



CONJUNTO DE HERRAMIENTAS

# EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021

LA RECUPERACIÓN ES PARA **TODOS**:  
Para Cada **Persona**, Para Todas las **Familias**, Para Cada **Comunidad**



EL MES NACIONAL  
DE LA RECUPERACIÓN 2021

[WWW.NATIONALRECOVERYMONTH.ORG](http://WWW.NATIONALRECOVERYMONTH.ORG)

TRADUCCIÓN HECHA POSIBLE POR:



National Hispanic and Latino  
**ATTC** Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

National Latino  
Behavioral Health Association **NLBHA**

This translation is supported by Cooperative Agreement 1H79TI081174 from the Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). The views expressed herein do not necessarily reflect the official policies of the Department of Health and Human Services, National Hispanic and Latino Addiction Technology Transfer Center or NLBHA; nor does mention of trade Nombres, commercial practices, or organizations imply endorsement by the U.S. Government, NHL ATTC or NLBHA.

Esta traducción está respaldada por el acuerdo cooperativo 1H79TI081174 del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS por sus siglas en inglés), Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA por sus siglas en inglés). Las opiniones expresadas en este sitio no necesariamente reflejan las políticas oficiales de DHHS, SAMHSA, el Centro Hispano Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción o de NLBHA; la mención de nombres comerciales, prácticas comerciales u organizaciones específicas tampoco implica el respaldo del Gobierno de los Estados Unidos, NHL ATTC o de NLBHA.

# PÁGINA INTRODUCTORIA

El Mes Nacional de la Recuperación (Mes de la Recuperación) aumenta la concienciación y la comprensión de los trastornos de salud mental y de abuso de sustancias y alienta a las personas que necesitan tratamiento y servicios de recuperación a buscar ayuda. El Mes de la Recuperación rinde homenaje a las personas que están en recuperación y reconoce la dedicación de los trabajadores que proporcionan los servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación que contribuyen a hacerla posible.

El tema del **Mes Nacional de la Recuperación 2021**, **“La Recuperación es para Todos: PARA Cada persona, PARA Todas las familias, PARA Cada comunidad”** recuerda a las personas en recuperación y a quienes las apoyan que la recuperación nos pertenece a todos. Todos estamos llamados a poner fin a los obstáculos y a dar la bienvenida a todos a la recuperación, disminuir las barreras para el apoyo a la recuperación, elaborar espacios y programas inclusivos y ampliar nuestra comprensión de lo que significa la recuperación para personas con experiencias diferentes.

Entre los recursos y actividades para la celebración del Mes de la Recuperación de este año se incluye este conjunto de herramientas para el Mes de la Recuperación, con recomendaciones para celebrar el Mes de la Recuperación y la divulgación en la comunidad, el sitio web del Mes de la Recuperación, gráficos para compartir en las redes sociales y mucho más.

El sitio web del Mes de la Recuperación ([nationalrecoverymonth.org](http://nationalrecoverymonth.org)) ofrece materiales imprimibles y recursos en la web y en las redes sociales para para para asistir a las comunidades en la planificación de eventos, educar a las personas sobre la salud mental y los trastornos por uso de sustancias, y motivar a las personas a homenajear a los millones de individuos en recuperación. Nos recuerda que la salud mental es un componente esencial de la salud general, que la prevención funciona, que el tratamiento es eficaz y que la gente puede recuperarse y lo hace.

- Hallar y publicar eventos de recuperación en la comunidad: [nationalrecoverymonth.org/#events](http://nationalrecoverymonth.org/#events)
- Descargar los banners y logotipos de la web para promover el Mes de la Recuperación: [nationalrecoverymonth.org/downloads](http://nationalrecoverymonth.org/downloads)

## TABLA DE CONTENIDOS

Prefacio: Tema del Mes de la Recuperación 2021 .....	2
La Contabilidad.....	4
Assets/Marketing Materials .....	4
Enlaces para la Promoción.....	5
Palabras e Ilustraciones que Deben Evitarse.....	5
Capitalización.....	6
Mensajes Sugeridos.....	6
Eventos/Campañas*.....	6
Elementos de Diseño .....	7
Experiencia Colectiva de Meses Anteriores de la Recuperación .....	15
Funcionarios Públicos .....	16
Trabajar con los Medios de Comunicación	17
Ejemplo de Correo Electrónico de Presentación.....	22
Ejemplo de Correo Electrónico de Presentación.....	23
Utilizar Artículos de Opinión y en Línea.....	24
Muestra de Artículo de Opinión .....	28
Materiales de Prensa de su Evento Durante el Mes de la Recuperación.....	29
Ejemplo de Aviso a los Medios de Comunicación .....	33
Ejemplo de Comunicado de Prensa .....	34
Información de Antecedentes.....	35
Emitir las Proclamaciones del Mes de la Recuperación.....	36
Ejemplo de Proclamación .....	40

## SIGA LAS REDES SOCIALES:

 [@nationalrecoverymonthfv](https://www.facebook.com/nationalrecoverymonthfv)

 [@recoverymonth\\_fv](https://www.instagram.com/recoverymonth_fv)

 [@recoverymonthfv](https://twitter.com/recoverymonthfv)

Para más información, póngase en contacto con el equipo del **Mes de la Recuperación** en [support@nationalrecoverymonth.org](mailto:support@nationalrecoverymonth.org)



# EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021

**LA RECUPERACIÓN ES PARA TODOS:**  
Para Cada **Persona**, Para Todas las **Familias**, Para Cada **Comunidad**

## PREFACIO: TEMA DEL MES DE LA RECUPERACIÓN 2021

2

La Recuperación es para todos porque beneficia a todos. En la Recuperación, construimos nuevas conexiones con nosotros mismos, nuestras familias y nuestras comunidades. El tema del **Mes Nacional de la Recuperación 2021, "La Recuperación es para Todos: TPARA Cada persona, PARA Todas las familias, PARA Cada comunidad"** recuerda a las personas en recuperación y a quienes las apoyan, que la recuperación nos pertenece a todos. Todos estamos llamados a poner fin a las barreras y a dar la bienvenida a todos a la recuperación, disminuyendo los obstáculos para el apoyo a la recuperación, elaborando espacios y programas inclusivos y ampliando nuestra comprensión de lo que o que significa la recuperación para personas con experiencias diferentes.

Aunque puede ser tentador caracterizar la recuperación como una experiencia universal o un viaje único, nuestra comunidad es la prueba de que hay tantos caminos hacia la recuperación y de la recuperación como hay personas. Nuestra fuerza es nuestra diversidad y, debido a lo que

somos, la comunidad de recuperación tiene oportunidades únicas para aprender, desafiar, crecer y soñar. Al ampliar las concepciones tradicionales y limitadas de la recuperación, que se centran en perspectivas blancas, heterosexuales, cisgénero, religiosas y adineradas, enriquecemos la experiencia de todos. La salud mental y los trastornos por uso de sustancias no son condiciones de talla única, ni afectan a todos por igual. Los recursos multilingües culturalmente competentes y los programas con perspectiva de género reconocen e incluyen a las personas LGBTQ+ (lesbianas, homosexuales, bisexuales, transexuales y que se cuestionan), BIPOC (negros, indígenas y personas de color) y otros miembros de la comunidad históricamente marginados.

Mirar más allá de nuestras experiencias individuales fortalece y apoya la recuperación en todas sus formas. La comunidad de recuperación tiene una poderosa base de ayuda mutua, apoyo entre pares y adaptabilidad. **En la medida que crecemos en empatía y comprensión, salvamos.** Honramos

las increíbles contribuciones de las comunidades dentro de la recuperación a medida que los grupos se conectan e implementan recursos que sirven a sus necesidades únicas. Los poderosos vínculos que se crean en la recuperación cambian la vida. Honrar esos lazos, en cualquier forma que tomen, es un factor importante para mantener la recuperación, así como la de tender puentes entre nuestras comunidades. Cuando nos conectamos con mentes y corazones abiertos, aprendemos unos de otros y creamos oportunidades para salvar vidas.

Para sanarnos a nosotros mismos, nuestras comunidades también deben sanar. El Instituto de Investigación sobre la Recuperación llevó a cabo un **estudio matizado de cinco años de duración** que investigó las formas en las que el trastorno por consumo de sustancias afectaba a las familias, las comunidades y las culturas, y cómo la recuperación en esos espacios elaboraba oportunidades de reconstrucción. El estudio afirmó que las personas de las comunidades con problemas necesitan oportunidades para compartir sus experiencias, por lo que la recuperación personal puede traducirse en una recuperación colaborativa cuando el individuo comienza a ver su historia como parte de una historia más amplia. El cambio del “yo” al “nosotros” es transformador. Conocemos para alimentar este “nosotros”. Encontramos nuevas formas de conectar la comunidad de recuperación. Hacemos un llamamiento para rejuvenecer

las comunidades y las familias en dificultades. Al mismo tiempo, trabajamos para fortalecer a las comunidades que se enfrentan a condiciones desiguales, incluidos los efectos del racismo sistémico, la homofobia, la transfobia, la pobreza generacional, las experiencias adversas de la infancia y otras fuerzas. Las conexiones sociales, el apoyo familiar y las relaciones con el vecindario están directamente relacionadas con el bienestar y la recuperación. Debemos asegurarnos de que todo el mundo tenga las mismas oportunidades de recuperación. **Nuestro “yo” debe convertirse en nuestro “nosotros”.**

El Mes Nacional de la Recuperación educa a otros sobre la recuperación de la salud mental y adicciones y los trastornos concurrentes, la eficacia del tratamiento y los servicios de apoyo a la recuperación, y que ésta es posible. Todos nosotros, desde los famosos y las figuras del deporte hasta nuestros compañeros de trabajo, vecinos, amigos y familiares, hemos experimentado a lo largo de nuestra vida picos y valles, tanto grandes como pequeños. Y, con la fuerza, el apoyo y la esperanza de las personas que amamos, **somos resilientes.**

Las áreas de enfoque de los materiales del **Mes Nacional de la Recuperación** 2021 incluyen el impacto de las comunidades, las familias y los grupos sociales en la prevalencia y la recuperación de la salud mental y adicciones y los trastornos concurrentes. Los mensajes del **Mes Nacional de la Recuperación** hacen hincapié en la importancia de los programas, el lenguaje y el tratamiento inclusivos que reducen las barreras a la recuperación para todos; al desafiar las estructuras tradicionales, elaboramos la base que tantas personas necesitan para su viaje de recuperación.

Al afirmar que **“La Recuperación es para Todos”**, disminuimos el estigma que rodea a las personas con trastornos por uso de sustancias o de salud mental, especialmente cuando se agrava por fuerzas opresivas como la supremacía blanca, el racismo sistémico, los sistemas de justicia penal punitivos y las políticas que excluyen a las personas menos privilegiadas. En la recuperación siempre se da prioridad a la persona. “Acoger a las personas donde están” se traduce en reconocer sus experiencias y necesidades únicas, incluyendo a las personas de diferentes culturas, identidades, orígenes y comunidades.

