por el acontecimiento. Los accidentes automovilísticos y los fuegos son ejemplos típicos.

Después que ocurre algo traumático, la gente normalmente siente ansiedad, tiene pesadillas o pensamientos indeseados sobre el acontecimiento. Sin embargo, si la ansiedad y otros problemas no desaparecen después de un tiempo, y afectan sus relaciones personales, su vida social o la capacidad de desempeñar su trabajo, es posible que esto indique que usted padece de PTSD.

P: ¿Cuáles son los síntomas del PTSD?

R: Pesadillas después del acontecimiento, pensamientos y sentimientos incontrolables sobre el acontecimiento que se le presentan de repente, problemas del sueño y “flashbacks” (recuerdos) son los síntomas principales del PTSD. Otro es un sentido casi constante de estar de vigilancia. Por ejemplo, cuando una persona que padece de PTSD va a un restaurante, es posible que necesite

sentarse donde su espalda le de a la pared para poder ver todo lo que está pasando a su alrededor. Las personas que tienen PTSD también pueden aislarse a sí mismas de otras personas, de los lugares y de las situaciones que pudieran recordarles el acontecimiento traumático. Con frecuencia pueden seguir rutinas diarias estrictas para que no les sorprenda nada al correr las horas.

P: ¿Qué debe hacer uno si se le presentan síntomas?

Debe ponerse en contacto con la clínica del Programa de Observación y Tratamiento Médico del WTC si cree que sus síntomas están relacionados con el 11 de septiembre. No le recomiendo a nadie que trate de mejorarse por su cuenta. Para el tratar el PTSD se necesitan evaluaciones y tratamientos especiales.

Algunas veces la gente supone que tienen que lograr que el miembro de su familia o amigo hable sobre la experiencia traumática, que solo tienen que desahogarse y que estarán bien. Están totalmente equivocados.

P: ¿Cómo pueden sentirse mejor los que padecen de PTSD?

El tratamiento más efectivo parece estar basado en psicoterapia o “terapia de conversación” como se le llama con frecuencia. Hay tratamientos específicos para tratar el PTSD tales como la terapia de exposición y la terapia de procesamiento cognitivo. En el Programa para el Tratamiento de la Salud Mental del WTC en el Mount Sinai, usamos la terapia

de apoyo y cognitiva. Es flexible y se adapta a las necesidades de los pacientes. Puede abordar lo que está sucediendo en la vida del paciente en esos momentos y lo que podemos hacer para mejorarlo.

También se usan medicamentos, tales como antidepresivos, para tratar el PTSD. Hay dos antidepresivos aprobados por el gobierno para el tratamiento de este trastorno. Y hay otros medicamentos que se pueden usar para tratar síntomas específicos.

Algunas veces se usan la terapia y los medicamentos en conjunto, algunas veces uno después del otro. Todo depende de las necesidades del paciente y de su situación.

P: ¿Que debe hacer uno si piensa que uno mismo o alguien sobre quien se preocupa tiene PTSD?

Algunas veces la gente supone que tienen que lograr que el miembro de su familia o amigo hable sobre la experiencia traumática, que solo tienen que desahogarse y que estarán bien. Están totalmente equivocados. No se debe obligar a nadie a hablar sobre sucesos extremadamente traumáticos. Los amigos y miembros de la familia deben estar dispuestos a escuchar y ofrecerle ánimo y apoyo, sin embargo, no deben obligar a los que respondieron el 11 de septiembre antes de que estén listos para hacerlo.

Es un asunto muy delicado. La mayoría de la gente teme el estigma constante vinculado a una enfermedad mental. Sin embargo, hay modos sensibles de compartir sus inquietudes y preocupaciones. Pueden compartir con el paciente la información que aprendan sobre el PTSD. Con tacto, pueden sugerirle o preguntarle a los pacientes si quieren recibir ayuda pero evitar exigirles algo para lo que no estén listos.

“Pase lo que pase, regresaré a todas las pruebas.”

Uno de los que prestó auxilio el 11 de septiembre hace hincapié en la importancia de regresar a los exámenes de seguimiento médico.



