



Recursos para cuidadores

Reunidos por el equipo de trabajo de prevención de maltrato y negligencia del Gobernador





TABLA DE CONTENIDO

1

Tabla de contenido

3-8

Recursos para cuidadores familiares

10-11

Recursos para cuidadores profesionales

14-16

Líneas directas para situaciones de crisis y líneas para situaciones que no sean de crisis

17

Servicios de relevo

18

Cuidado personal y fatiga por compasión

19

Recursos adicionales

20

Sitios web para cuidadores

AGENCIAS DE ÁREA SOBRE EL ENVEJECIMIENTO

Una Agencia de Área sobre el Envejecimiento (AAA, por sus siglas en inglés) es una organización pública o privada sin fines de lucro que le ayuda a los ciudadanos mayores de Arizona y a sus cuidadores. Las AAA son seleccionadas por el Estado para planificar y coordinar al nivel local los siguientes servicios:

- Defensoría para los adultos mayores
- Ofrecer información acerca de programas, opciones y apoyos comunitarios. Cada AAA es única en los servicios y recursos que proporciona. Hemos incluido enlaces a cada uno de sus sitios web y números de teléfono para su beneficio. Es una buena idea comunicarse con su AAA local para descubrir los servicios ofrecidos. Algunas de las posibilidades incluyen servicios de nutrición, servicios de resolución de quejas, ayuda para navegar por el sistema legal, apoyo para la vida en el hogar o de manera independiente y mucho más. Involucrarse con su AAA local es una manera de mantenerse conectado mientras navega por el viaje del envejecimiento con sus seres queridos.

[Busque su AAA](#) o visite sus sitios web directamente haciendo clic en el enlace correspondiente a continuación.

CONDADO DE MARICOPA

Sitio web: aaaphx.org

602-264-2255

Helpline: 602-264-4357

CONDADO DE PIMA

Sitio web: pcoa.org

520-790-0504

Helpline: 520-790-7262

CONDADOS DE MOHAVE, LA PAZ Y YUMA

Sitio web: wacog.com

Mohave:

928-753-6247

La Paz and Yuma:

928-782-1886

CONDADOS DE YAVAPAI, COCONINO, NAVAJO Y APACHE

Sitio web: nacog.org

877-521-3500

CONDADOS DE PINAL Y GILA

Sitio web: pgcsc.org

520-836-2758

1-800-293-9393

CONDADOS DE COCHISE, GRAHAM, GREENLEE Y SANTA CRUZ

Sitio web: seago.org

520-432-2528

NAVAJO NATION (Nación Navajo)

Sitio web:

ndoh.navajo-nsn.gov

928-871-6869

INTER-TRIBAL COUNCIL OF ARIZONA

Sitio web: itcaonline.com

602-258-4822





RECURSOS PARA CUIDADORES

Muchos de los siguientes recursos brindan educación, grupos de apoyo y oportunidades de capacitación para las personas que cuidan a personas que viven con una discapacidad intelectual o del desarrollo, una enfermedad mental grave o cualquier tipo de demencia. Mientras revisa los recursos ofrecidos, consulte esta clave:

Listados en orden alfabético:

NOMBRE DE LA EMPRESA

Cuidador familiar o Cuidador profesional
(Esto aclara para quién es más adecuado el recurso.)

RECURSOS

Esta es la sección donde encontrará una lista de los recursos que se ofrecen mediante cada organización.

LOS SITIOS WEB TIENEN HIPERVÍNCULOS, POR LO QUE PUEDE HACER CLIC EN ELLOS Y LO LLEVARÁ DIRECTAMENTE AL SITIO WEB.

LOS NÚMEROS DE TELÉFONO SE ENUMERAN SI ESTÁN DISPONIBLES.

Aquí también es donde encontrará líneas para situaciones de crisis.

TAMBIÉN INDICARÁ EL COSTO POR PERSONA, SI CORRESPONDE.

La mayoría de los recursos familiares son gratuitos, pero si hay un costo asociado, se indicará aquí.

ABILITY360

Cuidadores profesionales

Recursos: Información y recomendaciones, servicios gratuitos para personas con discapacidades.

Sitio web: ability360.org

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

SISTEMA DE CONTENCIÓN DE COSTOS DE ATENCIÓN MÉDICA DE ARIZONA (AHCCCS)

Cuidadores familiares

Recursos: Educación.

Sitio web: azahcccs.gov

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

ALISON

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Educación, capacitación para cuidadores, desarrollo profesional.

Sitio web:

- [Diploma en proporcionar servicios de cuidado](#)
- [Introducción a proporcionar servicios de cuidado](#)

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

ALZHEIMER'S ASSOCIATION*

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Grupos de apoyo, capacitación para cuidadores, capacitación con respecto a la demencia, desarrollo profesional.

Sitio web: alz.org

Costo: Gratis.

ARIZONA FATHERHOOD NETWORK DAD'S DIRECTORY

Cuidadores familiares

Recursos: Este es un folleto que describe múltiples vías de apoyo para los cuidadores familiares.

Sitio web: des.az.gov

Costo: Gratis.

ARIZONA HOSPICE AND PALLIATIVE CARE ORGANIZATION

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación para cuidadores, educación, seminarios web.

Sitio web: ahpco.org

Costo: Variable; comuníquese para obtener más detalles.

ARIZONA COALITION TO END SEXUAL & DOMESTIC VIOLENCE

Cuidadores familiares

Recursos: Capacitación, educación, defensa.

Sitio web: acesdv.org

ASSISTED LIVING TRAINING SCHOOL (2 LUGARES: PEORIA Y TEMPE)

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación profesional, certificación.

Sitio web: arizonacaregivertraining.net

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

AUTISM SOCIETY OF GREATER PHOENIX

Cuidadores familiares

Recursos: Defensa, educación, capacitación para cuidadores, grupos de apoyo, proveedores de terapia, eventos comunitarios.