# OBJETIVOS

La conmemoración del **Mes Nacional de la Recuperación** nos recuerda que cuando damos poder a las comunidades y a las familias, nos comprometemos a una curación que va más allá del individuo. **“La Recuperación es para Todos”** significa que estamos **orgullosos de nuestra diversidad** y nos comprometemos a compartir nuestros logros y luchas personales, a superar las barreras para apoyarnos unos a otros y el desmantelamiento activo de los sistemas que perjudican a nuestros compañeros en recuperación.

La celebración del **Mes Nacional de la Recuperación** de 2021 y su tema, **“La Recuperación es para Todos”**, tiene como objetivo inspirar a las personas de todo el país para que transformen el **“Yo”** en **“nosotros”** y a **construir puentes** entre las familias, las comunidades y los grupos. Celebramos nuestra diversidad y tratamos de desarrollar una comprensión, un cuidado y una conexión más profunda que fomente la recuperación.

## LA CONTABILIDAD

Aunque el Mes de la Recuperación existe desde hace ya más de 30 años, la contabilidad actual del Mes de la Recuperación está todavía en sus inicios. Se recomienda encarecidamente una amplia difusión de estos relatos a través de diversos canales para continuar ampliando el alcance del Mes de la Recuperación.

- Sitio web: [nationalrecoverymonth.org](http://nationalrecoverymonth.org)
- Facebook: [@nationalrecoverymonthfv](https://www.facebook.com/nationalrecoverymonthfv)
- Twitter: [@recoverymonthfv](https://twitter.com/recoverymonthfv)
- Instagram: [@recoverymonth\\_fv](https://www.instagram.com/recoverymonth_fv)

## ASSETS/MARKETING MATERIALS

Descargue y utilice fácilmente pancartas, logotipos y otros contenidos para promover el Mes de la Recuperación visitando: [nationalrecoverymonth.org/downloads](http://nationalrecoverymonth.org/downloads)

Los contenidos se añaden regularmente al acercarse el Mes de la Recuperación. ¡Vuelva a visitar la página a menudo! A continuación, encontrará un resumen de los materiales promocionales disponibles para el Mes de la Recuperación:

- Folleto sobre la campaña
- Logotipos del Mes de la Recuperación
- Kit de herramientas del Mes de la Recuperación
- Banners para las redes sociales

Foto de Merakist en Unsplash



# ENLACES PARA LA PROMOCIÓN

## DIRECTRICES

- En general, es una buena práctica evitar un exceso de enlaces en cada publicación.
- El número de enlaces puede variar en función del contenido, pero los responsables de las cuentas de redes sociales deben evitar utilizar más de 5 enlaces por publicación.

## ENLACES QUE PUEDEN INCLUIRSE EN CADA MENSAJE

- #RecoveryMonth - en combinación con otros enlaces
- #Recovery - en combinación con otros enlaces

## ENLACES ESPECIALES: CÓMO Y CUÁNDO USARLOS

- #RecoveryIn[Insert Location] - cuando se destacan los eventos de la comunidad o de sus eventos del Mes de la Recuperación de su organización
- #LanguageMatters - cuando se habla de desestigmatizar el lenguaje o se habla de la nueva guía: Your Choices, Our Lives: (Nuestras Elecciones, Nuestras Vidas) una guía rápida para una cobertura justa y precisa de la adicción y las enfermedades mentales a través de los medios de comunicación
- #MakeSeptemberPurple - cuando se muestran personas que llevan ropa de color púrpura o edificios de la comunidad (monumentos, puntos de referencia, etc.) que están iluminados de color púrpura, elevando el púrpura como el color del Mes de la Recuperación.










# PALABRAS E ILUSTRACIONES QUE DEBEN EVITARSE

5

- Imágenes clichés
  - agujas hipodérmicas, camisas de fuerza y otras
- Palabras
  - Adicto o alcohólico
  - Abuso
  - Suicidio
  - Limpio/sobrio
  - Loco

\*para sugerencias de palabras e imágenes alternativas, véase Guía "Your Choices Our Lives" (<https://rm.facesandvoicesofrecovery.org/resource/your-choices-our-lives-a-quick-guide-to-fair-and-accurate-coverage-of-addiction-mental-illness/>)

## EMOJIS A EVITAR

- Emojis de alcohol (por ejemplo,     )
- Emojis de agujas o jeringas (ej.  )
- Emojis que representan otras sustancias (ej.  )

# CAPITALIZACIÓN

Qué estilo de mayúsculas hay que utilizar cuando se escribe en las redes sociales, por ejemplo, mayúsculas para las frases, para los títulos, sin mayúsculas, etc.

## MES DE LA RECUPERACIÓN:

- Al escribir en cualquier medio de comunicación, siempre hay que escribir en mayúsculas el Mes de la Recuperación.

## TEMA:

- El tema de este año debe ir siempre en mayúsculas, como se muestra a continuación:
  - La Recuperación es para Todos: PARA Cada persona, PARA Todas las familias, PARA Cada comunidad
- Las variaciones del tema de este año (por ejemplo, La Recuperación es para Todos) también deben escribirse con mayúscula.

## MENSAJES SUGERIDOS

### DIVERSIDAD

#### Mensaje Sugerido:

El tema del *Mes de la Recuperación 2021, "La Recuperación es para Todos: PARA Cada persona, PARA Todas las familias, PARA Cada comunidad"* logra que nuestro enfoque se centre en la comunidad. Celebramos nuestra diversidad y buscamos desarrollar una comprensión, un afecto y una conexión más profundos que nutra la recuperación.

#### Tweet Sugerido:

Cuando celebramos nuestras conexiones con la diversidad de personas de todos los ámbitos de la vida que se esfuerzan por la #recuperación, encontramos apoyo y valor para hablar de la inclusión, el respeto y la oportunidad. #Mes de la Recuperación

### LUGAR ESPECÍFICO

#### Tweet/Post Sugerido:

Ya sea que nuestros rostros y voces se compartan a través de plataformas digitales o reuniones seguras y distanciadas de la sociedad, celebramos a los millones de personas que han encontrado, están encontrando y aún tienen que encontrar este camino hacia la esperanza, la salud y el crecimiento personal. ##RecoveryIn[Insert Location] #RecoveryMonth

## EVENTOS/CAMPAÑAS\*

- 31 de agosto de 2021 - Día Internacional de la Concientización sobre las Sobredosis ([overdoseday.com](http://overdoseday.com))
- 5-11 de Septiembre de 2021 - Semana de la Prevención del Suicidio
- 9 de Septiembre de 2021 - Acto inaugural del Mes de la Recuperación
- 10 de Septiembre de 2021 - Día Mundial de la Prevención del Suicidio
- 20 de Septiembre de 2021 - Día Nacional de los Profesionales de la Adicción ([naadac.org/national-addiction-professionals-day](http://naadac.org/national-addiction-professionals-day))
- 30 de Septiembre de 2021 - Día Internacional de la Recuperación (<https://internationalrecoveryday.org/>)

\*Esta lista no es exhaustiva en cuanto a todos los eventos y campañas disponibles. La inclusión de sitios web y recursos en este documento y en el sitio web del Mes de la Recuperación no constituye un aval oficial.





# ELEMENTOS DE DISEÑO








Las siguientes imágenes son opciones para el concepto de marca del Mes de la Recuperación.

## IMAGENES



## COLORES







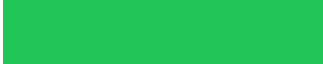

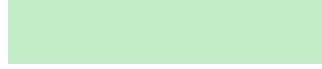





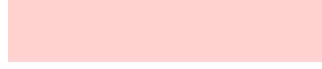






Los siguientes colores son los colores primarios y secundarios.

Nombre	Color	Código	PMS	CMYK	RGB
<b>Primary Design Colors</b>					
Morada		#582C83	PMS 268C	79, 100, 0, 0	88, 44, 131
Azul		#005EB8	PMS 300C	100, 56, 0, 3	0, 94, 184
<b>Secondary Design Colors</b>					
Verde		#43B02A	PMS 361C	68, 0, 100, 0	67, 176, 42
Naranja		#ED8B00	PMS 144C	0, 41, 100, 7	237, 139, 0
Rojo cálido C		#F9423A	Red C	0, 83, 81, 0	249, 66, 58
<b>Primary Logo Colors</b>					
Morada		#753BBD	PMS 266C	71, 88, 0, 0	117, 59, 189
Azul		#0077C8	PMS 3005C	100, 3, 0, 2	0, 119, 200



## TINTES Y SOMBRAS

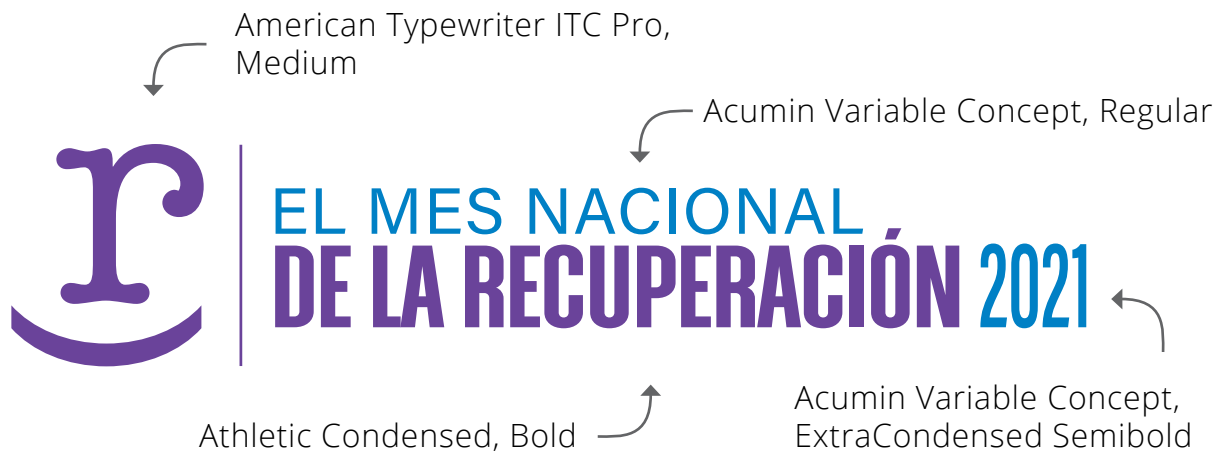
Los siguientes colores son tintes de los colores primarios y secundarios. Para usarse como extras y para dar contrastos entre los colores primarios.

Color	75%	50%	25%
<b>Primary Design Colors</b>			
Morada			
Azul			
<b>Secondary Design Colors</b>			
Verde			
Naranja			
Rojo cálido C			
<b>Primary Logo Colors</b>			
Morada			
Azul			



## LOGOTIPOS

Los logotipos se construyen con el año y sin año.


















