

Lista de Recursos

INDICE

My HealtheVet R-1

Servicios del VA en Puerto Rico (Mapa) .. R-3

Recursos Locales

Servicios R-4

Clínicas R-5

Beneficios R-5

Centros para Veteranos/as R-6

Otros Servicios Importantes R-6

Recursos Cibernéticos

Empleo, Finanzas y Préstamos R-9

Relaciones Familiares y Seres Queridos R-10

Beneficios R-10

Servicios para la Salud Mental R-11

Registro Pesonal de Salud R-12

Guía con Cuidado R-16

Para los/as Supervisores/as



My HealthVet

<http://www.myhealth.va.gov>



Una Página de Internet para Veteranos/as y sus Familiares

¿Cómo puede ayudarme My HealthVet (MHV)?

En el portal de MHV podrás:

- Renovar las medicinas recetadas en VA
- Ver tus citas médicas en VA
- Encontrar enlaces a beneficios federales y del VA
- Encontrar información sobre el reajuste post-movilización
- Tomar clases en el Internet para mejorar tu salud física y mental
- Crear un registro personal de salud
- Llevar un registro de los cambios en tu salud

¿Cómo uso la página de My HealthVet?

Necesitas una computadora con acceso al Internet. En tu ventana de navegación (browser) entra la siguiente dirección <http://www.myhealth.va.gov> y presiona la tecla “Enter.” Si sólo quieres buscar información general sobre la salud, no necesitas registrarte. Si deseas obtener información específica sobre los servicios de MHV, entonces necesitarás registrarte antes de acceder todos los servicios disponibles. El proceso de registrarse es muy sencillo. Simplemente sigue las instrucciones en la página de registro. Una vez registrado/a completa el proceso de autenticación. Una vez estés registrado/a, haz click en “Go to My HealthVet.” Esto te llevará a la Página Principal.

¿Cuáles son los beneficios de My HealthVet?

MHV ofrece un lugar práctico para guardar tu información personal. El proceso es sencillo. Después de registrarte y entrar a tu página, puedes crear un record médico personal. También puedes guardar otra información sobre tu salud para compartir con tu equipo de cuidado de salud o para tu propio uso. En el portal de MHV puedes guardar información sobre:

Historial médico:

- Alergias
- Eventos médicos, como enfermedades o cirugías
- Historia de salud familiar
- Historia de salud militar
- Historia de salud personal

Información importante:

- Información para contactar tu proveedor de cuidado de salud
- Lista de medicinas (recetadas, sin receta, suplementos, y otras)
- Números de emergencia
- Localizar el mapa Nacional donde puedes localizar la dirección y teléfonos, incluyendo instrucciones de cómo llegar a los diferentes lugares (VA Facility Locator)

Información personal de salud (Health Tracking Tools):

- Presión sanguínea
- Pulso
- Peso
- Temperatura
- Nivel de dolor

Información sobre resultados de exámenes de laboratorio:

Puedes ingresar e imprimir lo siguiente:

- Colesterol y Lípidos (grasas)
- Nivel de azúcar en la sangre
- International Normalized Ratio (INR) (Proporción Internacional Normalizada)

Puedes imprimir una copia de tus resultados médicos para enseñárselos a tu proveedor de servicios de salud en tu próxima cita. También puedes imprimir las gráficas para ver como tu salud cambia a través del tiempo.

Diario sobre tu salud:

Este puede ayudarte a mejorar tu salud.

- Información sobre consumo diario de alimentos
- Información sobre ejercicios y actividades físicas

Tarjeta de Información Médica:

Ingresa tu tipo de sangre, medicinas y otra información que creas conveniente. Imprime y corta la tarjeta. Lleva contigo la tarjeta en caso de emergencia.

Información importante sobre la salud:

My HealthVet contiene abundante información médica en la que puedes confiar. Sólo haz click en "Research Health." Ahí encontrarás diferentes enlaces sobre consejos para vivir mejor, enfermedades y problemas mentales y una biblioteca médica. Estaremos añadiendo información en español con regularidad.

