Adoptando la Salud Integral

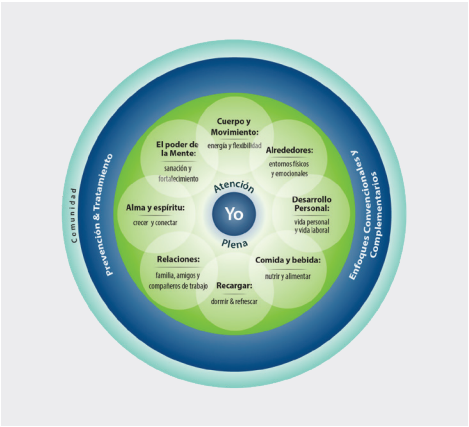
A través de Salud Integral, el Sistema de Salud de Veteranos del Caribe busca capacitar, equipar y proveer tratamientos a los Veteranos y Veteranas con el fin de que puedan tomar control de su salud y vivir al máximo.

Los Veteranos que practican las destrezas de Salud Integral reportan mejoras en la comunicación con sus proveedores y experiencias más positivas con la atención médica.

¿Cómo Salud Integral está cambiando la experiencia de los Veteranos?

Te escuchamos detenidamente.

¿Qué es lo más importante en tu vida? Esta es la pregunta principal que explorarás en la Ruta. Cuando tu equipo de salud conozca tus prioridades, tendrán mejores oportunidades para identificar cómo pueden ayudarte. Al comenzar tu camino hacia la Salud Integral, podrás trabajar con un consejero que te ayudará completar tu Inventario Personal de Salud e identificar prácticas de cuidado propio que van acorde con tus metas de salud y bienestar. Muchos consejeros o coaches de Salud Integral también son Veteranos y serán tus aliados mientras aprendes a ver la salud desde una nueva perspectiva.



Enfocados en el bienestar, no en la enfermedad

No tienes que esperar a que ocurra un evento negativo con tu salud. El modelo de Salud Integral provee las herramientas necesarias para colocarte en control de tu cuidado y bienestar. Luego de varios años explorando programas ofrecidos por el Departamento de Asuntos de los Veteranos (VA, por sus siglas en inglés), Frankie, quien es aliado de Salud Integral, aprendió sobre las iniciativas que el sistema ha puesto en marcha para ayudar a Veteranos y Veteranas a nivel nacional.

"Cómo Tomar las Riendas de mi Vida y Salud" es uno de los cursos que más han impactado a Frankie desde su llegada a Salud Integral y es una de las razones por las cuales hoy forma parte del equipo que lo ofrece. "Estos programas me han ayudado a expandir mis horizontes, a complementar los tratamientos de VA y a sentirme vivo y menos preocupado por traumas del pasado", afirma Frankie.

Este curso también dio un giro a cómo Gabriel, aliado e instructor de taichí y qigong en Salud Integral, ve la salud y conversa sobre ella. Mientras manejaba su proceso de recuperación, su terapista le presentó la perspectiva de Salud Integral. "Casi instantáneamente quedé fascinado con el modelo y sus objetivos. Pude ver que era un paso lógico en mis cuidados, pude darme cuenta de que era una guía muy precisa para atender mi salud en múltiples facetas y pude ver que todo se realizaba con mucho amor, entendimiento, gratitud y agradecimiento", cuenta Gabriel.

Al haber experimentado el impacto que este modelo de salud ha tenido en las vidas de Veteranos y empleados, Frankie confirma que Salud Integral ha cambiado su vida para bien. "Estamos en una época donde debemos cuidar de nuestro cuerpo, mente y espíritu de una manera eficaz y, además de eso, debemos poder contar con un excelente equipo de trabajo que está comprometido con ayudarnos a llegar a nuestras metas trazadas", añade Frankie.

Implementación nacional

VA ha ampliado las sesiones grupales lideradas por aliados de Salud Integral en todas sus localidades y sus programas de bienestar continuarán creciendo. No importa en qué etapa te encuentres, puedes explorar los cursos ofrecidos en las localidades de VA más cercanas para comenzar tu camino hacia Salud Integral.

Llegó el momento de responder la pregunta: "¿Qué es lo más importante para mí?"

Aprende más sobre el impacto positivo que Salud Integral ha tenido en la comunidad de Veteranos y Veteranas a través de ***www.va.gov/WHOLEHEALTH/video/videos.asp.***