## TRATAMIENTO DEL TÍTULO



## SELLO DEL LOGOTIPO "R"



## TODAS LAS OPCIONES DEL LOGO

CMYK (Uso de Impresión)	RBG (Uso Web y Digital)	Blanco
<b>Logotipos con Año</b>		
		
		
<b>Logotipos sin Año</b>		
		
		
<b>Sello del Logotipo "r"</b>		
		
		

# TODAS LAS OPCIONES DE TRATAMIENTO DEL TÍTULO

CMYK (Uso de Impresión)	RBG (Uso Web y Digital)	Blanco
EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021	EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021	EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021
EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021	EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021	

## PUBLICACIÓN EN REDES SOCIALES

Facebook, LinkedIn, Twitter

The image shows a Facebook post from the page 'National Recovery Month'. The post content includes a purple-themed graphic with the following text: 'SEPTIEMBRE EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021', 'EL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN 2021', and 'LA RECUPERACIÓN ES PARA TODOS: Para Cada Persona, Para Todas las Familias, Para Cada Comunidad'. Below the graphic is the website 'WWW.NATIONALRECOVERYMONTH.ORG'. The post is from the page 'National Recovery Month' and has received 152 comments and 200 shares. The interface includes navigation icons, a search bar, and a 'Create Post' button.

## Instagram; Solo o Carrusel

Estas imágenes se pueden utilizar como publicación única o como publicaciones en carrusel. Instagram permite la publicación de carrusel (publicación de campaña de 2-3 imágenes). Las dos primeras se usarían como primarias y la tercera imagen se intercambiaría por publicación para tener un total de 3 publicaciones en carrusel.

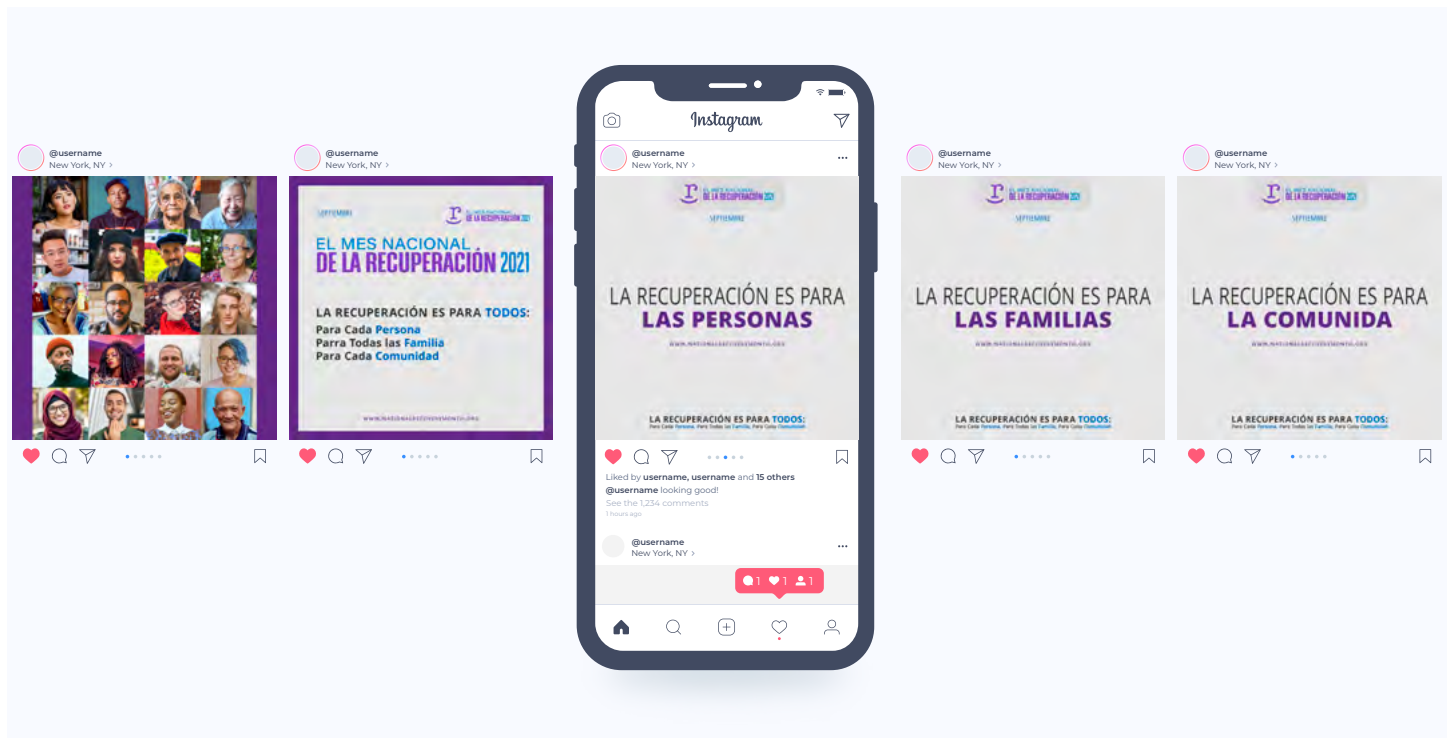


Foto de Merakist en Unsplash



Imágenes de Redes Sociales

Portada de Facebook



Publicación de Facebook, LinkedIn, and Twitter



Publicación Individual o Carrusel de Instagram





# EXPERIENCIA COLECTIVA DE MESES ANTERIORES DE LA RECUPERACIÓN

*¿Qué puede hacer este Mes de la Recuperación?*

## LOS DEFENSORES DE LA RECUPERACIÓN

Pueden compartir consejos con los primeros socorristas sobre la mejor manera de incorporar estrategias de apoyo a las personas con trastornos de salud mental y adicciones, entre otras cosas:

- Los organismos encargados de hacer cumplir la ley pueden establecer programas de respuesta a la sobredosis de opioides para capacitar a los oficiales en el manejo y uso de medicamentos que salvan vidas, como la naloxona. A menudo, los departamentos locales de salud, las organizaciones comunitarias o los centros de salud pueden impartir capacitación para preparar a los agentes a llevar y administrar naloxona a los residentes locales.
- Los funcionarios públicos y el personal de respuesta a emergencias pueden familiarizarse con los fundamentos de la recuperación y la atención orientada a la recuperación, gestionando las expectativas de resultados positivos en los encuentros con personas que sufren problemas de salud mental o de adicciones.

Considere la posibilidad de ponerse en contacto con los hospitales locales o los sistemas de salud de la comunidad, los proveedores de tratamiento de trastornos por uso de sustancias, los centros de salud mental de la comunidad, las organizaciones comunitarias de recuperación y las organizaciones de consumidores

para organizar un panel sobre la identificación y el tratamiento de los trastornos de salud mental y adicciones y la recuperación de los mismos. Esto ofrece una oportunidad para que los profesionales y expertos de la salud hablen de sus experiencias de recuperación, compartan recursos y establezcan las relaciones necesarias para abordar eficazmente los trastornos de salud mental y adicciones en las comunidades a las que sirven. Anímelos a debatir sobre las estrategias que les han funcionado en el pasado y las áreas que necesitan mejorar.

- Las mejores prácticas en torno a las técnicas más actuales y eficaces de prevención, tratamiento y recuperación, como los servicios de tratamiento asistido por medicamentos
- Cómo afectan los trastornos de salud mental y adicciones su área de práctica.
- Cómo se coordina y recibe apoyo con los proveedores de servicios de tratamiento especializado en salud mental y adicciones y de recuperación
- Cómo identificar cualquier recurso de formación continua que les haya sido de utilidad o pueda serlo en el futuro para apoyar su capacidad de abordar eficazmente los cambios y avances en los campos de tratamiento de los trastornos de salud mental y adicciones.
- Cómo pueden las personas acceder a los tratamientos asistidos por medicamentos y de apoyo a la recuperación en sus comunidades.



Foto de Kyle Glenn en Unsplash

## FUNCIONARIOS PÚBLICOS

Pueden dar a conocer recursos, como el Localizador de Servicios de Tratamiento de la Conducta de SAMHSA y la Línea Nacional de Ayuda de SAMHSA, 1-800-662-HELP (4357). Estas fuentes de información gratuitas, confidenciales y anónimas son ofertas esenciales de autoayuda y apoyo entre pares que pueden contribuir a la recuperación incluso antes de que se presenten los primeros socorristas.

El Mes de la Recuperación celebra y apoya los trabajos a través de la divulgación, la promoción cruzada y los materiales que se pueden consultar en el sitio web del **Mes de la Recuperación Nacional** ([nationalrecoverymonth.org](http://nationalrecoverymonth.org)). El sitio del Mes de la Recuperación ofrece materiales imprimibles, así como recursos en la web y en las redes sociales para ayudar a las comunidades a motivar a las personas a buscar servicios de prevención, tratamiento y recuperación. Para apoyar a los que están en el camino de la recuperación, se les puede ofrecer

- Encontrar y publicar eventos de recuperación en la comunidad: [nationalrecoverymonth.org/#events](http://nationalrecoverymonth.org/#events)
- Descargar banners y logotipos para promover el Mes de la Recuperación: [nationalrecoverymonth.org/downloads](http://nationalrecoverymonth.org/downloads)
- Difundir el mensaje en Twitter, Facebook, Instagram y otros foros en línea

### IDEAS PARA LA PARTICIPACIÓN DE LA COMUNIDAD

Anime a la gente a compartir sus historias personales de recuperación. Las campañas locales en las redes sociales son de fácil participación para la gente y pueden fomentar un espíritu positivo y de colaboración entre los miembros de la comunidad. Promueva los contenidos generados por los usuarios en las redes sociales.

Escriba a los representantes y funcionarios del gobierno local, animándoles a firmar proclamas en apoyo del Mes de la Recuperación. Recuérdeles que este simple acto demuestra un compromiso

común para mejorar el acceso a la recuperación.

Los Rostros y Voces de la recuperación quiere conocer acerca de todos los eventos que se celebren en honor al Mes de la Recuperación este año.

Una vez celebrado el evento, envíe la información sobre el mismo, las piezas promocionales y las fotos para su uso a [yourfriends@nationalrecoverymonth.org](mailto:yourfriends@nationalrecoverymonth.org)

Las cuentas de Facebook, Instagram y Twitter del Mes de la Recuperación también sirven como plataformas en las que los planificadores de eventos o los asistentes pueden publicar detalles acerca de sus experiencias.

## TRABAJAR CON LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Para promover con éxito su evento del Mes de la Recuperación, es esencial otorgar a los medios de comunicación información útil y relevante. La divulgación en los medios de comunicación y la cobertura resultante aumentarán el conocimiento de los eventos y destacarán los trabajos de la comunidad centrados en la salud mental y adicciones. El término “medios de comunicación” se refiere a los medios masivos de comunicación que llegan a muchas personas a través de diferentes canales, incluyendo la radiodifusión, la prensa, la web y las plataformas de medios sociales.

Este documento incluye los fundamentos de la divulgación en los medios de comunicación, incluyendo sugerencias para comunicarse con ellos y elaborar relaciones a largo plazo.