Sitio web: phxautism.org

Costo: Gratis.

AUTISM SOCIETY*

Cuidadores familiares

Recursos: Defensa, educación.

Sitio web: autism-society.org

Costo: Gratis.





AUTISM SPEAKS*

Cuidadores familiares

Recursos: Defensa, servicios amigables con el autismo, empleo y educación postsecundaria, proveedores de salud, vivienda, recreación y eventos comunitarios.

Sitio web: autismspeaks.org

Costo: Gratis.

ARIZONA CAREGIVER COALITION

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Educación, capacitación de primeros auxilios para cuidadores, relevo, línea de recursos.

Sitio web: azcaregiver.org

Línea de recursos: 888-737-7494

Correo electrónico: info@AZcaregiver.org

Costo: Gratis.

BE SAFE

Cuidadores familiares

Sitio web: besafethemovie.com

LAKE HAVASU REGIONAL MEDICAL CENTER

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Espacio en línea seguro para compartir actualizaciones acerca de todo tipo de eventos de salud.

Sitio web: havasuregional.com

Costo: Gratis.

CAREGIVER TRAINING INSTITUTE (TUCSON)

Cuidadores profesionales

Recursos: Certificación, desarrollo profesional.

Sitio web: cgtiaz.org

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

COPA HEALTH

Cuidadores familiares

Recursos: Educación, capacitación para cuidadores, grupos de apoyo, relevo.

Sitio web: copahealth.org

Costo: Gratis.

FAMILY CAREGIVER ALLIANCE

Cuidadores familiares

Recursos: Educación, capacitación para cuidadores, grupos de apoyo.

Sitio web: caregiver.org

Videos: youtube.com

Costo: Gratis.

FAMILY INVOLVEMENT CENTER

Cuidadores familiares

Recursos: Defensa, educación, línea directa en casos de crisis, servicios para jóvenes, grupos, terapia, ayuda con inscripción en AHCCCS.

Sitio web: familyinvolvementcenter.org

Línea directa en casos de crisis: 602-288-0155

Costo: Gratis.

FATHER MATTERS

Cuidadores familiares

Recursos: Educación, grupos de apoyo, mentores.

Sitio web: fathermatters.org

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

FSL CAREGIVER HOUSE

Cuidadores familiares

Recursos: Atención de relevo, educación, capacitación para cuidadores, grupos de apoyo.

Sitio web: fsl.org

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

HOME SWEET HOME CARE (REQUIERE INSCRIPCIÓN PARA VER EL SITIO WEB)

Cuidadores familiares

Recursos: Educación, videos.

Sitio web: flc.ipced.com

Costo: Gratis.

NATIONAL ALLIANCE ON MENTAL ILLNESS*

Cuidadores familiares

Recursos: Educación, grupos de apoyo.

Sitio web: nami.org

Teléfono: 1-800-950-NAMI (6264)

Costo: Gratis.





SISTEMA DE CONTENCIÓN DE COSTOS DE ATENCIÓN MÉDICA DE ARIZONA (AHCCCS)

Cuidadores familiares

Recursos: Recursos para familias de crianza/ parentesco/adoptivas.

Sitio web: azahcccs.gov

Costo: Gratis.

ORION HOMES

Cuidadores profesionales

Recursos: Certificación, educación, desarrollo profesional.

Sitio web: orion-homes.com

Costo: \$35 - \$686. Comuníquese para obtener más detalles.

PILOT PARENTS OF SOUTHERN ARIZONA

Cuidadores familiares

Recursos: Defensa, grupos de apoyo para hermanos, enlaces a recursos legales, gubernamentales y otros.

Sitio web: pilotparents.org

Costo: Gratis.

PIMA COUNCIL ON AGING

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Certificación (mediante CGTI), educación, capacitación, desarrollo profesional, grupos de apoyo, transporte, comidas, consulta con el cuidador, acompañantes para personas mayores, asistencia legal, ombudsman de atención de largo plazo.

Sitio web: www.pcoa.org

Costo: Gratis.

TRAINING VENUE

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación, educación, educación para cuidadores.

Sitio web: trainingvenue.com

Costo: \$15 con el código promocional dcw50.

RAISING SPECIAL KIDS

Cuidadores familiares

Recursos: Educación, grupos de apoyo de padres a padres, capacitación, videos, eventos comunitarios, grupo de apoyo de la NICU, recursos en español.

Sitio web: raisingspecialkids.org

Costo: Gratis.



RELIAS TRAININGS

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación, educación, certificaciones.

Sitio web: relias.com

Costo: La organización del cuidador debe mantener la suscripción.

SONORAN CENTER FOR EXCELLENCE IN DISABILITIES

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Clase virtual de la defensa de la atención médica que se ofrece el tercer lunes de cada mes por dos horas.

Sitio web: eventbrite.com

Costo: \$20.

SOUTHERN ARIZONA NETWORK FOR DOWN SYNDROME

Cuidadores familiares

Recursos: Grupos de apoyo, eventos comunitarios, paquetes para nuevos padres.

Sitio web: sandsaz.org

Costo: Gratis.

SOUTHERN CAREGIVER RESOURCE CENTER*

Cuidadores familiares

Recursos: Capacitación, videos, transmisión en vivo de preguntas y respuestas.

Sitio web: caregivercenter.org

Costo: Gratis.

SOUTHWEST AUTISM RESEARCH AND RESOURCE CENTER (SARRC)

Cuidadores familiares

Recursos: Intervenciones a corto plazo, eventos comunitarios, apoyo familiar, educación, capacitación, apoyo para personas que viven con autismo, servicios de diagnóstico.