Si tienes alguna pregunta, comunícate con:

Elsa M. López, Jefe Servicio de Biblioteca en San Juan/Caribbean POC, al 787-641-3639 ó al 787-641-7582 extensión 12276, 12227, o a través de su dirección electrónica elsa.lopez@va.gov.

VA Locations of Puerto Rico (Servicios del VA en Puerto Rico)



Map Created By : RORC-REAP (Eric R. Litt)

Map Created For: Guía De Ayuda Para El Reajuste Post-Movilización De Veteranos Puertorriqueños Y Familiares

Map Creation Date: 9/1/2009

ArcGIS 9.3

Legend

-  Hospital
-  Clínicas
-  Centros para Veteranos/as

Lista de Recursos Locales para Veteranos/as y sus Familiares

Centro Médico de la Administración de Veteranos de San Juan

<http://www.caribbean.va.gov/>

www.va.gov

Calle Casia #10

San Juan, PR 00921

Teléfono (787) 641-7582

Línea Gratuita 1 (800) 449-8729

Servicios

- **Programa de Transición para Veteranos/as OEF/OIF**
Lunes-Viernes 7am a 4:30pm
Teléfonos 1 (800) 449-8729 ó (787) 641-7582 Ext. 19162, 19911, 19158, 19159, 19914
- **Returning Veteran Outreach, Education, and Care Program
(Programa Alcance para Veteranos que Regresan)**
Teléfonos 1 (800) 449-8729 ó (787) 641-7582 Ext. 12223, 12374
- **Para todas citas médicas**
Teléfono 1 (800) 449-8729 oprima el 2 para español
- **Women Comprehensive Healthcare Center
(Centro Comprensivo de Salud de la Mujer)**
Teléfono (787) 641-7582 Ext. 11615
- **Patient Representative (Oficina del Representante del Paciente)**
Teléfono (787) 641-7582 Ext. 11486

Lista de Recursos Locales para Veteranos/as y sus Familiares

Outpatient Clinics (Clínicas)

- **Clínica de Mayagüez VA**
Avenida Hostos #345
Mayagüez, PR 00680-1507
Teléfonos 1 (800) 569-2356 ó (787) 834-6900
- **Clínica de Guayama**
<http://www.caribbean.va.gov/visitors/guayama.asp>
Edificio FISA
Calle Paseo Del Pueblo
Guayama, PR 00784
Teléfonos 1 (866) 242-9753 ó (787) 866-8766
- **Clínica de Ponce**
<http://www.caribbean.va.gov/visitors/ponce.asp>
Paseo Del Veterano #1010
Ponce, PR 00716-2001
Teléfonos 1 (800) 563-5086 ó (787) 812-3030
- **Clínica de Arecibo**
<http://www.caribbean.va.gov/visitors/arecibo.asp>
Victor Rojas II
Camino Zona Industrial #129
Arecibo, PR 00612
Teléfonos 1 (866) 874-6569 ó (787) 816-1818

Beneficios (Contacto)

- **Beneficios del VA**
Teléfonos 1 (800) 827-1000
oprime el 2 ó (787) 772-7300
- **Vocational Rehabilitation
(Rehabilitación Vocacional)**
Teléfonos (787) 772-7341 ó
(787) 772-7342

Lista de Recursos Locales para Veteranos/as y sus Familiares

Vet Centers (Centros para Veteranos)

Arecibo

Calle Gonzalo Marin # 50
Arecibo, PR 00612
Teléfono (787) 879-4510

Ponce

Calle Mayor #35 Suite 1
Ponce, PR 00730
Teléfono (787) 841-3260

San Juan

Condominio Plaza del Centro Médico
Suite LC 8, 9 & 11, Urb. La Riviera
Río Piedras, PR 00921
Teléfono (787) 749-4409/(787) 749-4314

Otros Servicios Importantes

American Legion Department of PR Headquarters

(Sede del Departamento de la Legión Americana de Puerto Rico)
Caparra Heights Station
P.O. Box 11424
San Juan, PR 00922-1424
Teléfonos (787) 792-4899 ó (787) 792-5947