## DETERMINAR UN ENFOQUE

Para comenzar, es importante diferenciar su evento del Mes de la Recuperación de otras actividades en la zona, ya que los miembros de los medios de comunicación reciben muchas solicitudes para asistir y cubrir eventos.

A la hora de determinar el enfoque de su campaña de difusión en los medios de comunicación, utilice los siguientes factores para aumentar sus posibilidades de cobertura:

- **Temas de actualidad:** En el congestionado espacio de las noticias, un ángulo fresco, oportuno y relevante asegurará que un evento sea tomado en cuenta. Compruebe las tendencias de la atención sanitaria, como las nuevas investigaciones o políticas, que pueden estar impulsando la conversación en las noticias o en los blogs.
- **Impacto local:** Busque estadísticas convincentes y actuales que ilustren la prevalencia de la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones, tanto a nivel local como nacional.
- **Proximidad:** Los medios de comunicación tienen menos dinero para gastar en personal y viajes, así que asegúrese de que se está poniendo en contacto con el medio y la persona más adecuados. Cuando se dirija a los medios de comunicación, resalte la conexión directa del evento con la comunidad local, como por ejemplo el hecho de que se presente un funcionario local.
- **Puntualidad:** Al ponerse en contacto con los periodistas, tenga en cuenta la frecuencia con la que se distribuyen sus publicaciones. Muchos reporteros pueden pedir un tiempo de antelación para escribir sobre un evento antes de que sus publicaciones se impriman. Otros reporteros, como los de los medios de comunicación, sólo pueden cubrir las “noticias de última hora” en directo en el lugar del evento.

## INVESTIGAR

Después de determinar los aspectos clave y de interés periodístico de su evento, identifique los medios de comunicación y los periodistas adecuados con los que debe ponerse en contacto. Para saber quiénes han cubierto temas relacionados con los trastornos mentales y adicciones, configure las alertas de Google ([google.com/alerts](https://www.google.com/alerts)), que le notificarán cuando se publiquen noticias sobre el tema que seleccione.

## ORGANIZAR

Resulta útil mantener la información de sus contactos en los medios de comunicación organizada y accesible. Lo mejor es elaborar las listas de medios en un programa de hojas de cálculo. Una vez que se haya identificado un contacto potencial, incluya la siguiente información en su hoja de cálculo:

- Nombre y cargo del contacto
- Medio de comunicación
- Correo electrónico
- Número de teléfono
- Página de Facebook y nombre de Twitter
- Notas pertinentes (por ejemplo, hora y método de contacto preferidos, artículos anteriores sobre temas de recuperación y observaciones de sus interacciones con esta persona)

Foto de Alexandre Van Thuan en Unsplash

## CONTACTAR

Una vez finalizada la lista, póngase en contacto con los periodistas por teléfono o correo electrónico, según las preferencias de cada uno. Los periodistas suelen tener limitaciones de tiempo, por lo que el mensaje debe ser breve cuando se “lance” el evento. Al final de este documento encontrará ejemplos de presentaciones y guiones telefónicos.

Los bloggers tienden a responder a las personas con las que se han relacionado previamente, por lo que puede ser beneficioso enviar un correo electrónico de presentación al reportero para romper el hielo y empezar a desarrollar una relación. Una vez que se haya establecido una relación, haga un seguimiento con los detalles de su evento del Mes de la Recuperación.

Del mismo modo, cuando “se lance” a los periodistas, comience con una presentación y luego pregunte por su disponibilidad. No hay que desanimarse si el periodista tiene prisa. En su lugar, ofrézcase a volver a llamar en otro momento o a ponerse en contacto con un colega que pueda estar interesado en comentar el evento.

Después de la conversación, agradezca a cada contacto de los medios de comunicación su tiempo, intercambie información de contacto y establezca expectativas para un posible seguimiento. Ofrezca también el envío de materiales del evento (como un folleto promocional) para obtener más detalles. Confirme por correo electrónico o por teléfono si van a asistir.



Foto de Michal Czyz en Unsplash

## ENTREVISTA

Los periodistas que cubren un evento pueden solicitar una entrevista con el anfitrión, un orador o un miembro clave de la organización anfitriona. Si a su equipo se le presenta la oportunidad de ser entrevistado por un miembro de los medios de comunicación, prepárese de antemano para la conversación. Investigue el contacto con los medios de comunicación interesados y prevea el tipo de preguntas que pueden hacerle. Para responder mejor a las preguntas, familiarícese con el evento y todo el material complementario. Por último, practique las respuestas con un amigo o colega.

El día antes de la entrevista, confirme la logística y la duración prevista de la misma. Tanto si la entrevista se realiza en persona como por teléfono, sea siempre profesional y cortés. Tenga en cuenta que el objetivo de la entrevista es comunicar los mensajes clave del Mes de la Recuperación, los detalles del evento y describir la importancia de los servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación en el ámbito local.

Los siguientes consejos también pueden ser útiles en una entrevista:

- **Vincular:** Esta técnica le permite no desviarse del mensaje y evitar responder a preguntas que puedan desviar la conversación hacia ámbitos imprevistos. En lugar de responder directamente a la pregunta, busque un componente de la misma que pueda relacionarse con uno de los puntos principales. Por ejemplo, puede decir: "Este es un gran ejemplo del poder de la recuperación..." y luego se puede conceder un aspecto principal de la conversación sobre la recuperación.
- **Agrupar:** Esta técnica permite que una persona exponga un punto clave y luego explique la justificación de ese punto. Por ejemplo, un mensaje clave puede incluir la frase: "SAMHSA tiene una serie de iniciativas que mejoran los servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación". A esto le seguirían importantes puntos de seguimiento que respaldan el mensaje clave, como: "El Mes de la Recuperación apoya estas iniciativas mediante..."

- **Bloquear:** Si un periodista le hace una pregunta a la que se siente incómodo de responder, evite responder "sin comentarios", ya que puede parecer que está ocultando algo. En su lugar, ofrézcase a poner al periodista en contacto con alguien que pueda responder con precisión a la pregunta. Por ejemplo: "No soy la persona más indicada para responder a esa pregunta; sin embargo, yo puedo ponerle en contacto con una organización local que podrá proporcionarle la información".

Para que una entrevista en persona tenga éxito, recuerde mantener el contacto visual, sentarse erguido, controlar los movimientos de las manos, demostrar entusiasmo y sentimientos genuinos en su voz, y vestir de forma profesional. Para que la entrevista telefónica tenga éxito, asegúrese de prepararla ensayando y redactando notas. Busque un lugar tranquilo para realizar la llamada, transmita un tono de voz amable y haga preguntas de seguimiento si es necesario.

## PRACTICAR

Al dirigirse a los medios de comunicación, puede ser conveniente utilizar los siguientes temas de conversación sobre el Mes de la Recuperación, en relación con un acontecimiento concreto.

**Para un evento específico:** En **[Fecha]** a **[Hora]**, **[Organización]** organiza **[Evento o Actividad]** en **[Lugar]** para celebrar la recuperación y motivar a las personas con un trastorno de salud mental o de adicciones a buscar la recuperación y lograr una vida saludable y feliz. Los trastornos de salud mental y adicciones pueden afectar a cualquiera, incluso a los habitantes de **[Ciudad]**, donde **[Número]** personas tienen un trastorno de salud mental o de adicción. Nuestra comunidad debe seguir dedicada al proceso de recuperación ayudando a las personas a abordar estas condiciones prevenibles y tratables, y apoyar a las personas en recuperación, así como a sus familiares.

Las actividades de **[Organización]** forman parte del Mes de la Recuperación. Este año, **[Organización]** observará el Mes de la Recuperación mediante **[Incluya el nombre y una breve descripción de sus actividades del Mes de la Recuperación]**.

## SEGUIMIENTO

Recientemente he leído su artículo sobre **[tema de salud mental]**, y he pensado que podría interesarle un próximo evento que celebra a las personas que se recuperan de los trastornos de salud mental y consumo de sustancias.

Haga un seguimiento de los periodistas que cubrieron el Mes de la Recuperación para obtener una copia final del artículo, guarde su contacto para su próximo evento y proporcione enlaces a cualquier cobertura cuando informe sobre su evento. Asegúrese de promocionar los artículos de los medios de comunicación publicados en sus canales de redes sociales y en su sitio web, y compártalos con las partes interesadas y los socios.

## EJEMPLO DE CORREO ELECTRONICO DE PRESENTACIÓN

Línea de asunto del correo electrónico: Tema principal de su correo electrónico

Buenos días **[Nombre]**,

Recientemente he considerado que podría interesarle un próximo evento y reconocer a las personas que se recuperan de los trastornos de salud mental y de adicciones.

En nuestra comunidad, los trastornos de salud mental y adicciones afectan a muchas personas: **[Inserte una Estadística sobre la Incidencia Local de los Trastornos Mentales y Adicciones]** en **[Fecha del evento]**, **[Nombre de la Organización Anfitriona y de los Asistentes Notables]** organizará **[Tipo de evento]** en el área de **[Nombre de la Ciudad]** como parte del Mes de la Recuperación, una gran celebración internacional. Este evento aumenta la concientización y la comprensión de los trastornos de salud mental y adicciones y promueve el mensaje de que la salud mental es esencial para la salud, la prevención funciona, el tratamiento es eficaz y las personas se recuperan.

En este mensaje se ha incluido un aviso a los medios de comunicación que proporciona detalles adicionales sobre el evento. No deje de ponerse en contacto conmigo si necesita más información o quiere concertar una entrevista **[Nombre y Cargo de la Persona a la que se Ofrecen las Entrevistas]**. Me comunicaré con usted antes del **[Evento]** para confirmar si usted o alguien de su organización asistirá.

Gracias por su tiempo y consideración.

Saludos cordiales,

**[Su Nombre e Información de Contacto]**





## EJEMPLO DE CORREO ELECTRÓNICO DE PRESENTACIÓN

Línea de asunto del correo electrónico: Tema principal de su correo electrónico

Buenos días **[Nombre]**,

Hace poco leí su artículo sobre **[Tema de Salud Mental]**, y pensé que podría interesarle un próximo evento para celebrar a las personas que se recuperan de los trastornos de salud mental y de adicciones.

En nuestra comunidad, los trastornos de salud mental y adicciones afectan a muchas personas: **[Incluir una estadística sobre la incidencia local de los trastornos mentales y adicciones]**. En **[Fecha del Evento]**, **[Nombre de la Organización Anfitriona y de los Asistentes Notables]** organizará **[Tipo de Evento]** en el área de **[Nombre de la Ciudad]** como parte del Mes de la Recuperación, una gran celebración internacional. Este evento aumenta la concientización y la comprensión de los trastornos de salud mental y adicciones y promocionar el mensaje de que la salud mental es esencial para la salud, la prevención funciona, el tratamiento es eficaz y las personas se recuperan.

