

Las comunidades religiosas y la línea telefónica de ayuda en caso de desastre

Todos los líderes religiosos deberían tener una comprensión básica sobre la evaluación de la salud mental y la remisión de casos, y saber adónde remitir a una persona en crisis. La Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres* ofrece asesoramiento en casos de crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana, durante todo el año, para personas y familias con problemas emocionales relacionados con todos los peligros, desastres naturales o causados por el hombre, a través del teléfono (1-800-985-5990) y del SMS (envíe el texto "TalkWithUs" al 66746). La línea de ayuda atiende a los 50 estados y territorios. Nunca "inactiva", siempre está disponible antes, durante y después de los desastres.

HOJA
12

¿QUIÉN RESPONDE A LA LÍNEA DE AYUDA DE EMERGENCIA EN DESASTRES Y QUÉ PASA CUANDO ALGUIEN LLAMA O ENVÍA UN MENSAJE DE TEXTO?

Todo el personal del centro de llamadas de crisis y los voluntarios que responden a las llamadas y textos de la Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres están entrenados en *Primeros auxilios psicológicos* y *"Justo a tiempo": Consejería de Crisis por Desastres para Centros de Llamadas*. El asesoramiento de crisis por desastres incluye:

1. Escucha activa ("Escucho que está confundido y se siente abrumado por las órdenes de evacuación...").
2. Validación ("Da miedo no poder llegar a tus seres queridos después de la tormenta...").
3. Normalización ("Sentirse enfadado y abandonado, incluso meses después de un desastre, es una reacción común...").
4. Psicoeducación ("Los pensamientos que tiene después de convertirse en voluntario pueden ser lo que se llama 'trauma indirecto'...").
5. Mejora de las habilidades de afrontamiento ("Y entonces, ¿en tiempos difíciles del pasado ha recurrido a su fe para poder salir adelante?").
6. Conexión con apoyos sociales ("La última vez que se sintió tan estresado, ¿a quién acudió en busca de apoyo?").
7. Recursos y remisiones ("¿Ha oído hablar de los centros de llamadas 2-1-1? Son centros de llamadas locales que...").
8. Planificación ("Después de que colguemos, va a llamar a la sede local de la Cruz Roja para averiguar sobre los refugios...").

Evaluación, intervención y remisión de crisis: Quienes han luchado por recuperarse después de un desastre (sobrevivientes que viven y trabajan en las zonas afectadas; los seres queridos de las víctimas; los socorristas, los trabajadores de rescate y recuperación y el personal y los voluntarios del socorro en casos de desastre) pueden correr un mayor riesgo de ansiedad persistente, uso/abuso de sustancias o amenaza o intención de hacerse daño a sí mismos o a otros. Por lo tanto, si una persona que llama a la Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres indica que está o puede estar en crisis, el personal del centro de llamadas, los internos y los voluntarios están entrenados y equipados para evaluar, intervenir y remitir.

Principios rectores: La Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres trata a todas las personas que llaman y envían mensajes de texto con respeto, empatía, sensibilidad cultural y empoderamiento. Los servicios de esta línea son abiertos y solidarios para todos los que llamen o envíen mensajes de texto, sin importar su raza, etnia, país de origen, estatus migratorio, sexo, identidad de género, capacidad, edad, orientación sexual, estatus económico, fe o credo.

¿CUÁNDO DEBERÍA REMITIR A LA LÍNEA DE AYUDA?

