

# Apoyo del bienestar de los niños y las familias durante la emergencia por el COVID-19

**Julio de 2020** - Todos tenemos la responsabilidad colectiva de asegurarnos de que los niños se encuentran sanos, seguros y en un buen crecimiento, especialmente durante tiempos difíciles. Los padres y otros cuidadores son los protectores más importantes de los niños y pueden necesitar apoyo adicional durante la pandemia del COVID-19. Lo animamos a que se comunique con los cuidadores y los niños con los que interactúa para preguntarles cómo les va y qué necesitan. Escuchar a las familias y ayudarlas a acceder a los apoyos disponibles puede ser útil para que se encuentren bien.



NH Department of Health & Human Services  
Division for Children, Youth & Families

¡Gracias por contribuir y ayudar a los niños y las familias de New Hampshire!

## Comuníquese con las familias de su comunidad para ver cómo puede ayudar

*Es importante recordarles a los cuidadores y niños que usted está ahí para ayudar, no para juzgarlos. Si un niño plantea una queja, considere si puede hacer un seguimiento seguro con su cuidador. Tenga en cuenta que este es un momento difícil, todos tienen problemas y ese apoyo aún está disponible. Vea la lista de recursos con los que puede conectar a las familias según sus necesidades en la página 2.*

### Preguntas que puede hacer a los padres/cuidadores

- ¿Es un buen momento para hablar? De no ser así, ¿hay un momento mejor?
- Estamos en un momento difícil y estresante para todos. ¿Cómo se encuentra? ¿Está bien y a salvo? ¿Hay algo que necesite?
- En este momento todos necesitamos ayuda. ¿Quiénes lo apoyan? ¿Puede comunicarse con ellos ahora mismo?
- ¿Qué ha cambiado para su familia desde que comenzó la emergencia por el COVID-19? ¿Hay algo que se haya vuelto más complicado? ¿Tiene nuevas preocupaciones o necesidades?
- ¿Todos en su familia pueden acceder a todo lo que necesitan para vivir? (Por ejemplo, puede preguntar a la familia sobre alimentos, vivienda, ingresos/empleo, seguridad, educación, salud, calefacción, Internet, etc.)
- ¿Necesita ayuda para comunicarse con \_\_\_\_\_? *(vea la página 2 para obtener sugerencias de recursos locales según las necesidades de la familia)*

### Preguntas que puede hacer a los niños

- ¿Cómo te va con el aprendizaje virtual? ¿Cómo te está afectando? ¿Y a tu familia? ¿Necesitas ayuda con algo?
- ¿Cómo marchan las cosas en casa para ti y tu familia? ¿Te sientes bien? ¿Hay algo que te preocupe?
- ¿Qué te gusta más de quedarte en casa? ¿Qué te gusta menos? ¿Por qué?
- ¿Cuál fue la mejor parte de tu día? ¿Cuál fue la peor parte?
- ¿Quién te está cuidando? ¿Qué está haciendo? ¿Quién se asegura de que tengas todo lo que necesitas?
- ¿Con quién sientes seguridad para hablar sobre tus necesidades o preocupaciones? ¿Tienes manera de hablar con esa persona ahora mismo?
- Si estuvieras varado en una isla desierta, ¿qué necesitarías? ¿Tienes esas cosas en tu casa ahora mismo?
- ¿Qué comiste en el desayuno hoy? ¿Y ayer?
- ¿Cuáles son las reglas de tu casa? ¿Qué ocurre cuando alguien rompe una regla? (Hermano, mascota, mamá, papá).
- ¿Cómo se llevan todos? ¿Hay alguien que esté pasando por un mal momento? ¿Te preocupa alguien? ¿Por qué?
- Pídale al niño que describa un día típico —lo que come, quién cocina, dónde juega, quiénes vienen o se van de la casa y cuándo, si tiene electricidad, etc.—.
- *Para hacer un seguimiento, haga preguntas abiertas.* Cuéntame más sobre eso... ¿Qué ocurrió después? ¿Qué ocurre ahora?