En este mensaje se ha incluido un aviso a los medios de comunicación que proporciona detalles adicionales sobre el evento. No dude en ponerse en contacto conmigo si necesita más información o desea programar una entrevista con **[Nombre y Cargo de la Persona a la que se Ofrecen las Entrevistas]**, y me comunicaré con usted antes del **[Evento]** para confirmar si usted o alguien de **[insertar organización de medios de comunicación]** asistirá.

Gracias por su tiempo y consideración.

Saludos cordiales,

**[Su Nombre e Información de Contacto]**

# UTILIZAR ARTÍCULOS DE OPINIÓN Y EN LÍNEA

Las opiniones de las personas suelen estar determinadas por lo que leen en los medios de comunicación, ya sea en los periódicos o en Internet. Los medios de comunicación son un poderoso mecanismo de difusión de información, y la publicación de un artículo de opinión en un medio de comunicación impreso o en línea puede ayudar a dar a conocer el Mes de la Recuperación. Un artículo de opinión de un periódico es una forma de expresar opiniones y perspectivas sobre un determinado tema o iniciativa. Escribir sobre el Mes de la Recuperación en cualquier publicación puede promover la comprensión de la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones en su comunidad, pueblo, ciudad, territorio o estado.

Este documento incluye consejos útiles sobre cómo escribir un artículo de opinión o en línea y cómo enviarlo para su publicación.

## INICIAR

El Mes de la Recuperación explora cómo la atención integrada, una comunidad fuerte, el sentido de propósito y el liderazgo contribuyen a los tratamientos eficaces que mantienen la recuperación de las personas con trastornos mentales y adicciones. La conmemoración servirá para poner de relieve las historias inspiradoras que ayudan a miles de personas de todos los ámbitos a encontrar el camino hacia la esperanza, la salud y el bienestar.

Además, los materiales apoyan el mensaje de que la prevención funciona, el tratamiento es eficaz y las personas pueden recuperarse y lo hacen.



Piense en este tema cuando tenga ideas para su artículo de opinión o en línea. Considere también el propósito del Mes de la Recuperación: Difundir el mensaje de que la salud mental es esencial para la salud general, que la prevención funciona, que el tratamiento es eficaz y que la gente se recupera.

Planifique adecuadamente y comience a escribir con antelación para publicar su artículo de opinión, ya sea impreso o en línea, durante el Mes de la Recuperación. Consulte la lista que figura a continuación para no desviar el rumbo:

- Determine un mensaje claro y conciso: Un artículo de opinión o un artículo en línea convincente plantea un solo punto o argumento al principio del artículo. Explica los temas a través de mensajes sencillos, permitiendo que los lectores se mantengan centrados y se marchen con el punto principal.
- Piense en la Relevancia: Haga que el tema de un artículo de opinión sea oportuno y relevante para los lectores de la publicación. Busque acontecimientos o noticias recientes cubiertos por la publicación y relacione su artículo de opinión con lo que han publicado.
- Personalícelo: Incluya una historia personal para ayudar a los lectores a conectar fácilmente con el mensaje. Asegúrese de pedir permiso antes de compartir la historia personal de alguien.

- Busque estadísticas y hechos: Valide todas las afirmaciones u opiniones con hechos concretos. Por ejemplo, si quiere hacer notar que los trastornos mentales y por consumo de sustancias son comunes y más frecuentes de lo que se cree, incluya estadísticas sobre la prevalencia.
- Piense en lo Local: Oriéntese al artículo desde un enfoque local para aumentar las posibilidades de que un medio impreso o en línea lo publique. Incluya a los residentes locales en su artículo de opinión o en su artículo si le han dado permiso de antemano. También puede abordar acontecimientos locales recientes e incluir estadísticas específicas de su ciudad o estado.
- Sea breve: Los artículos de opinión o en línea deben tener entre 400 y 750 palabras. Consulte con las publicaciones para determinar las limitaciones específicas en cuanto al número de palabras u otros requisitos, como los plazos y la forma en que prefieren recibir los envíos. Normalmente, estas directrices se publican en el sitio web de la publicación.
- Identifique la(s) publicación(es) adecuada(s): Evaluar qué publicación es la más adecuada para un determinado artículo de opinión. Un periódico local puede ser ideal si el artículo se centra en cuestiones comunitarias. Si el artículo se centra en un tema más amplio, de ámbito nacional, pruebe con un periódico

de mayor tirada. Recuerde que la mayoría de las publicaciones no publicarán artículos de opinión que ya hayan sido publicados en otro medio. Por ello, ponga en orden de prioridad cada medio de comunicación y seleccione sus principales opciones, seguidas de las de respaldo. Lea ejemplos de artículos de opinión anteriores para hacerse una idea de qué formatos y temas parecen captar el interés de la publicación.

- Elabore una relación: La mejor manera de que se publiquen o publiquen tus ideas es desarrollar una relación con el editor por adelantado. Planifique siempre lo que quiere decir antes de ponerse en contacto con la publicación. Proporcione información de fondo sobre usted, su organización y el Mes de la Recuperación, además de cualquier tema de recuperación local y estatal.
- Consulte la plantilla: Consulte el modelo de artículo de opinión que aparece al final de este documento para que le ayude a iniciar el proceso de redacción.

To gain additional attention  
Para conseguir más atención para su artículo de opinión, póngase en contacto con organizaciones conocidas de la comunidad y ofrézcase a escribir conjuntamente con ellas un artículo de opinión o un artículo en línea. Un socio establecido podría llamar la atención de un editor y aumentar las posibilidades de que su artículo de opinión sea publicado.

## REDACTAR

Seleccione un tema y unas estadísticas con un ángulo local para apoyar su información sobre el Mes de la Recuperación y su misión, junto con el tema de este año. Evite imponer sus creencias a los demás, pero tome una posición clara. Además, tenga en cuenta a los lectores de la publicación cuando escriba un artículo de opinión o en línea, y piense en lo que podría captar su atención y elaborar un interés por el Mes de la Recuperación. Si presenta o menciona algún programa de prevención, tratamiento y/o recuperación en su comunidad, asegúrese de tener su permiso.

Tenga en cuenta los siguientes consejos a la hora de redactar un artículo de opinión o en línea:

- Incluya un título llamativo que destaque el mensaje central.
- Haga que su artículo sea personal e incluya historias reales para poder conectarse con los lectores.
- Repita sus puntos principales al final del artículo de opinión y haga una llamada a la acción.
- Evite la jerga técnica y los acrónimos: la mayoría de los periódicos están redactados a nivel de quinto grado.
- Incluya su nombre, información de contacto y una descripción de quién es usted y sus cualificaciones al final del artículo.

## PERSONALIZAR

Consulte los siguientes recursos para obtener datos que hagan más convincente un artículo de opinión o un artículo en línea.

Informe del Centro Nacional de Estadísticas de Salud de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades: Drug Overdose Deaths in the United States, 1999-2016 (Muertes por Sobredosis en Estados Unidos, 1999-2016) (<https://www.cdc.gov/nchs/data/databriefs/db294.pdf>)

**Facing Addiction in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health** (Enfrentando la Adicción en América: Informe del Cirujano General sobre el Alcohol, las Drogas y la Salud). (<https://addiction.surgeongeneral.gov/>)

**Mental Health Facilities Data** (Datos sobre Instalaciones de Salud Mental) (<https://www.samhsa.gov/data/mental-health-facilities-data-nmhs>)

**National Institute on Drug Abuse: Monitoring the Future Survey** (Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas: Encuesta de Seguimiento del Futuro) (<https://www.drugabuse.gov/related-topics/trends-statistics/monitoring-future>)

**SAMHSA's National Survey of Substance Abuse Treatment Services** (Encuesta Nacional de SAMHSA sobre Servicios de Tratamiento del Abuso de Sustancias) (<https://www.samhsa.gov/data/substance-abuse-facilities-data-nssats>)

**SAMHSA's National Survey on Drug Use and Health** (Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud de SAMHSA) (<https://www.samhsa.gov/samhsa-data-outcomes-quality/major-data-collections/reports-detailed-tables-2016-NSDUH>)

**SAMHSA's Publications Store** (Tienda de Publicaciones de SAMHSA) (<https://store.samhsa.gov/>)

**SAMHSA's Recovery and Recovery Support Webpage** (Página web de Apoyo a la Recuperación de SAMHSA) (<https://www.samhsa.gov/recovery>)

**SAMHSA's Recovery Statement** (Declaración de Recuperación de SAMHSA) (<https://blog.samhsa.gov/2012/03/23/definition-of-recovery-updated>)

**SAMHSA's Treatment Episode Data Set** (Conjunto de Datos de Episodios de Tratamiento de SAMHSA) (<https://www.samhsa.gov/data/client-level-data-teds>)

## PUBLICAR

Cuando envíe un artículo de opinión o en línea, incluya una breve carta de presentación para establecer por qué está cualificado para escribir el artículo y por qué es oportuno, junto con una explicación sencilla de por qué la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones es importante para los lectores. Al intentar incluir su artículo en una publicación o en línea, asegúrese de

- **Realizar una llamada de seguimiento:** Haga un seguimiento con el editor una semana después de enviar el artículo de opinión o el artículo. Si no ha tenido tiempo de leerlo, vuelva a hacerlo una semana después. Recuerde ser cortés y afirmar que la publicación de su artículo ayudará a otras personas que pueden no ser conscientes de la importancia de destacar la recuperación de la salud mental y adicciones
- **Establezca un plazo:** Como la mayoría de las publicaciones no envían una notificación si un artículo de opinión es rechazado, fije un plazo para que su artículo sea publicado. Si se vence, pase al siguiente medio y evalúe su interés en publicar el artículo. No se rinda.

Si su artículo de opinión es rechazado por las publicaciones que desea, estudie alternativas al tradicional artículo de opinión impreso. Pregunte al editor del sitio web de la publicación si los artículos de opinión pueden publicarse en la versión en línea del periódico. Los artículos de opinión en línea pueden ser mucho más fáciles de compartir con otros a través de los medios sociales, como Twitter y Facebook.

Considere también que muchos periódicos tienen blogueros en línea que cubren los eventos filantrópicos locales, y algunos pueden aceptar contribuciones de artículos invitados para hablar de los trastornos de salud mental y adicciones o de un evento del Mes de la Recuperación en su área. Utilice el ejemplo de artículo de opinión que aparece al final de este documento como guía para una publicación de un invitado, pero recuerde que debe escribir de manera más informal y personal cuando escriba en el blog. Si un bloguero no acepta un artículo como invitado, ofrezca información sobre el Mes Nacional de la Recuperación y anime al bloguero a escribir su propio artículo sobre el tema o a enlazar con el sitio web de un evento local del Mes de la Recuperación.

Tenga en cuenta que el Mes de la Recuperación rinde homenaje a las personas que se recuperan a largo plazo, reconoce a quienes prestan servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación, y anima a quienes necesitan ayuda a buscar la recuperación durante todo el año. Incluso si su artículo de opinión o en línea no se publica en Septiembre, siga intentándolo durante el resto del año para ayudar a difundir estos mensajes cruciales.

