**RECURSOS SOCIOEMOCIONALES PARA NIÑOS PEQUEÑOS Y CUIDADORES DESPUÉS DEL HURACÁN HELENE**

Actualizado el 24 de octubre de 2024 por Alexandra Morris, MSW, Especialista en Programas de Salud del Comportamiento en la Primera Infancia, División de Bienestar Infantil y Familiar, [Salud Integral del Niño](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.ncdhhs.gov%2Fdivisions%2Fchild-and-family-well-being%2Fwhole-child-health-section&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C9764f20c609f479c7ddb08dceeaff7dd%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638647686747017973%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=yvrGoWf8qY4FaDJ0AQYyfoCFhn%2FgvePubKUV157D0jQ%3D&reserved=0), Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte, (NCDHHS, por sus siglas en inglés), [alexandra.morris@dhhs.nc.gov](mailto:alexandra.morris@dhhs.nc.gov)

|  |
| --- |
| Vista rápida  * Hojas informativas para compartir o publicar: [Después del huracán: ayudar a los niños pequeños a sanar](https://www.nctsn.org/resources/after-hurricane-helping-young-children-heal). ([Versión póster](https://reachinstitute.asu.edu/sites/default/files/2024-10/Tips%20for%20Parents%20on%20Helping%20Your%20Young%20Child%20Heal%20After%20a%20Hurricane.pdf)). * Guías informativas (3-4 páginas): [Guía para los padres para ayudar a los niños después de un huracán](https://www.nctsn.org/resources/guia-para-los-padres-para-ayudar-los-ninos-despues-de-un-huracan). [(Versión en inglés](https://www.nctsn.org/resources/parent-guidelines-helping-children-after-hurricane)). * Videos que los niños y los cuidadores pueden ver juntos, con orientación para adultos: [Taller de Plaza Sésamo Ofrecer comodidad en tiempos de miedo](https://sesameworkshop.org/resources/offering-comfort-in-scary-times/); [Sentirse seguro.](https://sesameworkshop.org/resources/i-can-feel-safe-walton/) * Libro digital para niños pequeños, con herramientas: [Trinka y Juan en un día de mucho viento y lluvia](https://piploproductions.com/nuestros-cuentos/trinka-y-juan-huracan/). [(Versión en inglés](https://piploproductions.com/stories/trinka-and-sam-hurricane/)). * Historia social para niños: [Hubo un huracán](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fa6uvuffab.cc.rs6.net%2Ftn.jsp%3Ff%3D001a7_gXQpD9UvEYo3T6IUoBJ3GIJ4gn_X7yh68Tpeb0tw-LWuLt_sNYDCG4fOCGd7yBiyqW-7oxy-kQC25US4OyvBL9E0MH3fYI5Yht46mCja6RANXC-jx_PXsA-Sd69DLvLzUNDnxQesgVwUPih56vh5DV-N9XL6jPHZ0XQ-yKcNjnrXlYvSX6leXA_aF3SzCZB8BqDpdFpv0S8WGxZ1H2NMkcNFpJbWWPdnl5WB8BsU%3D%26c%3DZehDSH53vmC6ukuUwCnR1axw8L1Dfy2HVS88E2TZTrerSYJQ1i19mg%3D%3D%26ch%3DaNG8qHCgHPANyBReqth9c1W1-K-WKzKTMqS04RvS14snBnRgzy-PWw%3D%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7Cf9060dff24894154fa4d08dcfdbced42%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638664235080415515%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=U7E0ky0WU5M8xqKWQ0EMz6ehGBjPA7RWLf3LNkwYOFc%3D&reserved=0) * Episodio de Plaza Sésamo: [Llega un huracán a Plaza Sésamo](https://sesameworkshop.org/resources/sesame-street-gets-storm/). * Recursos en español del Taller de Plaza Sésamo: <https://sesameworkshop.org/search?s=&type=resource&language%5B%5D=es> * Aplicaciones: [Ayuda a los niños a lidiar](https://www.nctsn.org/resources/help-kids-cope), cubre específicamente los desastres naturales; [Primeros auxilios psicológicos móviles](https://www.nctsn.org/resources/pfa-mobile) (PFA, por sus siglas en inglés). * Proveedores de cuidado y educación infantil: Centro de recursos de salud y seguridad para el cuidado infantil: <https://healthychildcare.unc.edu/hurricane-helene-resources/> |