Army Community Services

<http://www.buchanan.army.mil/sites/local/>
Building 1019
Buchanan Heights
Fuerte Buchanan, PR 00934
Teléfonos (787) 707-3804 ó (787) 707-3948

Army National Guard Family Assistance Center

<http://www.taapmo.com/taaprogram.htm>
PO Box 9023786
San Juan, PR 00902-3786
Teléfonos (787) 289-1635

Cruz Roja de Puerto Rico

www.cruzrojapr.net
Terrenos del Centro Médico
Río Piedras, PR 00935
Teléfonos (787) 759-7979 ó (787) 758-8150

Lista de Recursos Locales para Veteranos/as y sus Familiares

Disabled American Veterans

(Veteranos Americanos con Discapacidad)

Urb. Las Lomas

Professional Center #1700

Ave. Piñero

San Juan, PR 00921

Teléfono (787) 749-9644

Fuerte Buchanan (Cuadro)

Teléfono (787) 707-3400 oprima el 2 para español

Oficina del Procurador del Veterano Puertorriqueño

<http://www.gobierno.pr/OPV/Inicio/>

Ave. Ponce de León

Edif. Mercantil Plaza, Piso 4

Oficina 401

Hato Rey, PR 00918

Teléfono (787) 758-5760

Paralyzed Veterans of America

(Veteranos con Parálisis de América)

150 Carlos Chardón Avenue

Suite 232 Oficina 303

San Juan PR 00918-1703

Teléfonos (787) 772-7385 ó (787) 772-7384

Puerto Rico Air National Guard Family Readiness Program

156 Airlift Wing

200 José A (Tony) Santana Ave.

Carolina, PR 00979-1502

Teléfono (787) 253-7443

Capilla de Retiros Matrimoniales para Reservistas - Fuerte Buchanan

Teléfonos (787) 707-4955 ó 707-4956 ó 707-4957

El propósito de los retiro matrimonial es renovar el amor y restaurar las relaciones entre la pareja.

Lista de Recursos Locales para Veteranos/as y sus Familiares

Seguro Social

www.socialsecurity.gov

Teléfono 1 (800) 772-1213

State Family Readiness Center – Joint Force Headquarters

P.O. Box 9023786

San Juan, PR 00902-3786

Teléfonos 1 (888) 348-7326 ó (787) 289-1503

Strong Bonds

(Vínculos Sólidos)

Teléfono (787) 707-3282

Retiros para militares, veteranos y sus familias para el reajuste familiar y otros servicios.

The Military Order of the Purple Heart

(Condecoración Militar Corazón Púrpura)

150 Carlos Chardón Avenue, Suite 232

San Juan PR 00918-1703

Teléfono (787) 772-7372

The Silent Warrior, Inc.

(El Guerrero Silencioso)

P.O. Box 1982

Cayey, PR 00737

Teléfono (787) 396-8218

TRICARE Service Center

(Centro de Servicios de TRICARE)

Fuerte Buchanan

Teléfonos (787) 707-2534, (787) 707-2536, (787) 707-2054, (787) 707-2972

US Department of Labor (Departamento del Trabajo de los Estados Unidos)

Veterans Employment and Training Services (Servicios de Educación y Entrenamiento para Veteranos)

<http://www.dol.gov/>

#198 Calle Guayama

Hato Rey, PR 00917Teléfono

Teléfono (787) 754-5391

Veterans of Foreign Wars

150 Chardón Ave 3er Piso Oficina de Veteranos
Edificio Federal Rodrigo Degetau
Veterans Affairs San Juan PR
Teléfono (787) 772-7328

Wounded Warriors

Urb. Entre Ríos 135 Plaza Serena
Trujillo Alto PR 00976
Teléfonos (787) 707-2853 ó (787) 423-7169