Publicar en las cuentas personales de las redes sociales es también un buen medio para compartir un artículo de opinión. En particular, puede hacer lo siguiente:

- Publicar un artículo de opinión en la página de Facebook y la cuenta de Twitter del Mes de la Recuperación.
- Distribuir los detalles del evento, los materiales y las fotos en los canales de las redes sociales mencionados anteriormente.

Enviar una copia de su artículo de opinión publicado y la información de colocación por vía electrónica a [yourfriends@nationalrecoverymonth.org](mailto:yourfriends@nationalrecoverymonth.org).

\*\*La inclusión de sitios web y recursos en este documento y en el sitio web del Mes de la Recuperación no constituye un aval oficial.

# MUESTRA DE ARTÍCULO DE OPINIÓN

## Las Familias y las Comunidades Pueden Marcar la Diferencia

A menudo, las personas que padecen un trastorno de salud mental o de adicciones se sienten aisladas y solas. Sin embargo, cada año, millones de estadounidenses experimentan estas condiciones. Es importante que ofrezcamos apoyo a las personas que sufren trastornos de salud mental y de adicciones. Aún son demasiadas las personas que desconocen que el trabajo de prevención. De hecho, debemos elaborar entornos y relaciones que promuevan la aceptación. El apoyo de las familias es esencial para la recuperación, por lo que es importante que los miembros de la familia tengan las herramientas para iniciar conversaciones sobre la prevención, el tratamiento y la recuperación.

Demasiada gente sigue sin ser consciente de que la prevención funciona y de que los trastornos de salud mental y de adicciones pueden tratarse, al igual que otros problemas de salud.

Habiendo **[estado en recuperación a largo plazo durante XX años / trabajado en el campo de la recuperación durante XX años / otra declaración de experiencia personal]**, he sido testigo de la realidad positiva de la recuperación. Las personas que se acogen a la recuperación consiguen mejorar su salud mental y física y establecen relaciones más sólidas con sus vecinos, familiares y compañeros. Tenemos que lograr que más personas sientan que la recuperación es posible.

Los trastornos de salud mental y de adicciones afectan a personas de todas las etnias, edades, géneros, regiones geográficas y niveles socioeconómicos. Es necesario que sepan que disponen de ayuda. Estas personas pueden mejorar, tanto física como emocionalmente, con el apoyo de una comunidad receptiva.

Las familias y las comunidades pueden encontrar esperanza y difundir el mensaje de la recuperación a través de la celebración anual del Mes de la Recuperación.

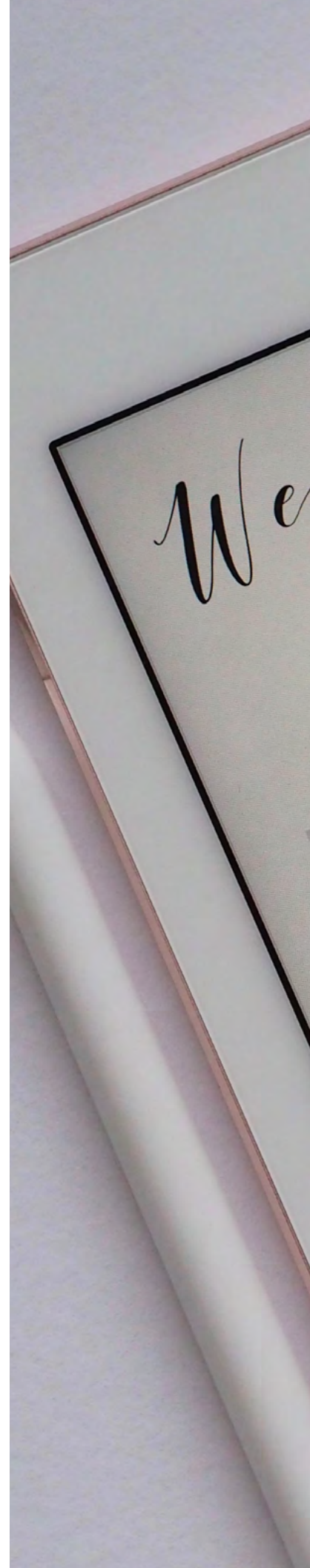
**[Nombre de la Organización]** está celebrando el Mes de la Recuperación con una variedad de eventos educativos y de entretenimiento

**[O Nombre del Evento Específico]** para honrar a las personas y familias que están en recuperación. Su asistencia demostrará el apoyo de la comunidad de recuperación, incluyendo a aquellos que proporcionan servicios de prevención, tratamiento y asistencia a la recuperación

Invito a todos los miembros de la comunidad a que se unan a la celebración y ayuden a frenar la incidencia de los trastornos de salud mental y adicciones. Hágale saber a la gente de **HOOAC** que tienen ayuda gratuita y confidencial disponible las 24 horas del día a través de la Línea Nacional de Ayuda de SAMHSA, **1-800-662-HELP (4357)** o **1-800-487-4889 (TDD)**.

Ofrecer apoyo a quienes padecen trastornos de salud mental y adicciones puede marcar una gran diferencia. Juntos podemos contribuir a que otras personas hagan realidad la promesa de la recuperación y otorgar a las familias el apoyo adecuado para ayudar a sus seres queridos.

**[Incluya el nombre del autor, el título y un breve resumen de sus cualificaciones].**





## MATERIALES DE PRESNSA DE SU EVENTO DURANTE EL MES DE LA RECUPERACIÓN

Para contribuir al trabajo y generar una publicidad positiva de las actividades del Mes de la Recuperación, elabore y distribuya materiales de prensa para difundir el mensaje de la recuperación. Estos materiales deben atraer la cobertura de los medios de comunicación destacando el hecho de que la salud mental es esencial para la salud, que la prevención funciona, que el tratamiento es eficaz y que las personas se recuperan de los trastornos de salud mental y adicciones

Utilice este documento para guiar el desarrollo y la distribución de materiales publicitarios promoviendo los eventos del Mes de la Recuperación este mes de Septiembre y durante todo el año.

## ELIJA UN FORMATO

Hay varios tipos de materiales que usted o su organización pueden compartir con los medios de comunicación para dar a conocer su evento del Mes de la Recuperación y destacar los mensajes que repercutan en el público al que se dirige y en los diferentes canales de publicidad.

Las siguientes herramientas contribuirán a incrementar la sensibilización en torno a un evento del Mes de la Recuperación. Al final de este documento encontrará ejemplos de la mayoría de estas iniciativas, que pueden modificarse para su distribución a los medios de comunicación.

- **Los Avisos a los Medios de Comunicación**, o alertas a los medios, son documentos breves de una página que notifican a los medios de comunicación sobre un evento próximo y proporcionan información esencial sobre la fecha, hora y lugar del evento. Son breves y animan a los periodistas a asistir al acto para obtener más información. Los avisos deben enviarse al editor del calendario de un periódico local y también al reportero o editor de salud que cubre las noticias o eventos locales. También deben incluir la información de contacto de la organización, así como información sobre cómo programar entrevistas y tomar fotos.
- **Los Comunicados de Prensa** o notas de prensa son anuncios de una o dos páginas que se envían a los medios de comunicación para que cubran una noticia o un evento. Un comunicado es similar a una noticia condensada, que a veces se reutiliza como artículo independiente en un periódico. Consulte la sección “Trabajar con los Medios de Comunicación” de este manual para conocer los factores que los periodistas utilizan para determinar si una historia es de interés periodístico. Los comunicados de prensa deben:
  - Constar de aproximadamente 500 palabras, formateadas en párrafos cortos;
  - Contener la información más importante en la parte superior, seguida de detalles de apoyo más adelante en el artículo; e
  - Incluir una cita del portavoz del evento o de una figura clave.
- **La información de antecedentes** son documentos suplementarios y concisos que suelen acompañar a los comunicados de prensa o a los comunicados de prensa. También pueden distribuirse en los actos del Mes de la Recuperación o enviarse a los periodistas por separado. Pueden redactarse en forma de párrafo o con información en viñetas. Elabore una información de antecedentes, como la que se encuentra al final de este documento, que destaque el Mes de la Recuperación; su organización; el evento específico; los datos recientes sobre la salud mental y adicciones; los servicios relevantes de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación; y a los ciudadanos locales en recuperación.
- **Los artículos de opinión** ofrecen una opinión sobre un tema o evento específico y se publican frente a la página editorial de una publicación. El objetivo de un artículo de opinión es influir en la opinión pública tomando una posición firme y elaborando un diálogo sobre cuestiones que afectan a una comunidad, como la recuperación de la salud mental y adicciones. Las cartas al director son cartas breves (de no más de 150 a 175 palabras) que se escriben para expresar el punto de vista de un individuo o de una organización sobre un tema concreto, aunque oportuno, que haya aparecido recientemente en las noticias. Las cartas deben escribirse como respuesta a otra noticia (en los dos días siguientes a la aparición de la noticia) y deben poner de relieve un tema oportuno, como la forma en que la tasa de trastornos de salud mental y adicciones en una comunidad local influye en otras noticias. Las cartas al director suelen publicarse en periódicos y revistas de noticias.
- **Los Anuncios de Servicio Público (PSA)** son anuncios informativos no pagados que se distribuyen en la radio o la televisión locales. y crean una concientización sobre el Mes de la Recuperación en las comunidades informando al público sobre la realidad de los trastornos mentales y de adicciones.



## REDACTAR

Al redactar los materiales de prensa para un evento del Mes de la Recuperación, hay que explicar por qué es importante abordar los problemas de salud mental y adicciones, y por qué su evento es beneficioso para la comunidad. No olvide comunicar estos mensajes a todos los miembros del comité de planificación del acto, para que puedan proporcionar una declaración significativa si los medios de comunicación se lo piden. Conviene revisar la sección “Trabajar con los Medios de Comunicación” para obtener más recomendaciones sobre cómo interactuar con los periodistas.

Al elaborar el material de prensa, tenga en cuenta los siguientes puntos:

- Evite utilizar términos empleados en la jerga, que pueden ofender a las personas en recuperación, o jerga técnica que el público en general podría no comprender.
- Verifique dos veces los nombres, títulos e información de contacto en los materiales de prensa, y compruebe que todas las estadísticas y la ortografía están correctas.

Foto de STIL en Unsplash

## PERSONALIZAR

Utilice los siguientes recursos para adecuar sus materiales de prensa con datos locales cuando sea posible:

- **Página Web de Tratamientos y Servicios de Salud Mental de SAMHSA** (<https://www.samhsa.gov/treatment>)
- **Datos de Instalaciones de Salud mental de SAMHSA** (<https://www.samhsa.gov/data/mental-health-facilities-data-nmhs>)
- **Encuesta Nacional de SAMHSA sobre Servicios de Tratamiento del Abuso de Sustancias** (<https://www.samhsa.gov/data/substance-abuse-facilities-data-nssats>)
- **Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud de SAMHSA** (<https://www.samhsa.gov/samhsa-data-outcomes-quality/major-data-collections/reports-detailed-tables-2016-NSDUH>)
- **Página Web de Recuperación y Apoyo a la Recuperación de SAMHSA** (<https://www.samhsa.gov/recovery>)
- **Conjunto de Datos de Episodios de Tratamiento (TEDS) de SAMHSA** (<https://www.samhsa.gov/data/client-level-data-teds>)

## DIFUNDIR

Antes de distribuir los materiales de prensa que ha elaborado, asegúrese de que sus materiales resaltan de forma adecuada la importancia del Mes de la Recuperación, contienen una petición concreta de acción y proporcionan información específica para la comunidad.

