

SPANISH TRANSLATION

Muchas familias, vecinos, jóvenes y comunidades se sienten ansiosos y temerosos debido a las recientes acciones de control migratorio.

Los adultos en roles de apoyo —como maestros, consejeros, proveedores de cuidado infantil y otros— pueden marcar una gran diferencia.

Cada persona reacciona al estrés de manera distinta. Los niños y adolescentes pueden sentirse nerviosos, tristes o confundidos. Es importante reconocer que sus sentimientos son reales y válidos.

Algunos jóvenes expresan abiertamente sus temores. Otros pueden tener dificultad para concentrarse, mostrar cambios de comportamiento, tener problemas para dormir o parecer más callados de lo habitual. Estas pueden ser señales de que están experimentando trauma.

Aquí hay formas en que los adultos pueden ayudar:

1. Hablar sobre lo que está ocurriendo

- Use estos recursos para ayudar a explicarles la situación a los niños:
 - [Folleto - inglés](#) (Capítulo de Illinois de la Academia Americana de Pediatría)
 - [Folleto - español](#) (Capítulo de Illinois de la Academia Americana de Pediatría)

2. Usar los Primeros Auxilios Psicológicos

- Esta es una forma de ayudar a las personas a sentirse seguras y tranquilas durante momentos de estrés.
- Usted puede:
 - Usar los [consejos de Escuchar, Proteger y Conectar](#) para ofrecer consuelo, calmar el ambiente y ayudar a los niños a sobrellevar la situación.
 - Tomar una [capacitación gratuita de 1 hora](#) a través del Centro de Resiliencia Infantil del Hospital Infantil Lurie.
 - Descargar la aplicación móvil “Psychological First Aid Mobile” en su teléfono para obtener apoyo sobre cómo ayudar a otros (búsquela en la Tienda de App como “PFA Mobile”)

3. Obtener ayuda

- **¿Necesita hablar con alguien?** Llame a la Línea de Apoyo de Illinois (Warm Line) al 866-359-7953. Un especialista en apoyo puede ayudarle a usted o a un familiar con desafíos de salud conductual o apoyo familiar.
- **¿Está en una crisis de salud mental?** Llame o envíe un mensaje de texto al 988 para comunicarse con la Línea de Suicidio y Crisis. Marque 2 para español.

Psychological First Aid (PAF) and Other Resources
Schools, Caregivers, Young People

- **¿Necesita ayuda para un niño?** Las familias pueden visitar BEACON en beacon.illinois.gov para servicios enfocados en salud mental infantil.
- **¿Necesita tratamiento o apoyo para el uso de sustancias?** Llame al 833-2FINDHELP (833-234-6343) para obtener información, apoyo y servicios. Hay personal que habla español y servicios de interpretación disponibles en cualquier idioma.

4. Compartir recursos para familias inmigrantes

- Comparta el [Centro de Información de Inmigración de Illinois](#), una guía para las comunidades inmigrantes del estado sobre sus derechos, acceso a información y ayuda legal.
- Ayude a una familia a crear un [Plan de Preparación Familiar para emergencias como una detención de ICE o enfermedad repentina](#).
- Llame a [la Línea de Apoyo Familiar de ICIRR](#) at 1-855-HELP-MY-FAMILY (1-855-435-7693) si observa actividad de ICE o si un ser querido ha sido arrestado o detenido. Disponible en inglés, español, coreano y polaco.
- Obtenga más información sobre el apoyo a estudiantes en el [Centro de Recursos de Inmigración](#) de las Escuelas Públicas de Chicago.

5. Comprender recursos para escuelas, guarderías y otros cuidadores

- [Guía no regulatoria sobre acciones de control migratorio en propiedades escolares](#), de la Junta Estatal de educación de Illinois (ISBE, por sus siglas en inglés).
- [Guía no regulatoria sobre acciones de control migratorio en guarderías](#), del Departamento de Educación Temprana de Illinois (IDEC, por sus siglas en inglés) y el Departamento de Servicios para Niños y Familias (DCFS, por sus siglas en inglés) ([disponible en español](#))
- [Información](#) sobre cuándo y cómo el DCFS puede apoyar a niños si sus tutores se ven afectados por problemas de inmigración ([en español](#)).