Lista de Recursos Cibernéticos para Veteranos/as y sus Familiares

Empleo, Finanzas y Préstamos

Veterans of Foreign Wars of the United States

(Veteranos de Guerras Extranjeras de los Estados Unidos)

<http://www.ameriforce.net/>

Disponible en inglés

VA Home Loan Service

(VA Servicio de Casa de Préstamos)

<http://www.homeloans.va.gov/>

Disponible en inglés

USJOBS Working for America

(Oportunidades para Trabajar en el Gobierno Federal)

<http://www.usajobs.opm.gov/>

Disponible en inglés

Office of the Small and Disadvantaged Business

(Oficina de las Empresas Pequeñas con Desventaja)

<http://www.va.gov/osdbu/>

Disponible en inglés

Lista de Recursos Cibernéticos para Veteranos/as y sus Familiares

Relaciones Familiares y Seres Queridos

Military One Source (Fuente Militar Uno)

<http://www.militaryonesource.com>

Información sobre la movilización militar, relaciones familiares, necesidades especiales, transiciones y recursos.

Disponible en español é inglés

Teléfono 1 (877) 888-0727 (español)

TTY/TDD 1 (800) 346-9188

Surviving Deployment (Sobreviviendo la Movilización)

<http://www.survivingdeployment.com/>

Disponible en inglés

Información para los familiares de militares sobre problemas para respirar y dormir. También encontrarás información de como ayudar a tus hijos después de la movilización. Para encontrar información sobre niños/as, haz clic en "Kidzone".

Hooah 4 Health (Hooah para la Salud)

<http://www.hooah4health.com>

Información sobre cómo manejar el estrés, la depresión, problemas para dormir, la autoestima, y la movilización militar. También hay información para los familiares sobre la movilización militar y consejos para cuando el militar regresa a casa.

Disponible en inglés

Veterans and Families (Veteranos y Familias)

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

Disponible en inglés

Información sobre PTSD, los veteranos con PTSD y sus hijos, sobre la transición de la vida militar al hogar y el regreso de los militares. Haz clic en "Veterans Resources" para más información.

Teléfono (916) 320-4395

Beneficios

Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos del Veterano)

<http://www.vba.va.gov/VBA/espanol/factsheets/>

Disponible en español é inglés

Información sobre beneficios para el veterano tales como préstamos, seguros y programas de educación. Haz clic en

<http://www1.va.gov/opa/vadocs/fedbensp.pdf> para información en español.

Para información en inglés, haz clic en <http://www.vba.va.gov/VBA/benefits/factsheets/index.asp>.

Lista de Recursos Cibernéticos para Veteranos/as y sus Familiares

Servicios para la Salud Mental

Mental Health America (Salud Mental América)

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

Disponible en español é inglés

Información para contactar terapeutas en tu área. Información sobre: la depresión, PTSD, familias militares y como reconectarte con tus hijos. La mayoría de esta información está disponible en español. Haz clic en “En Español” debajo de “Information.”

Teléfono (703) 684-7722

Línea Gratuita 1 (800) 969-6642

Línea TTY 1 (800) 433-5959

The Mental Health Assessment Program (Programa para la Evaluación de la Salud Mental)

<https://www.militarymentalhealth.org>

Disponible en español e inglés

Información sobre diferentes herramientas para evaluar síntomas de depresión, PTSD y problemas con el consumo de alcohol. Puedes usar estas herramientas para determinar si tienes síntomas de depresión, problemas con el alcohol, etc.

Battle Mind (Mentalidad de Combate)

<https://www.battlemind.army.mil/>

Disponible en inglés

Información sobre ayuda a familias antes y después de la movilización militar. Por ejemplo, información sobre el ajuste a la ausencia del esposo/a, el rol de madre o padre durante la ausencia, el reajuste a la vida matrimonial después de la llegada al hogar del militar.

Operation Healthy Reunions (Operación Reuniones Saludables)

<http://www.nmha.org/reunions/>

Información sobre la llegada del militar al hogar, cómo enfrentar la guerra y la pérdida de familiares. Haz clic en “Resources and Links” para encontrar más información sobre la movilización militar, el reajuste, PTSD y pensamientos suicidas.