Dayne Clarke

Dayne Clarke llegó al World Trade Center minutos antes de que se derrumbara el Edificio 7. En calidad de mecánico de la Autoridad del Transporte en la ciudad de Nueva York, llevó las bulldozers al lugar y colocó torres de iluminación para que los bomberos pudieran trabajar durante la noche.

El Sr. Clarke pasó varios días seguidos en el amontonamiento del derrumbe cuando el polvo estaba más denso. Durante los primeros exámenes médicos que se hizo

bajo este programa, el médico no descubrió problemas médicos significativos relacionados con su trabajo en el WTC. Sin embargo, cuando regresó al segundo examen médico, la cosa fue diferente. Durante la visita de seguimiento y observación médica, la Dra. Iris Udasin de la Universidad de Medicina y Odontología de Nueva Jersey le descubrió enfermedades relacionadas con el tiempo que estuvo expuesto al polvo del Punto Cero.

Esto es lo que dice el Sr. Clarke sobre la necesidad de que los que prestaron auxilio el 11 de septiembre de mantenerse al tanto de su salud:

Vine a hacerme mi primer examen médico en 2003 porque nos habían aconsejado que lo hiciéramos y también

que regresáramos cada año y medio en caso de que sucediera algo. Cuando fui a mi segundo examen, fue porque ya me tocaba y también porque par de compañeros de trabajo tienen problemas crónicos con los senos maxilares. Pocos meses antes, se me habían estado tapando los senos maxilares y los oídos Padezco de alergia pero, por lo general, se me despeja la congestión por sí sola. Esa vez, no me descongestionaba. Entonces, pensé que debía ver por qué no era así.

Fui a mi propio médico que me dio medicamento para la congestión de los senos. Él quería que lo usara durante un mes pero no parecía estar haciendo bien. Fui a un especialista en garganta, nariz y oídos que quería drenarme los oídos pero no dijo nada

sobre los senos. Cuando fui a ver a la Dra. Udasin, ella me dio un lavado salino para los senos y eso me ha ayudado. También me refirió a otro especialista en garganta, nariz y oídos.

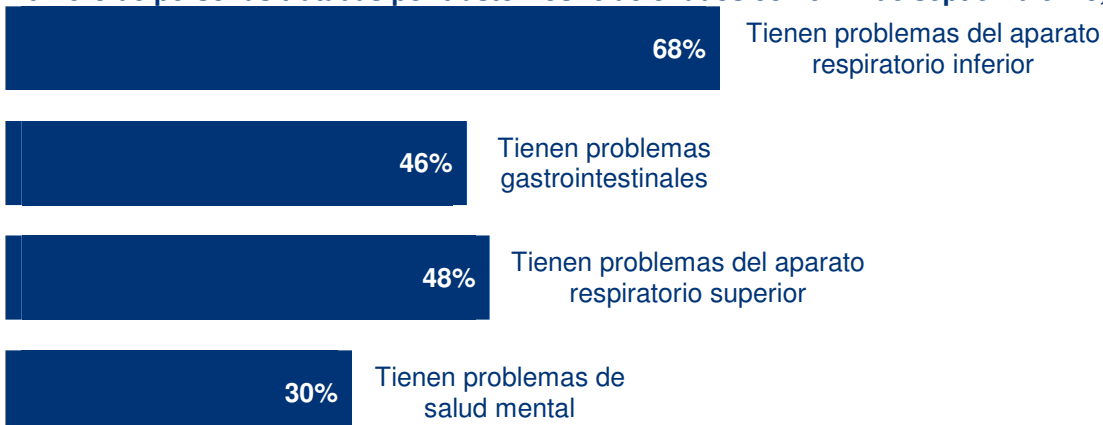
Pase lo que pase, el año que viene por esta época haré otra cita [los exámenes de observación médica están disponibles cada 18 meses]. Regresaré a todas mis citas.

Hasta ahora, el programa ha hecho muy buen trabajo. Creo que la gente que esté en el programa debe regresar antes de que les pase algo. No creo que deban esperar hasta que se enfermen. Como dicen, es mejor prevenir que tener que curar.

Datos sobre el Programa de Observación y Tratamiento Médico del WTC .

