**RECURSOS EN EL OESTE DE CAROLINA DEL NORTE PARA ESCUELAS Y NIÑOS**

|  |
| --- |
| Nota: El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte (NCDHHS, por sus siglas en inglés) se ha asociado con Alliance Health y con la organización [Somethings](https://somethings.com/northcarolina) para brindar apoyo de salud mental a adolescentes en Carolina del Norte. Esta iniciativa tiene como objetivo ofrecer un apoyo muy necesario a los jóvenes afectados por el huracán Helene. Los servicios están disponibles a través de texto y llamadas de vídeo después de la escuela de 3 a 11 p. m. y los fines de semana. |

|  |
| --- |
| **1) Recursos de apoyo para la salud conductual en la escuela y la comunidad, en los condados del oeste** |
| TÍTULO CON HIPERVÍNCULO |  DESCRIPCIÓN BREVE  | NOTAS |
| [Proveedores listados de Vaya Health](https://www.vayahealth.com/resources/tcm_providers_list/) | Proporciona información sobre los proveedores de salud que tienen contrato con Vaya Health, ya sea como Advanced Medical Homes Plus o agencias de gestión de cuidados para ofrecer Tailored Care Management (Gestión de cuidados personalizados) a los miembros de Vaya. | Solo para miembros elegibles de Vaya. |
| [Salud Conductual Regional de los Apalaches (Appalachian Regional Behavioral Health)](https://apprhs.org/behavioralhealth/) | Agencia de pacientes hospitalizados y ambulatorios. |  |
| [Una Alternativa Solidaria (A Caring Alternative)](https://www.caringalternative.com/) | Una agencia que brinda servicios de salud conductual y trastornos por uso de sustancias a adultos, adolescentes y niños en el oeste de Carolina del Norte. | Seguro: Medicaid, IPRS, seguro privado. |
| [Recursos de Salud Pública de Transilvania](https://transylvaniahealth.org/resources/) | Lista de recursos para habitantes del condado de Transilvania. | Recursos para todo el condado. |
| [Asistencia después de la tormenta tropical Helene, de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias](https://www.fema.gov/press-release/20241003/how-apply-fema-assistance-after-tropical-storm-helene) (FEMA, por sus siglas en inglés) | Guía sobre cómo solicitar asistencia federal. |  |
| [Hoja Informativa de FEMA](https://www.fema.gov/about/news-multimedia/fact-sheets) | Información objetiva sobre los ciudadanos y FEMA. |  |
| Aplicación [Connections App](https://signup.connectionsapp.com/?token=EKwvx) | El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte está utilizando la aplicación [Connections App](https://signup.connectionsapp.com/?token=EKwvx) para poner a disposición de cualquier persona en el oeste de Carolina del Norte el apoyo basado en la evidencia para la recuperación de la salud mental y el uso de sustancias. Es gratuito y confidencial. Inscríbete en [signup.connectionsapp.com](https://signup.connectionsapp.com/?token=EKwvx) para recibir servicios como apoyo entre pares las 24 horas, los 7 días de la semana, reuniones virtuales y acceso a una comunidad en línea de personas en recuperación del uso de sustancias. Ya sea que estés en tratamiento, tengas un proveedor o estés buscando ayuda por primera vez, la aplicación Connections puede ayudarte. |  |
| [Círculos de escucha: proporcionados por Recursos para la Resiliencia (Resources for Resiliency) en Asheville, Carolina del Norte](https://bit.ly/WNCListens) | Los grandes eventos pueden golpearnos duro y afectarnos de muchas maneras. Los círculos de escucha nos ayudan a ponerle nombre a lo que es más difícil de esos eventos y a practicar herramientas que pueden ayudar con el estrés en este momento. Siete días a la semana, 12:00 - 1:00 p.m., sin cita previa. |  |
| [Recursos generales de la Alianza para la Transformación de la Salud Mental (Mental Health Transformation Alliance)](https://files.constantcontact.com/89331cc1901/a8ea84c4-1929-4bca-a0b9-552914bbc74c.pdf?rdr=true) | Recursos generales de ayuda para desastres, incluidos algunos recursos de salud conductual. |  |