Disponible en inglés

Teléfono (703) 684-7722

Línea Gratuita 1 (800) 969-6642

TTY 1 (800) 433-5959

Registro Personal de su Salud

Es muy importante mantener buena comunicación con tu equipo de cuidado de la salud tanto para mantenerte saludable, como para obtener el tratamiento necesario cuando estás enfermo/a.

Presión de la Sangre

Verifica cada _____ semana(s)/mes(es)

Mi meta es: _____

Colesterol y Lípidos (grasas)

Verifica cada _____ mes(es)/año(s)

Mi(s) meta(s) es (son): _____

Peso

Verifica cada _____ semana(s)/mes(es)

Mi meta es: _____ libras

Vacuna para el Tétano (Td)

Cada 10 años (para la mayoría de las personas)

Me la pusieron el _____

Vacuna para la Gripe

Usualmente entre Septiembre 1 y Marzo 31 de cada año

Me la pusieron el _____

Tipo de Sangre/ Factor RH (+/-)

Para Mujeres

Mamograma

Examínate cada 1-2 años

Me examiné el _____

Examen de Papanicolau

Examínate cada 1-3 años

Me examiné el _____

Mis Medicinas

Incluye todas las medicinas (con recetas, sin receta vitaminas, suplementos, hierbas)

Nombre Medicinas

Uso

Dosis

Modo de Empleo

_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

Para Personas de 50 Años de Edad+

(Indica el examen que tu médico sugiere)

El examen para el cáncer de colon comienza a los 50 años de edad:

Verifica cada _____ años

Mi examiné el: _____

Vacuna para la pulmonía:

Una vez a los 65 años de edad (para la mayoría de las personas)

Mi examiné el: _____

Los problemas más importantes de salud que tengo son:

Cirugías (Tipo y Fecha):

Historial de los Miembros de tu Familia

Enfermedad/Condición

Relación (padre, hermano)

<hr/>	<hr/>

Alergias

Mis Proveedores/as de Servicios de Salud:

Nombre

Tipo de Proveedor

Teléfono

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

EMERGENCIAS: 911

En caso de emergencia notificar a:

Nombre _____

Dirección _____

Número de Teléfono _____

Documentos Importantes:

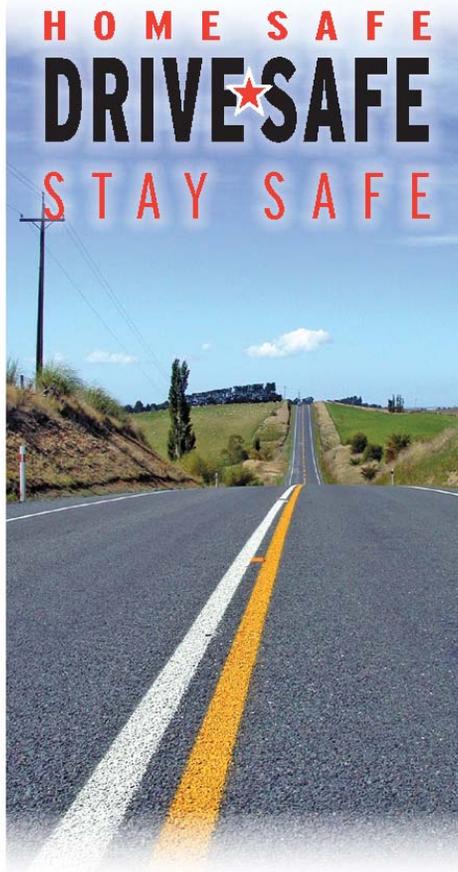
Testamento

No _____ **Si, está localizado en:** _____

Directivas Médicas por Adelantado

No _____ **Si, está localizado en:** _____

★★★
— VETERANS' —
SAFE DRIVING
— INITIATIVE —
— — —



 Department of
Veterans Affairs



Guía con Cuidado para que Llueges a Casa Seguro/a

<http://www.safedriving.va.gov/>

Los accidentes de carro son la causa principal de muerte en veteranos/as durante los primeros años después del regreso al hogar.