Los materiales de prensa suelen distribuirse por vía electrónica. Para asegurarse de que un periodista vea los materiales de prensa, hay que copiar y pegar la información en el contenido del correo. Asegúrese de que el titular y el primer párrafo sean legibles para evitar que el usuario se desplace innecesariamente. Además, personalice cada correo electrónico a fin de que el reportero sepa que no se trata de un mensaje masivo.

Para informarse adónde enviar los materiales y cómo elaborar una lista completa de medios de comunicación, consulte la sección “Trabajo con los Medios de Comunicación” de esta guía.

## COORDINAR EL TIEMPO

Los avisos a los medios de comunicación suelen enviarse a los periodistas con una semana de antelación al evento. Recuerde que estos avisos sirven como invitación o “reservan la fecha” para el evento. Los comunicados de prensa se distribuyen inmediatamente antes o durante el evento, o pueden entregarse a los periodistas bajo un acuerdo de “embargo” hasta cuando el evento o el anuncio se hagan oficiales.

Para distribuir los materiales a un gran número de destinatarios, puede enviarlos a una organización de servicios de noticias, como la Associated Press

o Reuters, que pueden optar por publicarlos gratuitamente. También puede elegir un servicio de distribución en línea de pago como, por ejemplo:

- 24/7 Press Release (<https://www.24-7pressrelease.com/>)
- Business Wire (<https://www.businesswire.com/portal/site/home>)
- PR Log (<https://www.prlog.org/>)
- PR Newswire (<https://www.prnewswire.com/>)

Una vez distribuidos los materiales, no olvide publicarlos en el sitio web del Mes de la Recuperación y enlazarlos en las plataformas web adecuadas. También es importante hacer un seguimiento de cada uno de los periodistas que han recibido el material para asegurarse de que lo han recibido y para comprobar su interés en asistir al evento o programar una entrevista con un representante o un orador invitado.

## COMPARTIR

Publique los materiales de prensa en el sitio web del Mes de la Recuperación.

Compartir la información del evento a través de los medios de comunicación social del Mes de la Recuperación. Compartir los esfuerzos de divulgación del evento y mencionar los materiales que fueron útiles durante el Mes de la Recuperación. Enviar los materiales de promoción por vía electrónica a [yourfriends@nationalrecoverymonth.org](mailto:yourfriends@nationalrecoverymonth.org)

\*\*La inclusión de sitios web y ejemplos de eventos en este documento y en el sitio web del Mes de la Recuperación no constituye un aval oficial..



# EJEMPLO DE AVISO A LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

**[Adaptar según sea necesario para el evento modificando el tipo de evento, la fecha, etc.]**

**[Nombre del Funcionario]** emitirá una proclama y dirigirá un acto de recuperación para concientizar sobre la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones

Los trastornos de salud mental y adicciones son frecuentes en nuestra comunidad, y es esencial que las personas de [Ciudad o Estado] comprendan cómo solicitar ayuda. Según la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), en 2020, se estima que **XX [Miles/ Millones]** de personas en **[Ciudad o Estado]** se vieron afectadas por la salud mental y adicciones. Asimismo, se estimó que **XX [Miles/Millones]** de personas en **[Ciudad o Estado]** se vieron afectadas por trastornos por el uso de sustancias.

Para hacer frente a este importante problema, **[Nombre del Funcionario]** publicará una declaración para el Mes Nacional de la Recuperación este mes de Septiembre, para crear conciencia sobre la prevención, el tratamiento y los servicios de apoyo a la recuperación en la zona. Adicionalmente, **[Nombre del experto]** expondrá los programas locales de salud mental y adicciones. Además, **[Nombre del Experto]** expondrá los programas locales destacando a las personas en recuperación, detallando el camino que tomaron para llegar a lo que son hoy.

El año pasado se emitieron proclamaciones en todo el país, incluida una del Presidente de los Estados Unidos. Tras la firma de la proclamación, se les anima a los asistentes y a todos los ciudadanos de **[Ciudad o Estado]** a participar en un acto de recuperación en la comunidad para destacar la importancia de prestar ayuda a las personas que necesitan servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación, al tiempo que se celebran también los logros de los individuos que se recuperan.

QUIÉN: **[Participantes]**

CUÁNDO: **[Fecha y hora]**

DÓNDE: **[Dirección del evento]**

CONTACTO: **[Nombre y número de teléfono del contacto principal para el evento]**

# EJEMPLO DE COMUNICACION DE PRENSA

**[Adáptelo según sea necesario para el evento, modificando el tipo de evento, la fecha y las estadísticas locales disponibles].**

Para su Publicación Inmediata,  
Póngase en Contacto con:

**[Nombre de la persona que está disponible para responder a las preguntas de los medios de comunicación] [Número de teléfono de la persona de contacto - incluya los números de oficina y de móvil] [Dirección de correo electrónico de la persona de contacto]**

[Nombre del Funcionario] Organiza un Evento sobre la Recuperación para incrementar la toma de conciencia sobre la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones en [ciudad o estado]

**[Ciudad, Estado], [Fecha]** - Los trastornos de salud mental y adicciones y los beneficios sociales de la recuperación para **[Ciudad o Estado]** deben tratarse inmediatamente, según **[Nombre del funcionario local]**, que hoy ha reconocido Septiembre como el Mes de la Recuperación. Para promover la celebración nacional generalizada, [Nombre del funcionario] dirigió un Evento sobre la Recuperación, que contó con la participación de oradores de apertura y cuyo objetivo fue apoyar a las personas en recuperación y destacar los servicios críticos de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación.

Además, en una caminata, a la que asistieron más de **[Número de Personas que Asistieron a la Caminata]**, celebraron ejemplos de la vida real de personas en recuperación.

“El acto de hoy ha puesto de manifiesto que las personas en recuperación y sus sistemas de apoyo pueden ser agentes de cambio en

nuestras comunidades”, declaró **[Nombre del Funcionario]**. “Es fundamental que las personas que padecen trastornos de salud mental y adicciones reciban el apoyo que necesitan. La realidad es que la salud mental es esencial para la salud, la prevención funciona, el tratamiento es eficaz y la gente se recupera.”

**[Reemplazar el Siguiendo Párrafo con Estadísticas Locales, si están Disponibles]** En 2016, se estimó que 44,7 millones de adultos de 18 años o más (18,3%) tuvieron alguna enfermedad mental en el último año, según la Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud de 2016, una encuesta anual publicada por la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA).

Los oradores de apertura del evento describieron el impacto de la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones y se sumaron a la marcha en el centro de la **[Ciudad]**. El acto también recibió el apoyo de empresas y organizaciones locales que reconocen el valor de la búsqueda de tratamiento y la superación de los trastornos de salud mental y adicciones. El evento también contó con el apoyo de empresas y organizaciones locales que reconocen el valor de buscar tratamiento para superar los trastornos de salud mental y adicciones.

“Es importante que el impulso que hemos establecido en este evento se prolongue hasta el día de mañana, y hasta el día, la semana y el año siguientes”, dijo **[Nombre de la Persona]**. “Todos tenemos el potencial de marcar la diferencia y ser más visibles, más elocuentes y más valiosos para ayudar a difundir el mensaje de que la recuperación es posible”.

El evento de hoy forma parte del Mes de la Recuperación, una celebración nacional. Esta conmemoración sensibiliza sobre los trastornos de salud mental y adicciones, rinde homenaje a las personas en recuperación y reconoce la labor de los servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación.

# INFORMACIÓN DE ANTECEDENTES

[Adáptelo según sea necesario incluyendo información adicional específica de la organización o información sobre el evento].

Hoja informativa sobre el Mes de la Recuperación Nacional ¿Qué es el Mes de la Recuperación Nacional?

El Mes Nacional de la Recuperación es una conmemoración anual que se celebra cada mes de Septiembre desde 1989. En Septiembre, y durante todo el año, el Mes de la Recuperación difunde el mensaje siguiente:

- La Salud Mental es esencial para la salud.
- La Prevención funciona.
- El Tratamiento es eficaz.
- La Gente se recupera.

Consulte el sitio web del Mes de la Recuperación, [nationalrecoverymonth.org](http://nationalrecoverymonth.org), para obtener más información sobre la iniciativa.

Foto de krakenimages en Unsplash



## ¿QUIÉN PATROCINA EL MES DE LA RECUPERACIÓN?

El Mes de la Recuperación colabora con aproximadamente 200 organizaciones de Planificación del Mes de la Recuperación, que representan a organizaciones locales, estatales y nacionales dedicadas a la prevención, el tratamiento y la recuperación.

## ¿CUÁL ES EL TEMA DEL MES NACIONAL DE LA RECUPERACIÓN DE ESTE AÑO?

El tema de este año, ***“La Recuperación es para Todos: PARA Cada persona, PARA Todas las familias, PARA Cada comunidad”*** recuerda a las personas en recuperación y a quienes las apoyan, que la recuperación nos pertenece a todos. Todos estamos llamados a poner fin a los obstáculos y a aceptar a todo el mundo en la recuperación, disminuyendo las barreras para el apoyo a la recuperación, elaborando espacios y programas inclusivos y ampliando nuestra comprensión de lo que significa la recuperación para las personas con diferentes experiencias.

## ¿QUÉ ACTOS SE CELEBRAN DURANTE EL MES DE LA RECUPERACIÓN?

Cada mes de Septiembre -y a lo largo de todo el año- se celebran cientos de eventos para conmemorar el Mes de la Recuperación. Estos eventos, que abarcan desde caminatas y concentraciones por la recuperación hasta charlas en línea y barbacoas en grupo, animan a los siguientes públicos a abordar la necesidad continua de servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación.

- Militares en servicio activo y veteranos
- Líderes cívicos
- Comunidades
- Estudiantes en edad universitaria
- Educadores
- Empresarios
- Organizaciones religiosas
- Líderes religiosos
- Primeros auxilios
- Amigos y familiares
- Estudiantes de secundaria
- Personal del sistema judicial
- Responsables políticos
- Organizaciones de prevención, tratamiento y recuperación
- Recuperación entre pares
- Comunidad de recuperación
- Organizaciones de servicios sociales
- Jóvenes y adultos jóvenes

## EMITIR LAS PROCLAMACIONES DEL MES DE LA RECUPERACIÓN

Una proclamación es un anuncio oficial que reconoce públicamente una iniciativa, como por ejemplo el Mes Nacional de la Recuperación. Las proclamaciones son normalmente firmadas y emitidas por funcionarios federales, gobernadores, legisladores estatales u otros funcionarios del gobierno a nivel local.