*Para saber más sobre cómo hablar con los niños sobre el COVID-19:*

- Children's Trust de New Hampshire: <https://www.nhchildrenstrust.org/covid-19>
- SAMHSA: <http://store.samhsa.gov/product/Talking-With-Children-Tips-for-Caregivers-Parents-and-Teachers-During-Infectious-Disease-Outbreaks/PEP20-01-01-006>

<b>Recursos comunes que pueden necesitarse durante la emergencia por el COVID-19</b>	
<b>Apoyo general</b> <i>Cuando esté en duda, ¡comience aquí!</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>2-1-1:</b> Orientación sobre toda la información y apoyos disponibles durante la pandemia del COVID-19. Llame al 2-1-1 o visite <a href="http://www.211nh.org">www.211nh.org</a>.</li> <li>❖ <b>Centros de recursos para la familia:</b> Los centros de recursos para la familia funcionan como una “puerta de entrada” a los servicios: proporcionan muchos apoyos de manera directa y ayudan a las familias a conseguir lo que necesitan. Encuentre un centro de recursos para la familia: <a href="http://www.nhchildrenstrust.org/local-services">www.nhchildrenstrust.org/local-services</a>.</li> <li>❖ <b>Línea de ayuda de Waypoint:</b> Orientación y ayuda gratuitas para padres y cuidadores. Llame: 1-800-640-6486 de lunes a viernes de 8:30 a 4:30.</li> </ul>
<b>Asistencia financiera y para otros asuntos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Se han expandido los beneficios del seguro de desempleo durante la pandemia del COVID-19:</b> Llame a Seguridad Laboral de New Hampshire (New Hampshire Employment Security) al 603-271-7700 o visite <a href="http://www.nhes.nh.gov/">www.nhes.nh.gov/</a> para evaluar su elegibilidad y obtener más instrucciones, por ejemplo, el horario de atención.</li> <li>❖ <b>Dinero y otra asistencia:</b> Para acceder a dinero en efectivo u otra asistencia estatal, visite <a href="https://nheasy.nh.gov/#/">https://nheasy.nh.gov/#/</a> o llame al 1-800-852-3345. Visite <a href="http://www.dhhs.nh.gov/dfa/covid19-changes.htm">www.dhhs.nh.gov/dfa/covid19-changes.htm</a> para saber sobre la elegibilidad temporal y los cambios en el programa.</li> </ul>
<b>Alimentos y nutrición</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Bancos de alimentos:</b> Lista de agencias locales New Hampshire Food Bank: <a href="http://www.nhfoodbank.org/need-food/agency-list">www.nhfoodbank.org/need-food/agency-list</a>.</li> <li>❖ <b>Mapa de acceso a alimentos de New Hampshire:</b> Lista de colaboración abierta de recursos de alimentos para la pandemia del COVID-19: <a href="http://bit.ly/nhfoodaccessmap">bit.ly/nhfoodaccessmap</a>.</li> <li>❖ <b>Programa Mujeres, Bebés y Niños (WIC):</b> Apoyo nutricional para mujeres embarazadas, madres primerizas y niños de 0 a 5 años. Se accede a los servicios únicamente por teléfono. Más información: <a href="http://www.dhhs.nh.gov/dphs/nhp/wic/index.htm">www.dhhs.nh.gov/dphs/nhp/wic/index.htm</a> o al 1-800-942-4321.</li> <li>❖ <b>Cupones para alimentos (SNAP):</b> Visite <a href="https://nheasy.nh.gov/#/">https://nheasy.nh.gov/#/</a> o llame al 1-844-275-3447.</li> </ul>
<b>Vivienda</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>2-1-1:</b> Dirige a los apoyos de vivienda más disponibles, incluyendo el nuevo Programa de ayuda de vivienda de NH (<a href="http://www.capnh.org">www.capnh.org</a>) diseñado para apoyar a aquellos que necesitan asistencia de vivienda debido al COVID-19.</li> <li>❖ <b>Oficinas de bienestar municipal:</b> Comuníquese con su oficina local de bienestar municipal para consultar sobre vivienda disponible y otras ayudas: <a href="http://www.nhmunicipal.org/municipal-directory">www.nhmunicipal.org/municipal-directory</a>. Llame con antelación para las operaciones actuales.</li> <li>❖ <b>NH Legal Aid:</b> Ofrece información legal y recomendaciones para vivienda y otros asuntos en <a href="https://nhlegalaid.org">https://nhlegalaid.org</a>.</li> </ul>
<b>Apoyo en caso de crisis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Línea de ayuda por violencia doméstica:</b> Obtenga ayuda las 24 horas, todos los días, al 1-866-644-3574 o visite <a href="http://www.nhcadv.org">www.nhcadv.org</a> para obtener apoyo gratuito y confidencial.</li> <li>❖ <b>Línea de mensajes de texto para crisis:</b> Envíe un mensaje de texto al 741741 o visite <a href="http://crisistextline.org">crisistextline.org</a> para obtener apoyo gratis las 24 horas, todos los días, por parte de un asesor para crisis capacitado.</li> <li>❖ <b>Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI):</b> Para obtener información sobre distintos apoyos por crisis y salud mental, visite <a href="http://www.naminh.org/resources-2/covid-19">www.naminh.org/resources-2/covid-19</a> o llame al (800) 950-6264 de lunes a viernes, de 10 a. m a 6 p. m. Para obtener apoyo por crisis las 24 horas, todos los días, envíe "NAMI" al 741741.</li> </ul>
<b>Consumo de sustancias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Programas Doorway de New Hampshire:</b> Llame al 2-1-1 para obtener información sobre el tratamiento para trastorno por consumo de sustancias, o visite <a href="http://www.thedoorway.nh.gov">www.thedoorway.nh.gov</a>.</li> </ul>
<b>Servicios de cuidado infantil</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>ChildCare Aware:</b> Visite <a href="http://nh.childcareaware.org">nh.childcareaware.org</a> para obtener información sobre apoyo y recursos de cuidados infantiles.</li> </ul>
<b>COVID-19</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Departamento de Salud y Servicios Humanos de New Hampshire:</b> Visite <a href="http://www.nh.gov/covid19">www.nh.gov/covid19</a> o llame al 2-1-1 para obtener orientación y recursos relacionados con el COVID-19.</li> </ul>