- Antes de guiar un vehículo de motor asegúrate que estás tranquilo/a para que puedas guiar con seguridad.
- Si te sientes alterado/a, deja que otra persona guíe por ti.
- No guíes a exceso de velocidad.
- Guía de forma segura y sigue las reglas de tránsito.
- Si tomas no guíes.
- No vayas de pasajero con alguien que haya tomado alcohol.
- Siempre usa el cinturón de seguridad cuando estés en el carro ya sea guiando, como pasajero y hasta cuando vayas en la parte posterior del carro.
- Si guías una motora, siempre usa un casco y asegúrate no guiar bajo los efectos del alcohol.
- Los riesgos de un accidente fatal son 35 veces más alto en una motora que en un carro.

¡No seas una víctima!



GUÍA PARA LOS PATRONOS O SUPERVISORES Regresando al Trabajo después de la Movilización

Regresar al trabajo luego de la movilización puede ser un reto. Es posible que los militares que fueron movilizados utilicen destrezas de combate que no encajan dentro del marco de cómo se hacen las cosas en el ámbito civil. Por tal razón, si eres el supervisor/a de un individuo que regresa al trabajo luego de una movilización, la siguiente información puede ayudarte a darle la bienvenida y ayudarlo durante la transición de regreso a la vida civil.

Recuerda si tu empleado ha regresado de la movilización

- El proceso de transición será llevadero para la mayoría de los Veteranos/as que regresan del servicio activo. Los Veteranos/as que estuvieron en servicio pueden haber aprendido destrezas de liderazgo y solución de problemas que resulten valiosas para el trabajo.
- Algunos/as Veteranos/as experimentan problemas adicionales para adaptarse a su trabajo. Por ejemplo, problemas personales (como un divorcio) o estuvieron expuestos/as a situaciones de mucho peligro en el campo de batalla. Estos pueden afectar la readaptación al trabajo.
- Las personas que estuvieron en servicio activo desarrollan destrezas para sobrevivir en combate (destrezas de combate). Estas pueden causar problemas cuando regresan al trabajo. Por ejemplo, en combate, es necesario mantener el control de los alrededores para poder sobrevivir; pero en el trabajo, el Veterano/a puede enojarse si alguien interfiere con el control de su área de trabajo.

Recomendaciones para supervisores o patronos

- **Educa a los compañeros de trabajo.** Antes de que el empleado que fue movilizado regrese a su trabajo, reúnete con sus compañeros y háblales sobre la importancia de apoyar al Veterano/a durante su proceso de reajuste. Edúcalos sobre cómo las destrezas de combate podrían impactar el ambiente de trabajo.
- **Notifica sobre el regreso del Veterano/a a la persona que lo/a estuvo sustituyendo.** Prepara a la persona que ocupó la posición del empleado movilizado sobre los cambios que estarán ocurriendo en el lugar de trabajo. Esta persona también tendrá que reajustarse.
- **Mantén al empleado/a que estuvo movilizado al día sobre los cambios en el ambiente de trabajo.** Reúnete con el Veterano/a que regresa al trabajo para discutir sus nuevas responsabilidades (¿hará las mismas tareas que realizaba antes de ser movilizado?), políticas y cambios de personal, así como otros cambios ocurridos mientras estuvo fuera.
- **Educa al Veterano/a que regresa.** Los adiestramientos y la educación en áreas tales como nuevos programas de computadoras pueden ayudar al Veterano/a a sentirse confiado/a en cuanto a sus destrezas y conocimientos.