Sitio web: autismcenter.org

***Indica un recurso que es nacional o está ubicado fuera de Arizona.**





UN MENSAJE DE NUESTROS SOCIOS EN ARIZONA SEXUAL VIOLENCE & I/DD RESPONSE COLLABORATIVE

Estimados socios comunitarios,

Lanzado en 2019, Arizona Sexual Violence & I/DD Response Collaborative (Colaboración de respuesta a la violencia sexual y I/DD de Arizona) incluye más de 50 organizaciones, sobrevivientes y familias diferentes. Trabajan para asegurar que las necesidades de las personas que tienen discapacidades intelectuales, del desarrollo o de otro tipo no se pierdan al abordar la violencia sexual.

Los siguientes son recursos que fueron creados y/o examinados por la colaborativa y alojados en la [Arizona Coalition to End Sexual & Domestic Violence](#) (Coalición de Arizona para terminar con la Violencia Sexual y Doméstica).

- Las “Arizona Sexual Violence & Intellectual and Developmental Disabilities Response Collaborative Trainings” (Capacitaciones de Colaboración de respuesta a la violencia sexual y I/DD de Arizona) incluyen recursos de capacitación acerca del abuso sexual para proveedores de servicios, familias y personas con I/DD y escuelas.
- “Accessible Trauma Counseling Locations in Arizona for Sexual Assault Survivors with I/DD” (Ubicaciones accesibles de consejería de trauma en Arizona para sobrevivientes de agresión sexual con I/DD) proporciona una lista de servicios de consejería confirmados que actualmente aceptan personas con discapacidades del desarrollo que son elegibles para AHCCCS.
- La “Self-Advocate Resource Guide” (Guía de recursos de autodefensa) se desarrollo por y para personas con discapacidad. La guía contiene enlaces a información acerca de relaciones saludables, apoyo y conciencia acerca del abuso sexual. También incluye un sistema de calificación.
- El “Preventing Sexual Abuse in Arizona Schools: 2021 Suggested Protocols for Students with Intellectual, Developmental, or Other Disabilities” (Prevención del abuso sexual en las escuelas de Arizona: Los protocolos de 2021 sugeridos para estudiantes con discapacidades intelectuales, del desarrollo u otras) proporciona normas para las escuelas, las familias y los legisladores.

Comparta estos valiosos recursos con sus redes y fomente su uso mientras todos trabajamos para proteger a las personas con I/DD de todas las formas de maltrato y negligencia.

RECURSOS PARA CUIDADORES PROFESIONALES

ABILITY360

Cuidadores profesionales

Recursos: Información y recomendaciones, servicios gratuitos para personas con discapacidades.

Sitio web: ability360.org

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

ALISON

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Educación, capacitación para cuidadores, desarrollo profesional.

Sitio web:

- [Diploma en proporcionar servicios de cuidado](#)
- [Introducción a proporcionar servicios de cuidado](#)

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

ARIZONA HOSPICE AND PALLIATIVE CARE ORGANIZATION

Cuidadores profesionales

Resources: Capacitación para cuidadores, educación, seminarios web.

Sitio web: www.ahpco.org

Costo: Variable. Comuníquese para obtener más detalles.

ASSISTED LIVING TRAINING SCHOOL (2 LUGARES: PEORIA Y TEMPE)

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación profesional, certificación.

Sitio web: arizonacaregivertraining.net

Costo: Comuníquese para obtener más detalles.

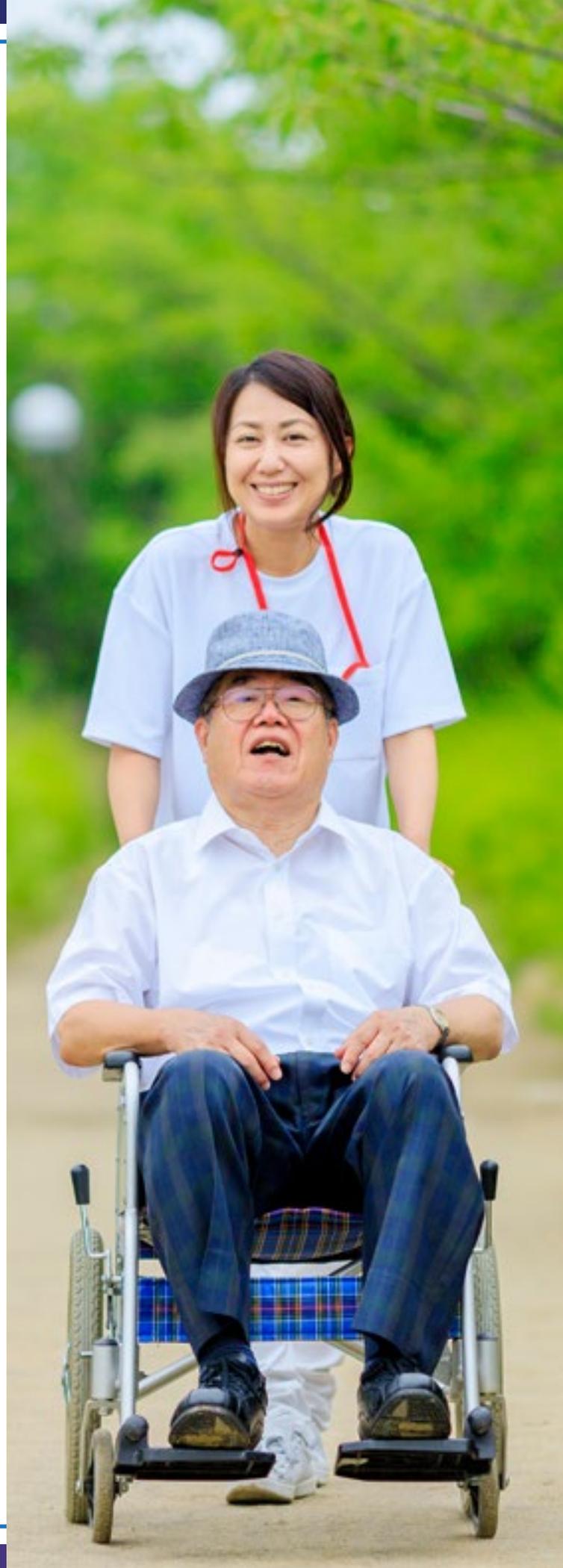
LAKE HAVASU REGIONAL MEDICAL CENTER: CARING BRIDGE

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Espacio en línea seguro para compartir actualizaciones acerca de todo tipo de eventos de salud.