## Ayuda interactiva

[Recursos para la Resiliencia](https://resourcesforresilience.com/) ofrece círculos de escucha a través de Zoom desde ahora hasta el 22 de noviembre para los habitantes del oeste de Carolina del Norte afectados por el huracán Helene. Únete en línea mientras nos apoyamos unos en otros y destacamos lo que nos está ayudando a superar este momento difícil. <https://resourcesforresilience.com/resources-for-resilience-trainings/>

## Taller de Plaza Sésamo <https://sesameworkshop.org/topics/emergencies/>

* "Aquí el uno para el otro" después de una emergencia <https://sesameworkshop.org/resources/here-for-eachother/>
* Guía familiar <https://sesameworkshop.org/resources/support-after-a-hurricane/>
* Sentirse seguro <https://sesameworkshop.org/resources/i-can-feel-safe-walton/>
* Ofrecer comodidad en tiempos de miedo <https://sesameworkshop.org/resources/offering-comfort-in-scary-times/>
* Llega un huracán a Plaza Sésamo <https://sesameworkshop.org/resources/sesame-street-gets-storm/>
* Recursos en español [https://sesameworkshop.org/search?s=&type=resource&topic=emergencies-en&language=e](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__sesameworkshop.org_search-3Fs-3D-26type-3Dresource-26topic-3Demergencies-2Den-26language-3Des%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3DSxCjIto5qcd36e1meXhj0k3vwGbJxY8TkQJza1LdIVE%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955342767362%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=NmzGY%2BzPRvf8aoueqJcawwi11w6vU238FtKCnijZGHM%3D&reserved=0)

## Red nacional contra el estrés traumático infantil <https://ncpal.org/news/hurricane-helene-resources>

APLICACIONES:

* [Ayuda a los niños a lidiar](https://www.nctsn.org/resources/help-kids-cope) cubre específicamente los desastres naturales.
* [Primeros auxilios psicológicos móviles](https://www.nctsn.org/resources/pfa-mobile) (PFA, or sus siglas en inglés).
* [Inscripción para la aplicación Connections](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fw6wxcxebb.cc.rs6.net%2Ftn.jsp%3Ff%3D001qN3h-Vf6KEjmyHfiJxevMOpzpxrF2mkpFF41VsrA9krj-k_v657VBjaNruO1GI-RgJW_CrEtepq28vg0ZMc4esJEkMktgVA4x_S-cygNIOry_jseSBukiEtavorlTNhQbsK_uyYG_ktG1KO4wV_anP3p_JQYDKffD56g1PXE0La6ApqeBJi6etuzbtIt4HDK%26c%3DFE77Qy3pegz7q-hmZkwMWz69dd_VQkvdiT1CdBg0xp_fMIph760BVA%3D%3D%26ch%3D1oxQWuZNsubhcMCDd4oufvK62GwN0vmVMHXh3YxHlAnkEkOLr5q3jw%3D%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7Ce9b1dcf749a548afcad008dceeb4192c%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638647704513299149%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=qGw2AJZNq3HyZR5%2Fip8%2BMaM4cnm5Lt%2BG9OQ7XJX0HF8%3D&reserved=0) para 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 y problemas de salud mental.

RECURSOS DE RESPUESTA A HURACANES:

* [Guia para los padres para ayudar a los niños después de un huracán](https://www.nctsn.org/resources/guia-para-los-padres-para-ayudar-los-ninos-despues-de-un-huracan). [(Versión en inglés](https://www.nctsn.org/resources/parent-guidelines-helping-children-after-hurricane)).
* [Después del huracán: ayudar a los niños pequeños a sanar](https://www.nctsn.org/resources/after-hurricane-helping-young-children-heal). ([Versión póster](https://reachinstitute.asu.edu/sites/default/files/2024-10/Tips%20for%20Parents%20on%20Helping%20Your%20Young%20Child%20Heal%20After%20a%20Hurricane.pdf)).
* [Reacciones a eventos traumáticos relacionadas con la edad](https://www.nctsn.org/resources/age-related-reactions-traumatic-event-sp). [(Versión en inglés](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__ncpal.us17.list-2Dmanage.com_track_click-3Fu-3D36688438b04de5395bc854c99-26id-3D1cdf18772d-26e-3D6a13d44124%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3Db6eQ7syPOGTCX6077uWcIVI64DCuMXY5F6jxn44rtcA%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955342904194%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=6iDns%2FEFvXaPYqfYARpGhLCVco4%2FI4sJulgkIk6oqGM%3D&reserved=0)). ([Versión en lenguaje de señas estadounidense, ASL, por sus siglas en inglés)](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__ncpal.us17.list-2Dmanage.com_track_click-3Fu-3D36688438b04de5395bc854c99-26id-3Da95ce98c90-26e-3D6a13d44124%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3DHifpbzF2IVvc0VHfWGTvyabF6Mp0nEhEQH6OPJR5aLA%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955342939660%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=yoSM95OqZqeRZB7axRrev9x6pSpjl%2FBI%2BnPpGy2WFik%3D&reserved=0).
* [Actividades sencillas para niños y adolescentes](https://www.nctsn.org/resources/simple-activities-children-and-adolescents-sp). [(Versión en inglés)](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__ncpal.us17.list-2Dmanage.com_track_click-3Fu-3D36688438b04de5395bc854c99-26id-3D3338f226ed-26e-3D6a13d44124%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3DsI8X4VoTx7JhKpu3if7S3j5o31twjEUWy3Hb56W8h2c%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955342960438%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=39htkWLmonTiu4u58fabEXcfOFsPBubACQbeszPZi2I%3D&reserved=0). n
* [Trinka y Juan en un día de mucho viento y lluvia](https://piploproductions.com/nuestros-cuentos/trinka-y-juan-huracan/) — Libro digital para niños pequeños. [(Versión en inglés)](https://piploproductions.com/stories/trinka-and-sam-hurricane/).
* [Guía para maestros que ayudan a los estudiantes después de un huracán](https://www.nctsn.org/resources/teacher-guidelines-helping-students-after-hurricane).
* [Hablando con los niños: cuando suceden cosas aterradoras](https://www.nctsn.org/resources/talking-to-children-when-scary-things-happen-sp). ([Versión en inglés](https://www.nctsn.org/resources/talking-to-children-when-scary-things-happen)).
* [Consejos para padres sobre la cobertura mediática de eventos traumáticos](https://www.nctsn.org/resources/tips-parents-and-caregivers-media-coverage-traumatic-events).
* [Una Vez Tuve Mucho Mucho Miedo](https://piploproductions.com/nuestros-cuentos/una-vez/). [(Versión en inglés)](https://piploproductions.com/stories/once/) — Libro digital para niños pequeños.
* [Después de la lesión](https://www.aftertheinjury.org/) — sitio web para familias con niños lesionados.
* [Kit de herramientas de atención médica](https://www.healthcaretoolbox.org/) — sitio web para proveedores de salud pediátrica que trabajan con niños lesionados.
* [Pausar-Restablecer-Nutrir (PRN) para promover el bienestar](https://www.nctsn.org/resources/prn-to-promote-wellbeing-as-needed-to-care-for-your-wellness-sp). — Para el personal de emergencia. [(Versión en inglés)](https://www.nctsn.org/resources/prn-to-promote-wellbeing-as-needed-to-care-for-your-wellness).
* [Guía familiar: “Aquí el uno para el otro”](https://sesameworkshop.org/resources/support-after-a-hurricane/), (de Plaza Sésamo).
* [Hubo un huracán](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fa6uvuffab.cc.rs6.net%2Ftn.jsp%3Ff%3D001a7_gXQpD9UvEYo3T6IUoBJ3GIJ4gn_X7yh68Tpeb0tw-LWuLt_sNYDCG4fOCGd7yBiyqW-7oxy-kQC25US4OyvBL9E0MH3fYI5Yht46mCja6RANXC-jx_PXsA-Sd69DLvLzUNDnxQesgVwUPih56vh5DV-N9XL6jPHZ0XQ-yKcNjnrXlYvSX6leXA_aF3SzCZB8BqDpdFpv0S8WGxZ1H2NMkcNFpJbWWPdnl5WB8BsU%3D%26c%3DZehDSH53vmC6ukuUwCnR1axw8L1Dfy2HVS88E2TZTrerSYJQ1i19mg%3D%3D%26ch%3DaNG8qHCgHPANyBReqth9c1W1-K-WKzKTMqS04RvS14snBnRgzy-PWw%3D%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7Cf9060dff24894154fa4d08dcfdbced42%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638664235080415515%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=U7E0ky0WU5M8xqKWQ0EMz6ehGBjPA7RWLf3LNkwYOFc%3D&reserved=0) — historia social para niños.