La solicitud y recopilación de proclamaciones de entidades estatales, territoriales, municipales o de condado en apoyo del Mes Nacional de la Recuperación es otra forma de promover y sensibilizar acerca de la salud mental y difundir el mensaje de que la prevención funciona, el tratamiento es eficaz y las personas se recuperan.

En 2016, se firmaron 43 proclamaciones para apoyar el Mes Nacional de la Recuperación, incluida una emitida por el Presidente. Durante décadas, la Oficina Ejecutiva del Presidente de los Estados Unidos ha apoyado el Mes de la Recuperación

trabajando para aumentar la conciencia pública y el apoyo a las personas con problemas de salud mental y adicciones, así como a sus comunidades y familias. La Proclamación Presidencial reconoce la importancia de la prevención, el tratamiento y la recuperación en todo el país. Igualmente importantes son los cientos de proclamaciones emitidas a nivel estatal, territorial y local cada año.

El tema de este año, "**La Recuperación es para Todos: PARA Cada persona, PARA Todas las familias, PARA Cada comunidad**" recuerda a las personas en recuperación y a quienes las apoyan, que la recuperación nos concierne a todos. A todos se nos pide que pongamos fin a las barreras y demos la bienvenida a todo el mundo a la recuperación reduciendo los obstáculos al apoyo a la recuperación, elaborando entornos y programas inclusivos y ampliando nuestra comprensión de lo que significa la recuperación para las personas con experiencias diferentes.



La conmemoración servirá para destacar las historias inspiradoras que ayudan a miles de personas de todos los orígenes a encontrar el camino de la esperanza, la salud y el bienestar. Además, los materiales apoyan que la prevención funciona, que el tratamiento es eficaz y que las personas pueden recuperarse y lo logran. La información que figura a continuación incluye sugerencias para ayudar a redactar y a promover una proclamación del Mes Nacional de la Recuperación.

## PÓNGASE EN CONTACTO CON LOS FUNCIONARIOS PÚBLICOS

Antes de redactar una proclamación para que se designe a Septiembre como el Mes de la Recuperación en su zona, es posible que desee investigar a los funcionarios locales para determinar sus intereses y creencias sobre la prevención, el tratamiento y los servicios de apoyo a la recuperación. Si es factible, querrá contratar a alguien que se apasione por este tema, o tratar de generar pasión por el tema como resultado de sus actividades de divulgación. Recuerde que muchos funcionarios públicos pueden emitir una proclamación, entre ellos:

- Gobernadores
- Senadores y Representantes
- Alcaldes
- Concejales
- Legisladores estatales
- Administradores de Condado
- Líderes de naciones tribales

Dado que algunas legislaturas y gobiernos municipales no se encuentran en sesión durante los meses de verano, intente ponerse en contacto con los funcionarios públicos por lo menos seis meses antes del Mes de la Recuperación. Escríbeles una carta o envíe un correo electrónico para iniciar la comunicación con la oficina de prensa de un funcionario, y haga un seguimiento con una llamada telefónica. Incluya en su correspondencia un enlace a [nationalrecoverymonth.org](http://nationalrecoverymonth.org). Durante la conversación inicial, explique la conmemoración del Mes de la Recuperación, detallando las actividades locales programadas, y exponga la importancia de su apoyo a este evento anual. Si la oficina del funcionario no está familiarizada con el proceso de proclamación, explíquele que es una forma sencilla de que el gobierno reconozca la importancia de los servicios de prevención, tratamiento y apoyo a la recuperación de los trastornos de salud mental y adicciones, y que puede incentivar a los necesitados a buscar ayuda.

Una vez que la oficina confirme que el funcionario pudiera apoyar el Mes de la Recuperación y emitir una proclamación, es momento de que comience a escribir.



## DECIDA UN ESTILO

Hay dos estilos de redacción de proclamaciones: el tradicional y el moderno. Aunque estos dos estilos difieren en el formato, ambos pueden generar conciencia sobre el Mes de la Recuperación.

Las proclamaciones tradicionales comienzan con una serie de afirmaciones que se inician con las palabras “considerando”, que describen el estado de la situación actual y sugieren el razonamiento en el que se basa la proclamación. Cada cláusula señala los problemas o cuestiones que se abordan y va seguida de una frase final que comienza con “por lo tanto”, en la que se solicita específicamente el apoyo o la acción necesaria.

Las proclamaciones modernas se redactan siguiendo el formato de una carta. Destacan los mismos puntos que una proclamación tradicional, pero están redactadas como declaraciones. Consulte los ejemplos de proclamaciones que se incluyen al final de este documento.

Foto de Jeff Sundstrom en Unsplash



## ELABORAR UNA PROCLAMACIÓN

Una vez que se haya familiarizado con los diferentes estilos de proclamación, utilice la siguiente lista cuando redacte una de ellas y busque el apoyo del público para el Mes de la Recuperación.

- Determine el estilo de redacción preferido por el funcionario (tradicional o moderno).
- Ofrézcase a redactar la proclamación.
- Consulte los ejemplos que aparecen al final de este documento para ayudarlo a redactar la proclamación.
- Incluya la información correspondiente las estadísticas locales que puedan interesar a los miembros de la comunidad.
- Envíe la proclamación a la oficina del funcionario con antelación y permítale que la revise y la firme.
- Realice un seguimiento frecuente para comprobar el estado de la proclamación.
- Despliegue copias de la proclamación en lugares públicos una vez que haya sido firmada.
- Publique la proclamación en el sitio web del Mes de la Recuperación - envíela a [yourfriends@nationalrecoverymonth.org](mailto:yourfriends@nationalrecoverymonth.org)



## PERSONALIZAR

Puede personalizar la proclamación para su comunidad e incluir mensajes importantes sobre la recuperación. Considere la posibilidad de incluir o consultar los siguientes recursos sobre los servicios de tratamiento y recuperación.

### **Página web de tratamientos y servicios de salud mental de SAMSHA**

(<https://www.samhsa.gov/treatment>)

### **Datos de instalaciones de salud mental de SAMSHA** (<https://www.samhsa.gov/data/mental-health-facilities-data-nmhss>)

### **Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y Salud de SAMSHA y otros datos de SAMSHA** (<https://www.samhsa.gov/samhsa-data-outcomes-quality/major-data-collections/reports-detailed-tables-2016-NSDUH>)

### **Encuesta nacional de SAMSHA sobre servicios de tratamiento por el uso de sustancias** (<https://www.samhsa.gov/data/substance-abuse-facilities-data-nssats>)

### **Página web de SAMSHA sobre la Recuperación y apoyo a la Recuperación** (<https://www.samhsa.gov/recovery>)

### **Conjunto de datos de episodios de tratamiento de SAMSHA** (<https://www.samhsa.gov/data/client-level-data-teds>)

## COMPARTIR

Publique una copia de la proclamación y envíela electrónicamente a [yourfriends@nationalrecoverymonth.org](mailto:yourfriends@nationalrecoverymonth.org) ¡Asegúrese de compartirla en sus redes sociales!

\*\*La inclusión de sitios web y ejemplos de eventos en este documento y en el sitio web del Mes Nacional de la Recuperación no constituye un aval oficial.

## PUBLICAR

Dar a conocer la proclamación contribuirá a aumentar la atención sobre el Mes de la Recuperación y a generar un nuevo impulso para la celebración nacional en su comunidad. Visite los negocios locales, los clubes de salud, las bibliotecas, los vestíbulos de los hoteles, las escuelas, los campus universitarios, los centros de tratamiento y recuperación, los centros comunitarios de salud mental y los edificios gubernamentales y verifique si le permiten exhibir copias de las proclamaciones y otros recursos del Mes de la Recuperación. Si se lo autorizan, coloque un afiche sobre el Mes de la Recuperación para atraer más atención y aumentar el interés.

Para elaborar una publicidad adicional, organice una conferencia de prensa o una reunión en el municipio y solicite a los funcionarios locales que firmen o presenten la proclamación. Este acto puede ir acompañado de una mesa redonda sobre temas relacionados con la salud mental y los trastornos por consumo de sustancias. Las ideas para los panelistas incluyen proveedores de servicios, familias afectadas por trastornos de salud mental y adicción, adultos jóvenes y otros individuos en recuperación.

# EJEMPLO DE PROCLAMACIÓN

La salud mental y los trastornos por adicciones afectan a todas las comunidades del país; con el consiguiente compromiso y apoyo, las personas afectadas pueden iniciar un proceso para mejorar su salud y su bienestar general. El objetivo del *Mes Nacional de la Recuperación (Mes de la Recuperación)* de este mes de Septiembre es homenajear a todas las personas que hacen posible el proceso de recuperación adoptando el tema de 2021. “*La Recuperación es para Todos: Todas las personas, Todas las Familias, Todas las Comunidades*”. El Mes de la Recuperación difunde el mensaje de que las personas pueden recuperarse y lo hacen cada día.

El impacto de los trastornos de salud mental y adicción es evidente en nuestra comunidad a nivel local, y se estima que **XX [Miles/Millones]** de personas en **[Ciudad o Estado]** están afectadas por estas condiciones. A lo largo del Mes de la Recuperación, la gente se hace más consciente y capaz de reconocer los signos de los trastornos de salud mental y adicciones, y motiva a las personas que necesitan servicios de recuperación a solicitar ayuda. El tratamiento de los efectos de estas afecciones contribuye a que las personas alcancen un estilo de vida saludable, tanto física como emocionalmente.

La celebración del Mes de la Recuperación continúa trabajando para mejorar la vida de los afectados por los trastornos de salud mental y adicciones, sensibilizando y educando a las comunidades sobre la eficacia del servicio. Por las razones anteriores, solicito a los ciudadanos de **[Ciudad o Estado]** que se unan a mí en la celebración de este mes de Septiembre como el Mes Nacional de la Recuperación.

Yo, **[Nombre y título del funcionario electo]**, proclamo el mes de Septiembre de 2021 como el Mes Nacional de la Recuperación en **[Ciudad o Estado]** y se convoca a nuestra comunidad a conmemorar este mes con programas y eventos convincentes que apoyen la observancia de este año, el 32º aniversario del Mes de la Recuperación.

**Firma**

**[Insertar el Sello Oficial de la Ciudad/Estado u otro]**



 EL MES NACIONAL  
DE LA RECUPERACIÓN 2021



Facebook: [@nationalrecoverymonthfv](https://www.facebook.com/nationalrecoverymonthfv)

Instagram: [@recoverymonth\\_fv](https://www.instagram.com/recoverymonth_fv)

Twitter: [@recoverymonthfv](https://twitter.com/recoverymonthfv)

Para más información, póngase en contacto con el equipo del Mes de la Recuperación en [support@nationalrecoverymonth.org](mailto:support@nationalrecoverymonth.org)