Sitio web: havasuregional.com

Costo: Gratis.



ORION HOMES

Cuidadores profesionales

Recursos: Certificación, educación, desarrollo profesional.

Sitio web: orion-homes.com/school

Costo: \$35 - \$686. Comuníquese para obtener más detalles.

PIMA COUNCIL ON AGING

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Certificación (mediante CGTI), educación, capacitación, desarrollo profesional, grupos de apoyo, transporte, comidas, consulta con el cuidador, acompañantes para personas mayores, asistencia legal, ombudsman de atención a largo plazo.

Sitio web: pcoa.org

Costo: Gratis.

TRAINING VENUE

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación, educación, educación para cuidadores.

Sitio web: trainingvenue.com

Costo: \$15 con el código promocional dcw50.

RELIAS TRAININGS

Cuidadores profesionales

Recursos: Capacitación, educación, certificaciones

Sitio web: relias.com

Costo (desconocido): La organización del cuidador debe mantener la suscripción.

SONORAN CENTER FOR EXCELLENCE IN DISABILITIES

Cuidadores familiares y profesionales

Recursos: Clase virtual de dos horas acerca de defensa de la atención médica que se ofrece el tercer lunes de cada mes.

Sitio web: eventbrite.com

Costo: \$20.



RELIAS

Estos cursos de capacitación están disponibles para organizaciones que mantienen una suscripción a [Relias Learning Management](#), una plataforma de aprendizaje especializada para profesionales de la salud.

BIENESTAR DE LOS EMPLEADOS – INTELIGENCIA EMOCIONAL: SENTIR Y PENSAR (.25 HORAS DE CRÉDITO)

Código del curso: REL-ALL-0-EINTELFT-V2

La inteligencia emocional (EQ, por sus siglas en inglés) es la capacidad de comprender, expresar y regular sus propias emociones y su conciencia de lo que sienten las personas a su alrededor. Este módulo explicará un poco acerca de cómo funcionan las emociones en el cerebro y cómo el desarrollo de su EQ puede mejorar su calidad de vida.

BIENESTAR DE LOS EMPLEADOS – EFECTOS SECUNDARIOS DE LA PRESTACIÓN DE CUIDADOS (.25 HORAS DE CRÉDITO)

Código del curso: REL-ALL-0-SECG-V

El prestar cuidado exige una enorme cantidad de compasión y empatía. Si bien esto puede ser increíblemente gratificante, puede provocar efectos secundarios adversos.

BIENESTAR DE LOS EMPLEADOS – MANEJO DEL ESTRÉS (.25 HORAS DE CRÉDITO)

Código del curso: REL-ALL-0-STRMGT-V2

El estrés es parte de la vida de todos. No puede escapar del estrés, pero puede aprender a responder de manera diferente. Este curso le enseñará a identificar los factores desencadenantes y a desarrollar un plan personal de manejo.

COMPASIÓN, FATIGA Y SATISFACCIÓN – SEMINARIO WEB DE RELIAS (1.25 HORAS DE CRÉDITO)

Código del curso: REL-BHC-NCCBH-CFCS

Trabajar de una manera informada acerca del trauma requiere un enfoque constante, conciencia y energía positiva. Lograr esto requiere que un enfoque informado acerca del trauma dé prioridad a una organización que se ocupa de los empleados, los compañeros de trabajo se cuidan unos a otros y, finalmente, se cuidan a sí mismos.

EQUILIBRIO ENTRE LA VIDA LABORAL Y PERSONAL DEL EMPLEADO (.25 HORAS DE CRÉDITO)

Código del curso: REL-ALL-0-WLBAL-V2

El acelerado lugar de trabajo de hoy junto con la naturaleza de la era digital las 24 horas del día, los 7 días de la semana, ha dado como resultado una experiencia común, una falta de equilibrio entre el trabajo y la vida. Con el tiempo, esto puede resultar en insatisfacción laboral y agotamiento personal. Este curso explorará los factores que causan el desequilibrio entre el trabajo y el hogar y le enseñará cómo llevar a cabo cambios en ambas áreas para restablecer el equilibrio.





CENTROS UNIVERSITARIOS PARA LA EXCELENCIA EN EDUCACIÓN, INVESTIGACIÓN Y SERVICIO DE DISCAPACIDADES DEL DESARROLLO (UCEDD)

CENTROS UNIVERSITARIOS PARA LA EXCELENCIA EN EDUCACIÓN, INVESTIGACIÓN Y SERVICIO DE DISCAPACIDADES DEL DESARROLLO (UCEDD)

Los Centros Universitarios para la Excelencia en Educación, Investigación y Servicio de Discapacidades del Desarrollo (UCEDD, por sus siglas en inglés) son centros designados por el gobierno federal y están ubicados en todos los estados. Cada uno sirve como un recurso para su comunidad en las áreas de educación, investigación y servicios relacionados con las necesidades de las personas con discapacidades del desarrollo y otras discapacidades. El intercambio recíproco de información entre la comunidad y sus universidades promueve una mejor preparación del personal y la creación de mejores sistemas de servicio en beneficio de las personas con discapacidades. Mediante la capacitación, la investigación y la evaluación interdisciplinarias, los programas y servicios comunitarios, y la asistencia técnica y la difusión de información, los UCEDD aseguran la participación comunitaria total de las personas con discapacidades. Hay dos UCEDD en Arizona. Cada centro tiene su propio enfoque y experiencia y colabora con socios locales y nacionales para abordar las necesidades del estado. Comuníquese con cada UCEDD para obtener más información acerca de sus áreas de énfasis:

IINSTITUTO PARA EL DESARROLLO HUMANO – NORTHERN ARIZONA UNIVERSITY

Sitio web: nau.edu

Teléfono: 928-523-5590

Correo electrónico: ihd@nau.edu

SONORAN CENTER FOR EXCELLENCE IN DISABILITIES – UNIVERSITY OF ARIZONA COLLEGE OF MEDICINE

Sitio web: sonoranucedd.fcm.arizona.edu

Teléfono: 520-626-0442

Correo electrónico: ucedd@email.arizona.edu



LÍNEAS DIRECTAS PARA SITUACIONES DE CRISIS Y LÍNEAS PARA SITUACIONES QUE NO SEAN DE CRISIS

Línea vital nacional para la prevención del suicidio:
1-800-273-8255

ALERTA DE PLATA

Puede llamarse cuando desaparece cualquier persona de 65 años o más, menor de 65 años y diagnosticada con demencia, o cualquier persona con una discapacidad cognitiva o del desarrollo.

Debe llamar al **911** para iniciar el proceso con la agencia del orden público local.

PROGRAMA DE CONSEJERÍA EN CASOS DE CRISIS DE RESILIENT ARIZONA

Llame al **2-1-1** para obtener asesoramiento gratuito en caso de crisis de COVID-19 o visite

Sitio web: resilientarizona.org

LÍNEAS DIRECTAS POR CONDADO PARA CASOS DE CRISIS Y PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

- **El condado de Maricopa atendido por Mercy Care:**
1-800-631-1314 o 602-222-9444
- **Los condados de Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Pima, Pinal, Santa Cruz y Yuma atendidos por Arizona Complete Health – Complete Care Plan:**
1-866-495-6735
- **Los condados de Apache, Coconino, Gila, Mohave, Navajo y Yavapai atendidos por Health Choice Arizona:** 1-877-756-4090
- **Comunidades indígenas de Gila River y Ak-Chin:**
1-800-259-3449
- **Comunidad indígena de Salt River Pima Maricopa:**
1-855-331-6432

ESPECIALMENTE PARA ADOLESCENTES

Línea vital telefónica o de texto para adolescentes:
602-248-TEEN (8336)

ESPECIALMENTE PARA VETERANOS

Línea en casos de crisis para veteranos:
1-800-273-8255 (oprime 1)

Estar conectado: **1-866-4AZ-VETS (429-8387)**

LÍNEAS DIRECTAS NACIONALES EN CASOS DE CRISIS DISPONIBLES LAS 24 HORAS

Línea vital nacional para la prevención del suicidio:
1-800-273-TALK (8255)

Línea directa nacional de servicio de remisión a tratamiento para cuestiones de trastornos y uso de sustancias: **1-800-662-HELP (4357)**

Envíe la palabra **“HOME”** por texto al **741741**

SALUD CONDUCTUAL:

Organizaciones familiares, padres y cuidadores que apoyan a los niños

CARING CONNECTIONS FOR SPECIAL NEEDS, LLC

(Benson, Sierra Vista, Payson, Douglas, Safford y Tucson)

Sitio web: ccsneeds.com

Teléfono: 520-686-9436

FAMILY INVOLVEMENT CENTER (FIC)

(Phoenix, Prescott, Flagstaff y Tucson)

Sitio web: familyinvolvementcenter.org

Teléfono: 877-568-8468 or 602-288-0155

MENTALLY ILL KIDS IN DISTRESS (MIKID)

(Phoenix, Tucson Yuma, Casa Grande, Kingman, Nogales)

Sitio web: mikid.org

Teléfono: 602-253-1240

REACH FAMILY SERVICES

(Phoenix)

Sitio web: reachfs.org

Teléfono: 602-512-9000

SALUD CONDUCTUAL:

Apoyo familiar para adultos, para amigos y familiares que apoyan a un miembro adulto de AHCCCS