| [Servicios terapéuticos pro-bono (gratuitos) para sobrevivientes del oeste de Carolina del Norte](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1XP77E1QEV43vMklyS8fjZ5PnfKR-8Mx4hY50aT417Zk/edit?usp=sharing) | Esta lista está compuesta por proveedores dispuestos a ofrecer sesiones gratuitas en grupo o individuales para las personas afectadas por el huracán Helene en el oeste de Carolina del Norte. |  |
| [Citas gratuitas de telesalud en Novant Health](https://www.novanthealth.org/services/virtual-care/) | A medida que los servicios en línea regresan a algunas áreas, Novant Health anunció que comenzará a ofrecer citas de salud virtuales gratuitas para los residentes del oeste de Carolina del Norte afectados por el huracán Helene. El servicio estará disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, tanto para adultos como para niños. A través de las visitas de telesalud, los proveedores de atención médica pueden ofrecer tratamiento para condiciones como COVID-19, fiebres, resfriados, erupciones de la piel e infecciones del tracto urinario, entre otras. |  |

|  |
| --- |
| **2) Recursos de salud conductual para escuelas con estudiantes desplazados (estudiantes que se han inscrito en la escuela fuera de los condados del oeste)** |
| TÍTULO CON HIPERVÍNCULO |  DESCRIPCIÓN BREVE  | NOTAS |
| [Póster de salud conductual ante desastres](https://store.samhsa.gov/sites/default/files/pep19-01-01-004_0.pdf) | De la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés): incluye signos y síntomas de reacciones comunes de niños y jóvenes a los desastres. Dirigido a padres y otros adultos de apoyo, incluido el personal de la escuela. |  |
| [Fundación de ayuda ante desastres para los niños de las escuelas públicas de Carolina del Norte (North Carolina Foundation for Public School Children Disaster Relief)](https://ncfpsc.org/disaster-relief/) | Para maestros y educadores cuyos materiales han sido destruidos: los fondos están disponibles principalmente para ayudar con la ropa, los zapatos y los útiles escolares para que el estudiante o el empleado de la escuela tengan lo que necesitan para estar en la escuela. |  |
| [Consejos para sobrevivientes de un desastre u otro evento traumático: CONTROL DEL ESTRÉS](https://drive.google.com/file/d/1uxFcqGaEBy46eWjMdKGcEc9_1QbKDq8H/view) | Información de SAMHSA sobre respuestas comunes durante la recuperación de desastres. |  |
| [Herramientas y recursos gratuitos de Plaza Sésamo (puedes pedir kits)](https://drive.google.com/file/d/1XTwiVSo1QdSk3E87rO1lIBRAM5H1BL0D/view) | Recursos bilingües de Plaza Sésamo, [incluyendo guías de respuesta a emergencias](https://sesameworkshop.org/wp-content/uploads/2023/03/SupportAfterEmergency_Printable_FamilyGuide.pdf). | [Enlace a para pedir los recursos aquí](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSezBP1C5PWuwxoA4ITwkqN8fUV57w9Og6PcicIFFtH0w9VahA/viewform), kit específico de ["Asistencia después de un huracán" aquí](https://sesameworkshop.org/resources/support-after-a-hurricane/). |
| [Kit de herramientas para enfrentar un desastre, de la Asociación Americana de Psiquiatría](https://www.psychiatry.org/patients-families/coping-after-disaster-trauma) | Información, no actividades. |  |
| [Primeros auxilios psicológicos](https://learn.nctsn.org/enrol/index.php?id=596) | Gratis: incluye un curso interactivo de 5 horas que pone al participante en el papel de un proveedor en una escena posterior al desastre. Este curso es para personas nuevas en la respuesta a desastres que desean aprender los objetivos centrales de Primeros auxilios psicológicos (PFA, por sus siglas en inglés), así como para profesionales experimentados que desean una revisión. |  |
