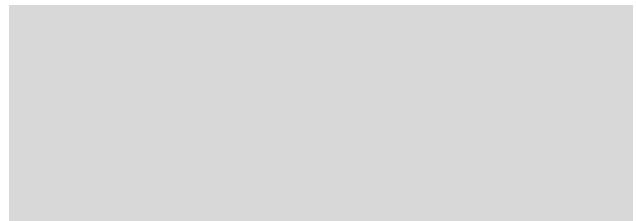




Guía de recursos de COVID-19 para la familia



Introducción

Esta guía tiene como objetivo ofrecer recursos e información para apoyar a las familias con niños con necesidades de atención médica especial o con alguna discapacidad que viven en Indiana. Esta guía no es extensa, y la información está actualizada al momento de la publicación. Las familias pueden llamarnos directamente al 844-323-4636 o mandar un correo electrónico a info@fvindiana.org para pedir más ayuda.

Información general sobre el COVID-19

Asegúrese de acceder a información sobre el COVID-19 de fuentes confiables. Los sitios web de abajo tienen información exacta y actualizada.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC):

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>

Organización Mundial de la Salud (OMS):

https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Academia Americana de Pediatría/Niños sanos:

<https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/chest-lungs/Pages/2019-Novel-Coronavirus.aspx>

Información específica de Indiana

Las actualizaciones diarias, incluyendo las estadísticas y orientaciones, están disponibles en el Departamento de Salud del Estado de Indiana (Indiana State Department of Health, ISDH) en este enlace:

<https://coronavirus.in.gov/>

Indiana ha preparado la GUÍA DE RECURSOS DE COVID-19 PARA HOOSIERS QUE BUSCAN AYUDA. Este recurso incluye información sobre viajes, desempleo, asistencia para el cuidado de niños, SNAP, TANF

y Medicaid, WIC, vivienda y mucho más. Las familias pueden llamar al 2-1-1 para obtener recursos locales o estatales.

<https://coronavirus.in.gov/files/COVID-19%20Resource%20Guide%20for%20Hoosiers.pdf>

La División de Servicios para Personas con Discapacidades y Rehabilitación (Division of Disability and Rehabilitative Services, DDRS) hizo cambios temporales en la política de los programas de exención administrados por la Oficina de Servicios para Discapacidades del Desarrollo (Bureau of Developmental Disabilities Services, BDDS). Estos cambios incluyen la Exención de apoyo familiar y la Exención de integración y habilitación comunitaria.

<https://www.in.gov/fssa/ddrs/5762.htm>

Conozca el directorio estatal de servicios, programas y artículos de ayuda para la comunidad de personas discapacitadas a través de FINDER:

<https://www.indianadisabilityresourcefinder.org/home>

La Fundación para la Comunidad de Indiana Central (Central Indiana Community Foundation) ofrece recursos para el área metropolitana de Indianápolis, incluyendo comida, ayuda financiera, vivienda, servicios públicos, información para inmigrantes y mucho más:

<https://www.cicf.org/covid-resources/>

Indiana Legal Services está tratando problemas sobre COVID-19, incluyendo entre otros desempleo, vivienda, inmigración, protecciones de los empleados, problemas de LGBTQ y mucho más.

<https://www.indianalegalservices.org/node/1019>

Vida diaria

Lista de las tiendas que aceptan tarjetas EBT para envíos:

<https://foodstampsnow.com/list-of-grocery-stores-that-accept-ebt-online-for-delivery/>

Estos seminarios web grabados “Cómo manejar la vida durante la pandemia” ofrecen información práctica para familias con representantes de BDDS, Family Voices Indiana y The Arc of Indiana. Patrocinado por la Administración de Servicios Sociales y Familiares (Indiana Family and Social Services Administration, FSSA) de Indiana.

Parte 1: <https://youtu.be/KJG8RVSyVrQ>

Parte 2: <https://youtu.be/MlgbMX5gZfQ>

Hoja de datos en lenguaje sencillo sobre COVID-19:

<https://www.aahd.us/wp-content/uploads/2020/04/Plain-Language-Information-on-Coronavirus.pdf>

Recursos educativos

La página de aprendizaje remoto 2020 de COVID-19 del Departamento de Educación de Indiana (Indiana Department of Education) se actualiza regularmente y cubre la mayoría de los temas junto con información y directrices especiales sobre educación, aprendizaje socioemocional y recursos familiares.

<https://www.doe.in.gov/covid-19/resources>

IN*SOURCE da a los padres, las familias, las personas y los proveedores de servicios del estado de Indiana la información y capacitación necesarias para garantizar programas educativos eficaces y servicios adecuados a personas con discapacidad.