## Cuide la seguridad de los niños y las familias

- ❖ Si le preocupa que un niño o cuidador esté en peligro inmediato, llame al 911.
- ❖ Si sospecha que un niño está siendo maltratado o descuidado, debe llamar a la División para Niños, Jóvenes y Familias (DCYF) al 1-800-894-5533. La unidad central de la DCYF puede determinar si se requiere su ayuda o si otras ayudas de la comunidad son más apropiadas.

## Entre los ejemplos de cuándo hacer un seguimiento de una situación para obtener más información o llamar a la DCYF por su preocupación, se incluyen:

- Algo que el cuidador o niño le hayan dicho que hiciera que le preocupara la seguridad del niño.
- El niño o el cuidador tienen lesiones preocupantes o moretones, golpes o cortes inexplicables.
- El cuidador parece estar bajo los efectos de alguna sustancia, de modo tal que no puede cuidar al niño.
- Observa pruebas de consumo ilícito de sustancias en el hogar (por ejemplo, parafernalia relacionada con las drogas) u otros peligros que podrían lesionar al niño o hacer que enferme (por ejemplo, armas al alcance o pésimas condiciones sanitarias).
- El niño luce o se comporta significativamente diferente a lo que es usual o sería razonable esperar.
- El niño falta a clase con frecuencia (y la escuela ha hecho todo lo posible para superar los obstáculos de aprendizaje y apoyar a la familia, por ejemplo, ayudar con el acceso a Internet, llamar a contactos de emergencia o vecinos).
- No puede contactarse con la familia en varias ocasiones (aparte de los obstáculos de Internet y el teléfono) Y realmente le preocupa su seguridad (por ejemplo, por preocupaciones previas por violencia doméstica o consumo de sustancias).