ARIZONA COMPLETE HEALTH – COMPLETE CARE PLAN

Sitio web: azcompletehealth.com

Teléfono: 1-888-898-4408

CARE 1ST HEALTH PLAN ARIZONA

Sitio web: care1staz.com

Teléfono: 1-866-560-4042

BANNER – UNIVERSITY FAMILY CARE

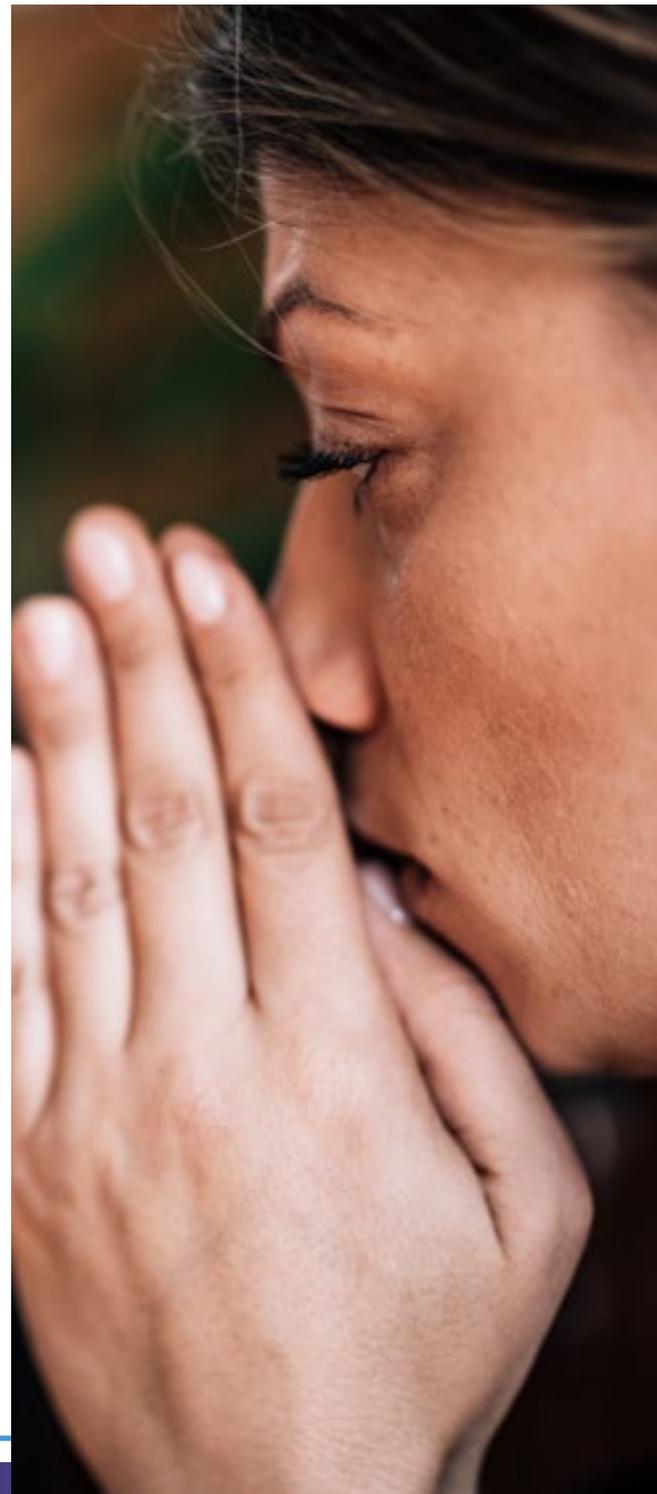
Sitio web: bannerufc.com

Teléfono: 1-800-582-8686

HEALTH CHOICE

Sitio web: healthchoiceaz.com

Teléfono: 1-800-322-8670





MOLINA COMPLETE CARE

Sitio web: mccofaz.com

Teléfono: 1-800-424-5891

MERCY CARE

Sitio web: mercycares.org

Teléfono: 1-800-624-3879

UNITED HEALTHCARE COMMUNITY PLAN

Sitio web: uhccommunityplan.com

Teléfono: 1-800-348-4058

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD INFANTIL DE ARIZONA

Sitio web: dcs.az.gov

Teléfono: 602-212-4983 o 1-833-711-0776

LÍNEAS TELEFÓNICAS DE ARIZONA PARA FAMILIAS EN SITUACIONES QUE NO SEAN DE CRISIS

Gratis y confidencial para apoyar a los miembros de la familia que enfrentan desafíos de salud conductual.

Family Involvement Center - En todo el estado

Entre semana: 8:00 A.M. - 6:00 P.M.

Fin de semana: 8:00 A.M. - 12:00 P.M. (Mediodía)

1-877-568-8468

Sitio web: familyinvolvementcenter.org



SERVICIOS DE RELEVO PARA CUIDADORES FAMILIARES

MIEMBROS ELEGIBLES PARA ALTCS

La atención de relevo está disponible mediante su plan de salud de atención a largo plazo.

Contacto: Contratista del programa.

ARIZONA CAREGIVER COALITION

Cuidadores familiares y profesionales.

Recursos: Educación, capacitación de primeros auxilios para cuidadores, relevo, línea de recursos.

Sitio web: azcaregiver.org

Línea de recursos: 888-737-7494

Correo electrónico: info@AZcaregiver.org

Costo: Gratis.

DES/DDD

Sitio web: des.az.gov

Costo: Comuníquese para obtener más detalles

ELDERCARE LOCATOR

(Localizador de cuidados para personas mayores)

Las personas elegibles para el cuidado de relevo bajo este programa son:

- Cuidadores familiares que brindan atención a personas de 60 años o mayores o personas que viven con la enfermedad de Alzheimer y trastornos relacionados, independientemente de la edad.
- Cuidadores que son parientes (no padres) de 55 años y mayores que brindan atención a menores de 18 años.
- Cuidadores que son parientes de 55 años y mayores que brindan atención a adultos de 18 a 59 años, con discapacidades, con quienes están relacionados por sangre, matrimonio o adopción.
- Organizaciones tribales pueden establecer una edad inferior a 60 años para que los miembros sean considerados ancianos elegibles para los servicios.

Sitio web: eldercare.acl.gov

ARIZONA CAREGIVER COALITION LIFESPAN RESPITE PROGRAM

Sitio web: azcaregiver.org

Costo: Gratis

RYAN HOUSE

Cuidado de relevo para familias con niños mientras navegan por procesos que limitan la vida o al fin de vida.