| [Asociación Nacional de Sicólogos Escolares (NASP, por sus siglas en inglés) - Desastres naturales: Datos breves y consejos](https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-safety-and-crisis/natural-disaster-resources/natural-disasters-brief-facts-and-tips)[Asociación Americana de Consejeros Escolares (ASCA, por sus siglas en inglés) - Desastres naturales: ayudar a los niños durante las crisis](https://www.schoolcounselor.org/Publications-Research/Publications/Free-ASCA-Resources/Natural-Disaster-Resources#:~:text=Natural%20Disasters%3A%20Helping%20Kids%20During,are%20developmentally%20able%20to%20handle.) |  |  |
| [Servicios terapéuticos pro-bono (gratuitos) para sobrevivientes del oeste de Carolina del Norte](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1XP77E1QEV43vMklyS8fjZ5PnfKR-8Mx4hY50aT417Zk/edit?usp=sharing) | Esta lista está compuesta por proveedores dispuestos a ofrecer sesiones gratuitas en grupo o individuales para las personas afectadas por el huracán Helene en el oeste de Carolina del Norte. |  |

|  |
| --- |
| **3) Recursos de salud conductual para abordar el trauma compuesto (COVID + Helene): apoyos a corto y largo plazo (para los alumnos y para el personal)** |
| TÍTULO CON HIPERVÍNCULO |  DESCRIPCIÓN BREVE  | NOTAS |
| [Impacto de los desastres naturales en la salud mental](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11430943/) | Los hallazgos de la literatura proporcionan una revisión narrativa que se centra en las consecuencias para la salud mental de los desastres naturales. | Un desastre puede producir angustia psicológica a corto o largo plazo, lo que conduce o amplifica las enfermedades mentales, por ejemplo, depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático. En otras palabras, se sabe que los desastres tienen un impacto adverso en el bienestar a largo plazo, ya que las reacciones iniciales y posteriores de las personas a un evento de crisis varían en grados. |
| [Apoyando a los estudiantes después de eventos estresantes o desastres naturales](https://www.vic.gov.au/supporting-children-after-distressing-events-or-natural-disasters) | La guía de manejo del trauma para ayudar a los directores, los servicios de apoyo estudiantil y los equipos de recuperación a planificar y liderar la recuperación efectiva en una escuela después de un incidente escolar o desastre natural. |  |
| [Ayudando a los estudiantes a lidiar con la preparación y consecuencias de los desastres naturales](https://www.schoolmentalhealth.org/media/som/microsites/ncsmh/documents/fliers-resources-misc-docs/Helping-Students-Cope.pdf) |  |  |
| [Las escuelas y la recuperación ante desastres naturales](https://www.cambridge.org/core/journals/journal-of-psychologists-and-counsellors-in-schools/article/schools-and-natural-disaster-recovery-the-unique-and-vital-role-that-teachers-and-education-professionals-play-in-ensuring-the-mental-health-of-students-following-natural-disasters/DBF1DB90DF9CE12B8F4309CC37E62F9F) |  |  |
| [Primeros auxilios psicológicos](https://learn.nctsn.org/enrol/index.php?id=596) | Gratis: incluye un curso interactivo de 5 horas que pone al participante en el papel de un proveedor en una escena posterior al desastre. Este curso es para personas nuevas en la respuesta a desastres que desean aprender los objetivos centrales de Primeros auxilios psicológicos (PFA, por sus siglas en inglés), así como para profesionales experimentados que desean una revisión. |  |
| [Servicios terapéuticos pro-bono (gratuitos) para sobrevivientes del oeste de Carolina del Norte](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1XP77E1QEV43vMklyS8fjZ5PnfKR-8Mx4hY50aT417Zk/edit?usp=sharing) | Esta lista está compuesta por proveedores dispuestos a ofrecer sesiones gratuitas en grupo o individuales para las personas afectadas por el huracán Helene en el oeste de Carolina del Norte. |  |
| [¿Qué es un trauma complejo? Instituto de la Mente Infantil](https://childmind.org/article/what-is-complex-trauma/) | Lectura rápida sobre traumas complejos y cómo las experiencias traumáticas en continuas afectan a los niños. |  |