BENEFICIOS (CONTACTO)
1-800-827-1000

CITAS MÉDICAS
1-800-449-8729 x7839

- **Dale tiempo al proceso de reajuste.** Ten en cuenta que algunas personas podrían necesitar un poco más de tiempo para retomar su antigua rutina. Motiva al Veterano/a a pedir la ayuda o asistencia que necesite.
- **Organiza una bienvenida en su honor.** Déjale saber al Veterano/a lo orgulloso/a que te sientes por sus sacrificios. Considera organizar una actividad de bienvenida, por ejemplo, un desayuno o una merienda.
- **Provéele un acomodo especial.** Planifica un acomodo especial para aquellos que han sufrido heridas o lesiones (físicas o emocionales)

Busca Ayuda

- **¿Cuándo debo buscar ayuda?** El proceso de reajuste al ambiente de trabajo puede tardar varios meses. El tiempo varía de acuerdo a cada persona. Si notas que el Veterano/a no se siente cómodo consigo mismo/a o tiene problemas concentrándose, súgiérole y ayúdale a buscar ayuda.
- **¿Dónde buscar ayuda?** Si sospechas que el Veterano/a puede tener algún problema de reajuste, refiérelo/a a un profesional de salud mental. Si tu compañía ofrece programas de asistencia para empleados (EAP, por sus siglas en inglés), infórmale al Veterano/a sobre éstos. Para servicios a través del Departamento de Asuntos para Veteranos llama al **1-800-449-8729, ext. 19911, 19169.**

RECUERDA...



El proceso de transición de regreso al trabajo será llevadero para la mayoría de los Veteranos/as. No obstante, debido a situaciones que los Veteranos/as pudieron haber enfrentado en el campo de batalla, algunos/as podrían presentar dificultades para reajustarse al trabajo. Prepara al resto de los empleados para el regreso del Veterano/a. El discutir con el Veterano/a los cambios que ocurrieron mientras estuvo ausente pueden ayudar a hacer el proceso de reajuste más llevadero.

**BENEFICIOS (CONTACTO)
1-800-827-1000**

**CITAS MÉDICAS
1-800-449-8729 x7839**



¡ Conozca los derechos de los/las Veteranos/as!

Como patrono usted debe tener conocimiento sobre los derechos que están garantizados para los militares que regresan del servicio militar. La ley aplica a todos los patronos, incluyendo a los pequeños negocios que tengan solo un empleado. A continuación encontraras un breve resumen de los derechos garantizados al empleado/a Veterano/a a su regreso del servicio activo.

Usted tiene que reemplazar al Veterano/a a su regreso si:

- El/la empleado/a le comunicó por adelantado que la razón de su ausencia en el trabajo estaba relacionada a su movilización por el servicio militar.
- El tiempo de movilización no excedió un periodo mayor de 5 años bajo un mismo patrono, con algunas excepciones permitidas en situaciones tales como llamados de emergencia.
- El/la Veterano/a fue desactivado/a bajo condiciones honorables (no incluye corte marcial).
- El/la Veterano/a ha regresado a su trabajo en un periodo de tiempo razonable o ha sometido una solicitud de re-empleo en un periodo de tiempo razonable.

Amparo de la Ley: La ley cubre casi todos los empleos.

Planes de pensión: El/la Veterano/a tiene derecho a recibir los beneficios acumulados de su plan de pensión durante su tiempo de servicio.

Plan médico: Cuando el/la Veterano/a regrese al trabajo no debe existir un periodo de espera para recibir los beneficios del plan médico que tenía previamente.

Si está preocupado/a por el proceso de reajuste de un/a Veterano/a, existe una variedad de beneficios disponibles para ayudar a los/as militares que regresan al hogar después de la movilización. Dirija al empleado a registrarse a través del Departamento de Asuntos del Veterano para poder recibir servicios de ayuda para el reajuste.

La información para la creación de este documento fue obtenida a través de Air Force Office of Special Investigations, Dover Air Force Base, Operation Healthy Reunions, Employer Support of the Guard and Reserve, and US Department of Labor. El desarrollo de este documento fue auspiciada por VA Health Services Research and Development RRP #06-185, "Education Materials for Puerto Rican Veterans and Their Families" (Constance R. Uphold, PhD, ARNP, Investigadora Principal).

Para más información: <http://www.oefoif.va.gov>.