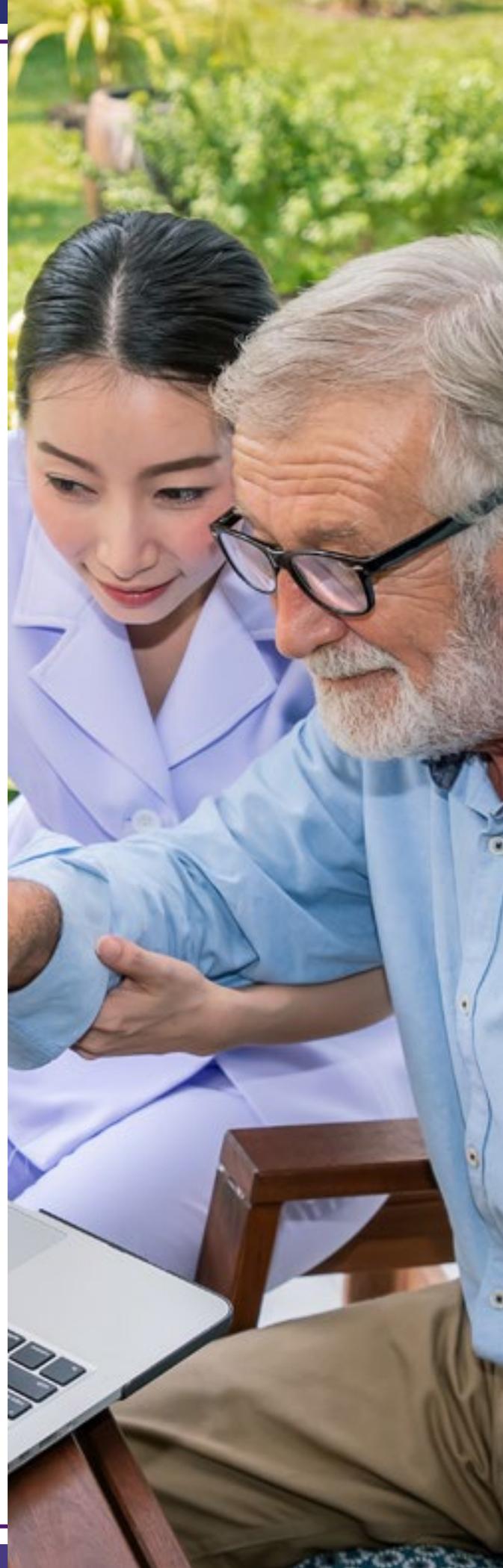
Sitio web: ryanhouse.org

Costo: Gratis

DEPARTAMENTO DE ASUNTOS PARA LOS VETERANOS DE EE UU: PROGRAMA DE APOYO PARA CUIDADORES DE VA

Sitio web: caregiver.va.gov

Teléfono: 1-855-260-3274





CUIDADO PERSONAL Y FATIGA POR COMPASIÓN

DAILY CARING

Sitio web: [dailycaring.com](https://www.dailycaring.com)

DAMES CHARITIES

Sitio web: [damescharities.org](https://www.damescharities.org)

DUET

Cuidadores familiares y abuelos criando a sus nietos.

Sitio web: [duetaz.org](https://www.duetaz.org)

Care2Caregivers

Sitio web:

- [care2caregivers.com](https://www.care2caregivers.com)

HOSPICE OF THE VALLEY

Sitio web: [hov.org](https://www.hov.org)

PHOENIX SOCIETY FOR BURN SURVIVORS

Sitio web: [phoenix-society.org](https://www.phoenix-society.org)



RECURSOS ADICIONALES PARA CUIDADORES FAMILIARES

ALZHEIMER'S ASSOCIATION

Sitio web:

- [Revisión de estrés del cuidador](#)
- [10 síntomas del estrés del cuidador](#)
- [Sea un cuidador saludable](#)
- [Depresión del cuidador](#)
- [Aflicción y pérdida](#)

AREA AGENCY ON AGING: REGION ONE, INCORPORATED

(Agencia de Área sobre el Envejecimiento:
Región Uno)

Sitio web:

- [Consejos de supervivencia del cuidador](#)

BANNER ALZHEIMER'S INSTITUTE

Sitio web:

- [Estrés del cuidador](#)
- [Pérdida ambigua](#)

CARING.COM

Sitio web:

- [Guía del cuidador para sobrellevar el estrés y el agotamiento](#)

CAREGIVER ACTION NETWORK (Red de acción para cuidadores)

Sitio web:

- [Diez consejos para los cuidadores familiares](#)

SITIOS WEB DE CUIDADORES

INSTITUTO NACIONAL SOBRE EL ENVEJECIMIENTO

Incluye herramientas

Sitio web:

- [Cuidar de uno mismo](#)
- [Cómo compartir la responsabilidad del cuidado](#)

CENTROS PARA EL CONTROL Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

Información acerca de discapacidad y salud para familias

Sitio web: [cdc.gov](#)

SIBLING SUPPORT PROJECT (Proyecto de apoyo a los hermanos)

Sitio web: [siblingsupport.org](#)

HEALTH IN AGING

Sitio web: [healthinaging.org](#)

FAMILY CAREGIVER ALLIANCE (Alianza de cuidadores familiares)

Sitio web: [caregiver.org](#)

- [Cuidar de uno mismo](#)
- [Cuidando de TI](#)

AGENCIA DE ÁREA SOBRE EL ENVEJECIMIENTO (AAA)

Una agencia pública o privada sin fines de lucro que ayuda a los ciudadanos de Arizona mayores (apoya a los cuidadores mayores de 18 años). Muchos ofrecen programas de apoyo a los cuidadores. Hay 8 regiones geográficas.

Sitio web: [des.az.gov](#)

ADMINISTRATION FOR COMMUNITY LIVING (Administración para la Vida Comunitaria)

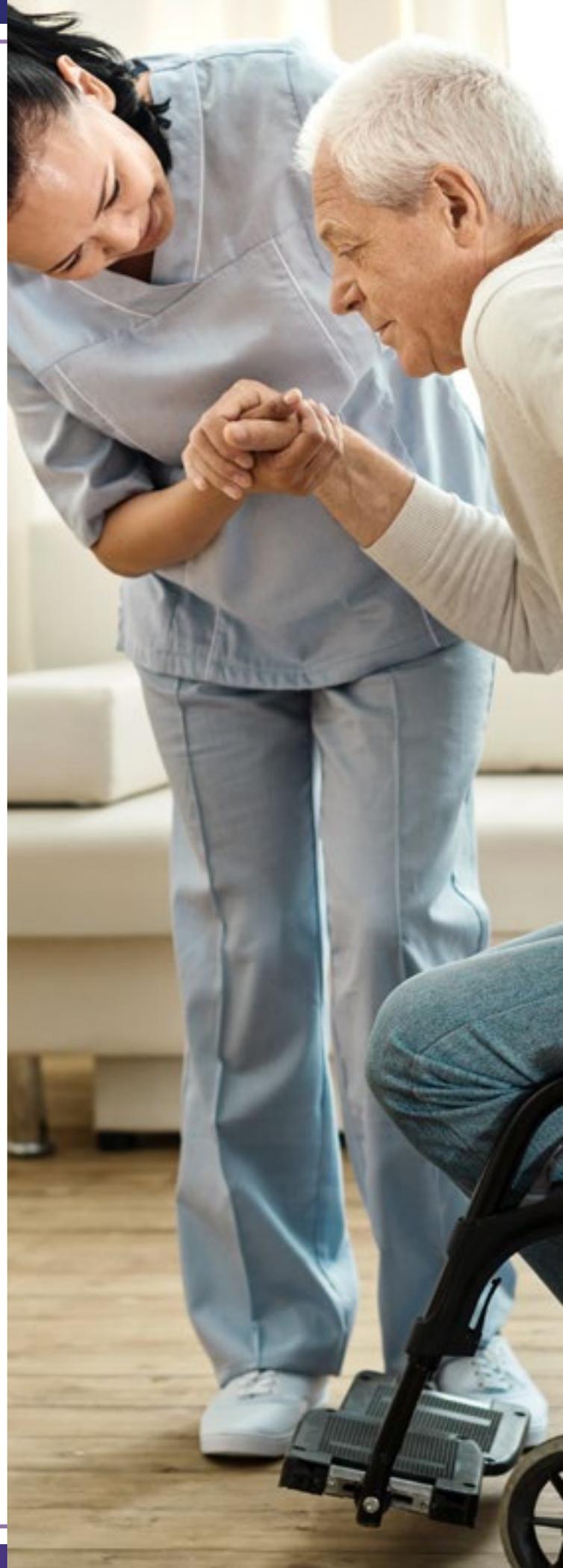
Recursos y herramientas de evaluación estatal