<http://insource.org/resources/coronavirus-outbreak-information/>

Kuder.org ofrece actualmente acceso gratis a su sistema para apoyar el aprendizaje continuo. Acceda a planificaciones de clases, seminarios web y mucho más: <https://www.kuder.com/success-at-home/>

Recursos económicos

El gobernador Holcomb emitió una [orden ejecutiva](#) que prohíbe a los proveedores de servicios públicos esenciales como gas y electricidad, banda ancha, telecomunicaciones, agua y aguas residuales interrumpir el servicio a cualquier cliente durante la emergencia médica pública. Los clientes deben llamar a la empresa de servicios públicos para conocer las opciones de ayuda económica.

Los Hoosiers pueden llamar al 2-1-1 para conectarse con los servicios en su comunidad local. La llamada es gratis y está disponible los 7 días de la semana, las 24 horas del día.

Busque [FindHelp.org](https://www.findhelp.org) por código postal para conocer los recursos locales.

GUÍA DE RECURSOS DE DESALOJO Y EJECUCIÓN HIPOTECARIA DE INDIANA DURANTE EL CORONAVIRUS:

<https://www.in.gov/ihcda/4464.htm>

El IRS ha extendido el vencimiento para presentar y pagar impuestos hasta el 15 de julio de 2020:

<https://www.irs.gov/newsroom/payment-deadline-extended-to-july-15-2020>

La Comisión del Seguro Social ofrece orientaciones sobre el Pago de impacto económico por COVID-19 para los beneficiarios del SSI en este comunicado de prensa del 4/10/20:

<https://www.ssa.gov/news/press/releases/2020/#4-2020-2>

Atención médica

Autismo:

La página de COVID-19 de la Sociedad Americana de Autismo (Autism Society of America) ofrece recursos para la comunidad autista por tema.

<https://www.autism-society.org/covid-19/>

Apoyar a las personas con autismo en tiempos de incertidumbre es una herramienta en línea que incluye historias sociales y ayudas visuales específicamente orientadas a los niños en el espectro autista.

<https://www.aahd.us/wp-content/uploads/2020/04/Supporting-Individuals-with-Autism.pdf>

Síndrome de Down:

<https://www.lumindidsc.org/t21covid/>

Epilepsia:

<https://www.epilepsy.com/article/2020/3/concerns-about-covid-19-coronavirus-and-epilepsy>

Espina bífida:

<https://www.spinabifidaassociation.org/news/coronavirus2020/>

La revista Complex Child (revista virtual) actualmente se centra en artículos sobre el COVID-19.

<https://complexchild.org/editions/covid-info/>

La [orden ejecutiva](#) del gobernador Holcomb le da a los Hoosiers con problemas médicos crónicos la posibilidad de obtener un suministro de 90 días de sus recetas no controladas.

Seminario grabado sobre el cuidado de niños con condiciones médicas complejas durante el COVID-19: <https://youtu.be/7XFfLbUC00>

First Steps (Primeros pasos) ha actualizado sus políticas para ofrecer a las familias varias opciones de servicio, por ejemplo, continuar los servicios tal como están, suspender los servicios por 14 días, ofrecer programas desde la casa y servicios de tele-intervención, incluyendo llamadas por teléfono. Más información en: <https://www.in.gov/fssa/ddrs/3399.htm>

¿Qué es telesalud?

<https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Telehealth-Services-for-Children.aspx>

Videos para aprender sobre las consultas de telesalud:

<https://learntelehealth.org/telehealth-etiquette-series/>

Consejos para la teleterapia:

<https://ecpcta.org/wp-content/uploads/sites/2810/2020/03/Tips-for-Families-Remote-Home-Visit-Flyer-pg2.pdf> (inglés)

Consejos para la teleterapia en español:

<https://ecpcta.org/wp-content/uploads/sites/2810/2020/03/TipsforFamiliesFlyerSPApg1.pdf>

*Consejo para los padres: Si está haciendo una llamada de telesalud con un proveedor que regularmente no atiende a su hijo con necesidades de atención médica especial,

esté preparado para que no conozca a su hijo. Tenga a mano su Care Binder (carpeta de cuidados) o información médica importante para compartirla fácilmente.

Salud mental

La Federación Nacional de Familias para la Salud Mental de los Niños (National Federation of Families for Children's Mental Health) ofrece videos, herramientas, actividades para usar en casa y mucho más para ayudar a padres y cuidadores. <https://www.ffcmh.org/covid-19-resources-for-parents>

Este artículo de Jelena Kecmanovic de la Universidad de Georgetown ofrece estrategias basadas en la ciencia para tratar la ansiedad por el coronavirus. <https://theconversation.com/7-science-based-strategies-to-cope-with-coronavirus-anxiety-133207>

Active Minds ofrece grupos comunitarios digitales para dar apoyo a adultos jóvenes, padres, escuelas y comunidades, y trabajadores remotos: <https://www.activeminds.org/about-mental-health/be-there/coronavirus/>

Love is Louder ofrece por Internet una charla gratis y confidencial con un consejero capacitado, y otras sugerencias para cuidar su salud mental. <https://www.loveislouder.org/> (¡Y vea los conciertos digitales!)