PERSONAS QUE PRESTARON AUXILIO EL 11 DE SEPTIEMBRE QUE HAN RECIBIDO EXÁMENES DE OBSERVACIÓN. – 23,704

Número de personas tratadas por trastornos relacionados con el 11 de septiembre – 5,286



*Los porcentos suman más de 100 porque algunos pacientes tienen más de un trastorno. Al 31 de diciembre de 2007

ACTUALIZACIÓN LEGISLATIVA

La situación del financiamiento estatal de los Programas WTC

El Congreso sigue considerando legislación para asegurar más financiamiento para los programas médicos WTC. Además, los legisladores están considerando si deben abrir de nuevo el Fondo de Compensación a Víctimas del WTC (VCF -WTC Victims' Compensation Fund), que venció a fines de 2003.

Recientemente, se han llevado a cabo varias audiencias sobre la necesidad de más financiamiento para el programa médico y sobre las dificultades a las que se enfrentan los que respondieron con su auxilio y que viven fuera de la zona de la ciudad de NY. El Comité Judicial de la Cámara de Representantes tuvo su primera audiencia relacionada con la extensión del VCF para cubrir a los trabajadores de rescate y recuperación que ya no pueden trabajar debido a enfermedades relacionadas con el WTC. Kenneth R. Feinberg fue el Maestro Especial del VCF y prestó declaración en la audiencia.

En todas las audiencias, los participantes en programas médicos del WTC proporcionaron testimonio valioso sobre sus problemas de salud y la ayuda que habían recibido del programa.

El Equipo Especial (Task Force) para la protección de los trabajadores del 11 de septiembre presenta recomendaciones al Estado de Nueva York

El Equipo Especial (Task Force) para la protección de los trabajadores del 11 de septiembre fue creado por una ley del Estado de Nueva York que le otorgó a los trabajadores del sector público que respondieron con sus auxilios el 11 de septiembre la presunción de tener enfermedades relacionadas con el 11 de septiembre en sus pensiones por discapacidad. El gobernador, líderes legislativos estatales, funcionarios sindicales y de sanidad del estado y el alcalde de la ciudad de Nueva York nombran al grupo de 19 miembros. Los miembros incluyen al Alcalde Michael Bloomberg, a líderes sindicales y médicos con amplios conocimientos de los efectos que tuvo el 11 de septiembre en la salud.

El 4 de marzo, el Equipo Especial produjo un informe sobre cómo hacer cambios en las leyes de discapacidad debida al World Trade Center tanto el sistema público de jubilación estatal como en el de la ciudad. Crearon siete recomendaciones que tienen la intención de permitir que más empleados públicos que tienen enfermedades o discapacidades relacionadas con el WTC puedan presentar papeles para recibir pensión por discapacidad con la presunción del WTC.

Las recomendaciones incluyen:

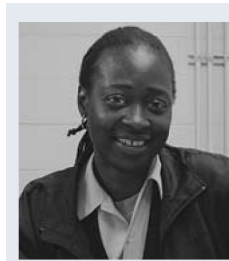
- ⊙ Eliminar exámenes físicos antes de un empleo como requisito de elegibilidad para trabajadores no uniformados.
- ⊙ Eliminar el requisito de 40 horas en los sitios de trabajo elegibles si los trabajadores estuvieron en ellos los primeros dos días pero se tuvieron que ir antes de trabajar 40 horas.
- ⊙ Ampliar la ubicación de los límites para la cobertura.
- ⊙ Cubrir a los funcionarios del correccional y a los ayudantes de alguacil de estados y condados fuera de la ciudad de Nueva York si cumplen con los requisitos de presunción.

El informe se envió a la oficina del Gobernador para que lo repasaran. Las recomendaciones solo entrarán en vigor si la legislatura estatal aprueba una ley para hacerlo.

- No son una panacea ni un arreglo rápido, dijo Lee Clarke, el Director de Seguridad y Salud, AFSCME DC 37. - Son solo el comienzo.-

Para una copia del informe provisional, vaya a: www.wtcexams.org y haga clic en "Worker Protection Task Force Interim Report."