Sitio web: [acl.gov](#)

- [Evaluación de cuidador](#)

HERRAMIENTAS DE CAREGIVER ACTION NETWORK (CAN)

Sitio web: [caregiveraction.org](#)





HERRAMIENTAS PARA LA EVALUACIÓN DE CUIDADOS, LA PRESTACIÓN DE CUIDADOS Y LA PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS

CENTROS PARA EL CONTROL Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES (CDC)

Sitio web: [cdc.gov](https://www.cdc.gov)

CENTRO DE FLORIDA PARA COMUNIDADES INCLUSIVAS DE UNIVERSITY OF SOUTH FLORIDA:

Sitio web: flfcic.fmhi.usf.edu

UNIVERSITY OF BRITISH COLUMBIA

Guía para la toma de decisiones del cuidador

Sitio web: [caregiverdecisionguide](https://caregiverdecisionguide.ubc.ca)

- [Versión PDF](#)

ADMINISTRATION FOR COMMUNITY LIVING (Administración para la Vida Comunitaria)

Sitio web: [acl.gov](https://www.acl.gov)

INSTITUTO NACIONAL SOBRE EL ENVEJECIMIENTO / NIH

Sitio web: [nia.nih.gov](https://www.nia.nih.gov)

ARIZONA CENTERS FOR INDEPENDENT LIVING

Nombre	Dirección	Sitio(s) web y Correo electrónico	Número(s) de teléfono	Condados atendidos
Ability360	5025 East Washington Suite 200 Phoenix, AZ 85034	ability360.org azbridge@ability360.org	602-256-2245 602-254-6407 (fax) 602-296-0591 (TTY)	Maricopa y partes de Pinal, Gila, Mohave
ASSIST! To Independence	P.O. BOX 4133 Tuba City, AZ 86045		928-283-6261 928-283-6284 (fax)	Coconino, Navajo, Apache (dentro de los límites de Navajo Nation)
DIRECT Center for Independence, Inc.	1001 N. Alvernon Way Tucson, AZ 85711	directilc.org direct@directilc.org	520-624-6452 800-342-1853 520-792-1438 (fax) 520-624-6452 (TTY)	Pima, Graham, Greenlee, Santa Cruz, Cochise
New Horizons Disability Empowerment Center	9400 E. Valley Road Prescott Valley, AZ 86314	nhdec.org dhenderson@nhdec.org	928-772-1266 800-406-2377 928-772-3808 (fax) 928-772-1266 (TTY)	Mohave, Yavapai, Coconino, Navajo, Apache
SMILE Independent Living Center	1929 Arizona Ave Suite 11 Yuma, AZ 85364	smile-az.org info@smile-az.org	928-329-6681 866-239-7645 928-329-6715 (fax) 928-782-7458 (TTY)	Yuma, La Paz



UN AGRADECIMIENTO ESPECIAL

El equipo de trabajo de prevención de maltrato y negligencia del Gobernador, recomendación #25, grupo de trabajo para manejar el estrés del cuidador, quisiera agradecer a las siguientes organizaciones y persona:

Arizona Caregivers Coalition

Jutta Ulrich

**División de Servicios para Adultos y
Personas de la Tercera Edad del
Departamento de Seguridad Económica de Arizona**

Rebecca Dick

**División de Discapacidades del Desarrollo del
Departamento de Seguridad Económica de Arizona**

Angela Venne

Deborah Grace

Jaime Reddy

Leah Gibbs

Sven Olsen

**Consejo de planificación para discapacidades
del desarrollo de Arizona**

Erica McFadden

**Sistema de Contención de Costos
de Atención Médica de Arizona**

Melissa Arzabal

Susan Kennard

COPA Health

Camilla Parker

Mercy Care

Laura Piontkowski

**Instituto para el Desarrollo Humano de
Northern Arizona University**

Kelly Roberts

Michele Lee

Ronda Jenson

Raising Special Kids

Janna Murrell

Sonoran Center for Excellence in Disabilities

Lynne Tomasa

Wendy Parent-Johnson

Yumi Shirai

The ARC of Arizona

Jon Meyers

The Opportunity Tree

Gina Griffiths

United Healthcare Community Plan

Dawn McReynolds

y a nuestros numerosos socios comunitarios
por sus contribuciones a este recurso.



Programa y Empleador con Igualdad de Oportunidades • Servicios y ayudantes auxiliares para personas con discapacidades están disponibles a petición • Servicios de TTY/TDD: 7-1-1 • Available in English online or at the local office.

DES-1235A PAMSPA (11-21)