| [Enseñando en tiempos traumatizantes: Navegar por el trauma vicario en el aula](https://www.claritycgc.org/teaching-in-traumatizing-times-navigating-vicarious-trauma-in-the-classroom/#:~:text=Currently%2C%20with%20the%20collective%20traumas%20our%20society%20is,as%20for%20others%E2%80%94that%20much%20more%20difficult%20to%20maintain.) |  |  |
| [El impacto del trauma secundario en los educadores](https://ascd.org/el/articles/the-impact-of-secondary-trauma-on-educators) | Impacto que el trauma estudiantil tiene en los educadores. |  |
| [Trauma y aprendizaje: conexiones y aprendizaje 101](https://www.azafap.org/thoughts-for-families/trauma-and-learning-connections-and-learning-101/?msclkid=e3f994b7f0ff1884462df3b97f8cc5fb&utm_source=bing&utm_medium=cpc&utm_campaign=AZAFAP%20-%20Blog%20(US)&utm_term=trauma%20affects%20learning&utm_content=Trauma%20And%20Learning) |  |  |

|  |
| --- |
| **4) Recursos de salud conductual en todo el estado para apoyar con la recuperación ante desastres** |
| TÍTULO CON HIPERVÍNCULO |  DESCRIPCIÓN BREVE  | NOTAS |
| [Servicios de crisis generales](https://www.ncdhhs.gov/divisions/mental-health-developmental-disabilities-and-substance-use-services/crisis-services) | Incluyendo 911, 988, línea de ayuda entre pares en todo el estado, equipos móviles de crisis, cuidados urgentes de salud conductual, etc. | La línea Peer Warmline, 1-855-PEERS NC (855-733-7762) cuenta con personal las 24 horas del día, los 7 días de la semana, de especialistas en apoyo entre pares que ofrecen apoyo y recursos no clínicos a las personas en crisis |
| [Línea de Ayuda para los Afectados por Catástrofes](https://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline/espanol) | La Línea de Ayuda para los Afectados por Catástrofes es la primera línea directa nacional dedicada a brindar ayuda sobre crisis de desastres durante todo el año. Este servicio gratuito, multilingüe y de apoyo en crisis está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para todos los habitantes de los Estados Unidos y sus territorios que están experimentando angustia emocional relacionada con desastres naturales o causados por el hombre. | **Llama o envía un mensaje de texto al 1-800-985-5990**. |
| [Programas de tratamiento contra opioides](https://thecentralregistry.com/map/) | A través del NCDHHS - Programas de tratamiento contra opioides, incluidas clínicas abiertas, unidades móviles y cierres actuales de sitios |  |
| [Ayuda para ayudantes](https://www.ncdhhs.gov/divisions/mental-health-developmental-disabilities-and-substance-use-services/hope4nc-helpline) | Hope4NC es un programa de consejería de crisis que proporcionará apoyo inmediato y servicios de consejería de crisis para los miembros de equipos de rescate y voluntarios que brindan respuesta al desastre del huracán Helene. | Llama al 1-855-587-3463 |
| Línea Directa de Desastres para Discapacitados | El 800-626-4959, proporciona información, referencias y orientación a las personas con discapacidades y sus familias durante los desastres. Hay ayuda disponible 24 horas, los 7 días de la semana. |  |
| [Primeros auxilios psicológicos](https://learn.nctsn.org/enrol/index.php?id=596) | Gratis: incluye un curso interactivo de 5 horas que pone al participante en el papel de un proveedor en una escena posterior al desastre. Este curso es para personas nuevas en la respuesta a desastres que desean aprender los objetivos centrales de Primeros auxilios psicológicos (PFA, por sus siglas en inglés), así como para profesionales experimentados que desean una revisión. |  |
| [Apoyo en salud mental](https://www.ncpsychiatry.org/mental-health-support) | Líneas de ayuda de crisis, recursos de huracanes, líneas de crisis estatales de Entidades de Gestión Local y Organizaciones de Atención Administrada (LME/MCO, por sus siglas en inglés).  |  |

<http://www.ncdhhs.gov/>• NCDHHS es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. • 10/2024