El Ejército de Salvación ha lanzado una línea directa de apoyo espiritual. Los oficiales que son pastores y el personal de cuidado emocional están disponibles para escucharlo de 9 a. m. a 9 p. m. (hora del este). Inglés y español. Llame al 844-458-HOPE

Child Mind ofrece charlas diarias por Facebook, recursos y consejos para la familia. <https://childmind.org/coping-during-covid-19-resources-for-parents/>

Cuidar a un niño con necesidades de atención médica puede ser especialmente estresante durante un brote de la enfermedad o una pandemia. El paquete de herramientas de atención médica puede ayudar: <https://healthcaretoolbox.org/tools-and-resources/14-health-care-toolbox/tools-and-resources/602-covid19-children-and-families.html>

Inmigrante

Mi Undocumented Life tiene una lista de recursos y noticias que puede ayudar a las familias indocumentadas y con estatus migratorio mixto durante la pandemia. <https://mydocumentedlife.org/2020/03/30/resources-for-undocumented-immigrants-and-their-families-during-covid-19/>

Indiana Legal Services, Inc. opera el Centro de Derechos Lingüísticos y de Inmigrantes (Immigrants' and Language Rights Center, ILRC) para llegar a las poblaciones de inmigrantes vulnerables y desatendidas, con dominio limitado del inglés en Indiana. <https://www.indianalegalservices.org/ilrc>

Defensoría

Hoja de datos|Protección contra la discriminación por discapacidad durante el COVID-19 del Centro para la Dignidad en la Atención Médica (Center for Dignity in Healthcare).

<https://www.ucucedd.org/wp-content/uploads/2020/04/Center-for-Dignity-in-Health-Care-fact-sheet-on-rights-for-people-with-disabilities.pdf>

Boletín 3.28.20 de la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS Office for Civil Rights) en acción:

<https://www.hhs.gov/sites/default/files/ocr-bulletin-3-28-20.pdf>

La Herramienta de derechos de comunicación (Communication Rights Toolkit) para COVID-19 (1) explica sus derechos de comunicación; (2) da consejos sobre cómo defenderlos; y (3) tiene un formulario de pedido de adaptación que la familia puede llevar al hospital.

<https://communicationfirst.org/covid-19/>

Si tiene un familiar con discapacidades y considera que se violaron sus derechos, puede presentar una queja oficial o informar una violación de los derechos llamando a Indiana Disability Rights al 1-800-622-4865 o mandando un correo electrónico a info@indianadisabilityrights.org.

Planificación avanzada

¿Quién habla por nosotros si no podemos hablar por nosotros mismos? Podemos tomarnos un tiempo para contarles lo que más nos importa. Tenga hoy esa conversación.

<https://theconversationproject.org/starter-kits/> (español disponible)

Conozca más sobre las funciones y responsabilidades de un representante de atención médica:

https://respectingchoices.org/wp-content/uploads/2020/03/Proactive_Care_Planning_for_COVID-19_A_Guide_for_Healthcare_Agents.pdf

Formulario de información de emergencia para garantizar una rápida y adecuada atención: <https://www.acep.org/by-medical-focus/pediatrics/medical-forms/emergency-information-form-for-children-with-special-health-care-needs/>

Diversión familiar

Este sitio ofrece un enlace a más de 20 viajes virtuales para que haga con su familia, y actividades, recursos educativos y cámaras web.

<https://adventuresinfamilyhood.com/20-virtual-field-trips-to-take-with-your-kids.html>

Desplácese por la [página de Facebook National Federation Home Resources](#) (Federación Nacional de Recursos para la Casa) para ver cientos de ideas, actividades, recursos e información para que las familias usen en casa.

Cuentos con actores famosos:

<https://www.youtube.com/user/StorylineOnline>

Cuentos de astronautas de la NASA en el espacio:

<https://www.youtube.com/channel/UCpotjVqWv3KfGHjWztjPKgg>

Mientras las escuelas estén cerradas, los niños de todo el mundo pueden hacer *streaming* en vivo por [Amazon Audible](#), una increíble colección de historias, incluyendo títulos en seis idiomas diferentes, que lo ayudarán a

seguir soñando, aprendiendo y simplemente a ser niños. Todas las historias se pueden transmitir gratis en vivo en su computadora, laptop, teléfono o tableta.

Excelente lista de actividades recreativas para hacer en casa:

<https://www.recreationtherapy.com/tx/txdd.htm>

Baile:

<https://www.youtube.com/user/GoNoodleGames>

Juegue juegos de mesa virtuales:

<https://tabletopia.com/>

Explore Arte y Cultura:

<https://artsandculture.google.com/>

Explore nuestros tableros de Pinterest para obtener ideas de terapias, manualidades, juegos, atención personal, planificación de comidas y mucho más:

<https://www.pinterest.com/fvindiana/>

Consulte con la biblioteca local los programas a los que puede entrar en línea con su tarjeta de la biblioteca.

Siga nuestro blog para tener información actualizada y más recursos:

<http://fvindiana.blogspot.com/>