RECURSOS SOBRE EL DUELO TRAUMÁTICO:

* [Ayudando a los niños pequeños con el duelo traumático: consejos para cuidadores](https://www.nctsn.org/resources/helping-young-children-traumatic-grief-tips-caregivers).
* [El poder de la crianza de los hijos: cómo ayudar a tu hijo después de la muerte de un padre o cuidador](https://www.nctsn.org/resources/power-of-parenting-how-to-help-your-child-after-a-parent-or-caregiver-dies).
* [Ayudar a los niños a superar acontecimientos traumáticos](https://www.childcareaware.org/es/our-issues/crisis-and-disaster-resources/tools-publications-and-resources/helping-children-understand-and-cope-with-disasters/?blaid=6592406) de Child Care Aware.

## Recursos para programas de cuidado y educación temprana

* Centro de Recursos de Salud y Seguridad para el Cuidado Infantil: <https://healthychildcare.unc.edu/hurricane-helene-resources/>
* Línea de ayuda sobre comportamientos sociales saludables: <https://www.childcareresourcesinc.org/challenging-behaviors-helpline>
* Capacitación para el manejo de emergencias: <https://sesameworkshop.org/resources/handling-emergencies-andrew-rosznak/>
* [Preparación para emergencias Recursos para huracanes](https://www.childcareaware.org/es/our-issues/crisis-and-disaster-resources/tools-publications-and-resources/emergency-preparedness-hurricane-resources/), de Child Care Aware.
* [Recursos de preparación y respuesta ante emergencias para el cuidado infantil](https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/documents/occ/appb_childcareresources.pdf), de la Administración para Niños y Familias (ACF, por sus siglas en inglés).

## Líneas telefónicas de ayuda

Los desastres son un momento en el que nuestra salud mental requiere atención adicional. Cualquier persona que necesite ayuda puede ponerse en contacto con los siguientes recursos:

* **Ayuda para ayudantes Hope4NC**:Apoyo para los miembros de equipos de rescate en la [Línea de ayuda de Hope4NC | NCDHHS](https://www.ncdhhs.gov/divisions/mental-health-developmental-disabilities-and-substance-use-services/hope4nc-helpline) o por teléfono al 1-855-587-3463 para obtener apoyo de salud mental para los miembros de equipos de rescate y voluntarios que trabajan en nuestra respuesta al desastre del huracán Helene.
* **La línea de acceso NC-PAL** está disponible de lunes a viernes, a las 8:00 a.m. a 5:00 p.m. para apoyar a los proveedores de atención médica con preguntas sobre las necesidades de salud conductual de los pacientes pediátricos y perinatales. Para hablar con un especialista en salud conductual de NC-PAL, llama al: 919-681-2909; también puedes obtener [más información aquí](https://ncpal.org/access-line).
* **Recursos de Vaya Health** a compilado una lista completa de proveedores que abordan necesidades urgentes. La línea disponible las 24 horas, los 7 días de la semana de Vaya es 1-800-849-6127, y la lista de recursos está disponible aquí: [Recursos Vaya](https://www.linkedin.com/company/vaya-health/). Ten en cuenta que las listas de clínicas sin cita previa en cada comunidad están abiertas y disponibles para brindar servicios a los miembros en peligro.
* La Línea de Ayuda para los Afectados por Catástrofes de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) para ayudar a las personas afectadas emocionalmente luego de un desastre natural o provocado por el ser humano. La línea de ayuda está abierta a cualquier persona que experimente angustia emocional relacionada con desastres. Esto incluye a los sobrevivientes de desastres; seres queridos de las víctimas; miembros de equipos de rescate; trabajadores de rescate, recuperación y socorro; líderes religiosos y padres y cuidadores. Puedes llamar por ti mismo o en nombre de otra persona.
  + Llama o envía un mensaje de texto al 1-800-985-5990 (para español, oprime el 2).
  + Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
  + Gratis y confidencial.
* La [Línea Nacional de Prevención del Suicidio y Crisis](https://988lifeline.org/es/inicio/) para apoyo de salud mental de parte de un profesional de salud mental capacitado.
  + Llama o envía un mensaje de texto al 988.
  + Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
  + Gratis y confidencial.
* La línea de ayuda entre pares, [Peer Warmline](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__ncpal.us17.list-2Dmanage.com_track_click-3Fu-3D36688438b04de5395bc854c99-26id-3Df7e156907b-26e-3D6a13d44124%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3DFbPX9Po-N8KGOpvidfWTyaFOVFMgIFcxQDftgU89-1M%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955343370262%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=jm3z2xtJmg0vwtq3%2BSD6Cg1aiOXmF0mOHcGRZ%2BsO5dQ%3D&reserved=0), del NCDHHS, para hablar con un par que vive en recuperación de problemas de salud mental o uso de sustancias.
  + - Llama al 1-855-PEERS NC.
    - Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
    - Gratis y confidencial.