(Ver también, Hoja de consejos de NDIN 09: *Comunidades religiosas y salud mental en caso de desastre*)

- ⇒ Cuando no hay una línea telefónica de asesoramiento de crisis local o estatal disponible inmediatamente después de un desastre en su área.
- ⇒ Cuando un desastre al que usted está respondiendo afecta a múltiples comunidades en más de un estado y es más fácil promover un número de teléfono gratuito, 24 horas al día, 7 días a la semana, para las personas a las que usted atiende.
- ⇒ Cuando piense que el asesoramiento de crisis por medio de mensajes de texto puede ser más accesible para alguien con quien trabaja (adolescentes, sordos o con problemas de audición, aquellos con conocimientos limitados de inglés; cuando enviar mensajes de texto puede ser más fácil que hablar).
- ⇒ Cuando busca una línea de crisis 24/7 disponible como una "red de seguridad" después del horario regular para alguien en apuros.
- ⇒ Cuando usted piensa que alguien en su congregación puede beneficiarse de recibir asesoramiento de crisis fuera de su comunidad, de forma anónima y confidencial (a menos que se necesite una intervención inmediata en la crisis; ver arriba)
- ⇒ ¡Cuando usted o sus compañeros líderes religiosos dedicados a ayudar en casos de desastre necesitan apoyo para ustedes mismos!

***La Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres (DDH) es administrada por Link2Health Solutions (L2HS) gracias a una subvención de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), una división del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. L2HS también administra la Línea Nacional de Prevención del Suicidio para SAMHSA y la Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres de los "Centros Regionales Centrales" (CRC) fue seleccionada de la red de Línea de Vida de más de 150 centros de llamadas para proveer personal 24/7 para sus servicios.**

Línea de Ayuda Contra Desastres

TELÉFONO: 1-800-985-5990 TEXTO: "TalkWithUs" a 66746

RESUMEN DE LOS SERVICIOS DE LA LÍNEA DE AYUDA DE EMERGENCIA EN DESASTRES:

Teléfono: 1-800-985-5990

- Disponible en los 50 estados y territorios de los EE.UU.
- Gratis, confidencial y disponible 24 horas al día, 7 días a la semana, durante todo el año.
- Multi-idioma: Los hispanohablantes pueden "presionar 2" para conectarse con un consejero de crisis de habla hispana en vivo; los consejeros de crisis de la DDH pueden conectarse con las personas que llaman en más de 150 idiomas adicionales a través de servicios de interpretación de terceros



SMS: Envíe el texto "TalkWithUs" o "Háblanos" al 66746

- Disponible en los 50 estados y territorios de los EE.UU. 24 horas al día, 7 días a la semana, durante todo el año
- Se aplican las tarifas estándar de mensajes de texto/datos (según el plan de proveedor de telefonía móvil de cada suscriptor)
- Los hispanohablantes en EE.UU. pueden enviar un mensaje de texto con la palabra "Háblanos" al 66746 para ser comunicados con un consejero de crisis hispanohablante.
- Desde Puerto Rico o las Islas Vírgenes de los EE.UU. escriba "Háblanos" o "TalkWithUs" al 1-212-461-4635
- Desde Palau, Islas Marshall, Samoa Americana, Guam, Islas Marianas del Norte, Estados Federados de Micronesia envíe el texto "TalkWithUs" o "Háblanos" al 1-206-430-1097

Sordos y con problemas de audición

Use las opciones de texto o marque 7-1-1 / su proveedor de servicios de retransmisión preferido para comunicarse con la línea directa.

Web: <http://disasterdistress.samhsa.gov>

Redes sociales:

Facebook: /distresshelpline

Twitter: @distressline

Literatura

- Folletos y tarjetas de billetera con señales de advertencia de angustia, consejos para afrontar problemas de salud, cómo conseguir ayuda
- Disponible en inglés y español
- Se pueden enviar copias en grandes cantidades sin costo alguno como recurso de preparación durante todo el año o para distribuirlos.

Para mayor información sobre la Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres y para recibir copias gratuitas de los materiales del programa, envíe un correo electrónico a ddh@mhaofnyc.org o comuníquese con:

Christian Burgess, Director: 1-212-614-6346 / cburgess@mhaofnyc.org

⇒ **Para mayor información sobre SAMHSA, visite: <http://www.samhsa.gov>**

⇒ **Para mayor información sobre SAMHSA, visite: <http://www.suicidepreventionlifeline.org>**