La fecha límite para inscribirse en el programa de Compensación al Trabajador es el 13 de agosto de 2008



"No estoy enferma ahora pero no estoy segura por mi trabajo el 11 de septiembre pero quiero obtener toda la protección ahora y espero no sufrir efectos en el futuro pero en caso de que ocurra algo, ya me he inscrito para los beneficios de Compensación al Trabajador. Hágalo hoy y protéjase a sí mismo y a sus seres queridos."

-Doris Robinson, Respondió con su auxilio en el WTC

Como trabajador o voluntario que estuvo expuesto a los peligros después del 11 de septiembre, usted puede presentar los papeles para Compensación del Trabajador si se enferma en el futuro. Una ley estatal de Nueva York permite que los trabajadores del 11 de septiembre conserven el derecho de presentar los papeles durante el resto de sus vidas *–pero tiene que inscribirse para calificar. Los formularios de inscripción tienen que recibirse en la Junta de Compensación al Trabajador (Workmen's Compensation Board) a más tardar el 13 de agosto.*

Inscríbese si usted trabajó en rescate, recuperación o limpieza ya haya sido como voluntario o con sueldo, entre el 11 de septiembre de 2001 y el 12 de septiembre de 2002 en cualquiera de los lugares siguientes:

- ▶ en cualquier parte de Manhattan al sur de las calles Canal o Pike o
- ▶ o en las operaciones de la barcaa entre el Bajo Manhattan y Staten Island, o
- ▶ en el vertedero de basura de Staten Island o la morgue de la ciudad de Nueva York.

Inscríbese ahora aunque no se haya enfermado o aunque ya haya presentado una reclamación de Compensación al Trabajador. Esto le permitirá solicitar Compensación al Trabajador for cualquier enfermedad relacionada con el WTC que le pueda surgir más adelante. *Si no se inscribe antes de la fecha límite, perderá el derecho de presentar reclamaciones en el futuro para Compensación al Trabajador por enfermedades relacionadas con el 11 de septiembre.*

Para más información sobre como inscribirse con su formulario WTC-12, llame a la clínica de Programa Médico del WTC para Tratamiento o al 888-702-0630.

¡Reserve la fecha!

Día de Los Que Respondieron al WTC – Sábado 14 de junio de 2008

Es un día para honrar a los hombres y mujeres que lucharon desinteresadamente para levantar a Nueva York de nuevo en los días, semanas y meses después del 11 de septiembre de 2001.

Los eventos incluyen:

- ⇒ Una proclamación del “City Council” (Consejo de la Ciudad) que declara al 14 de junio como el Día de los que Respondieron al WTC.
- ⇒ Un “Speak-Out” (Hablemos) en el que los que respondieron leen en voz alta cuentos sobre sus experiencias después del 11 de septiembre; se llevará a cabo en un lugar público y continuará todo el día*
- ⇒ Una exposición en una galería educativa que documenta el trabajo de los que respondieron el 11 de septiembre.
- ⇒ Un concierto en el que se destaca música por los que respondieron para los que respondieron.
- ⇒ Eventos para los que respondieron y para sus familias, desde terapia del arte y musical hasta actividades para los niños.

***PARA PARTICIPAR EN EL “SPEAK-OUT”, LLAME AL 212-241-6307.**

DÓNDE: En el Punto Cero y en otros lugares del bajo Manhattan.

Para más información, llame al 212-241-6307 o escriba al wtcexams@mssm.edu



WTC Medical Monitoring and Treatment Program
Mount Sinai School of Medicine
One Gustave L. Levy Place
Box 1057
New York, NY 10029

Address Service Requested

**Centro de datos y
coordinación del Programa
del World Trade Center para
la Observación y Tratamiento
Médico**

Mount Sinai School of Medicine
One Gustave L. Levy Place, Box 1057
New York, NY 10029
Teléfono: 888-702-0630

Apreciamos comentarios
Para actualizar la información de
contacto o la preferencia del centro
clínico, llámenos o vaya a
www.wtcexams.org y haga clic en
“Forms.”

Financiado por una beca del “National
Institute for Occupational Safety and
Health”.