## Fuentes informativas adicionales

Para mantenerte informado sobre la respuesta y los recursos del estado, consulta las siguientes páginas:

* Información sobre las flexibilidades temporales de Medicaid de Carolina del Norte debido al huracán Helene — [Blog del NCDHHS](https://medicaid.ncdhhs.gov/blog)
* Información sobre las condiciones de las carreteras, cortes de energía, refugios y más — [ReadyNC.gov](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__ncpal.us17.list-2Dmanage.com_track_click-3Fu-3D36688438b04de5395bc854c99-26id-3D66b3fd7d0c-26e-3D6a13d44124%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3D8mlYerRAJoHANJDjWw8TlURZFSUCiCDomrx8A1MpIrs%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955343400123%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=XuDmXq5GiRX4wvbo5AtSONmTOt4XNs%2FG7qCJLjQqyxk%3D&reserved=0)
* NCDHHS:Recursos de recuperación del huracán Helene — <http://ncdhhs.gov/helene>

Asociación Nacional de Trabajadores Sociales - Capítulo NC: La Asociación Nacional de Trabajadores Sociales (NASW-NC, por sus siglas en inglés) ha compilado esta lista de recursos para las personas que viven en el oeste de Carolina del Norte, así como para aquellos que desean ayudar a los afectados por el huracán Helene. <https://www.naswnc.org/helenerelief>

Alianza para una Infancia Positiva Carolina del Norte (Positive Childhood Alliance): [Recuperarse del huracán Helene: recursos clave para obtener ayuda inmediata | Positive Childhood Alliance NC](https://gcc02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Furldefense.proofpoint.com%2Fv2%2Furl%3Fu%3Dhttps-3A__www.positivechildhoodalliancenc.org_recovering-2Dfrom-2Dhurricane-2Dhelene-2Dkey-2Dresources-2Dfor-2Dimmediate-2Dhelp_%26d%3DDwMF-g%26c%3DeuGZstcaTDllvimEN8b7jXrwqOf-v5A_CdpgnVfiiMM%26r%3DsU3QCJ9BrnPSgDUIUSoSIWD8TNDkT4kh_Xr-AWt8KLg%26m%3D__n6kAz34TT1A2Zw6YAGvxuC7J22BrVB-fqYdvGLAgVp_DpVaOAW7t6ncA1BjyUl%26s%3Dnu1NOIXuGcOcXlxUPc_REmBP8U29E0_ldpo_XgymC5Y%26e%3D&data=05%7C02%7Calexandra.morris%40dhhs.nc.gov%7C0f6c1b1b6376414ab3f808dce890af16%7C7a7681dcb9d0449a85c3ecc26cd7ed19%7C0%7C0%7C638640955343437849%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=gZNjZ6t7pY3HoT2yznVgIHw1h9aIyiuj19nNZfwwIjc%3D&reserved=0).

## Enlace en línea a este documento

[Recursos socioemocionales para niños pequeños y cuidadores después del huracán Helene](https://www.ncdhhs.gov/social-emotional-resources-young-children-caregivers-spanish/open)