



DEPARTMENT OF ECONOMIC SECURITY

Your Partner For A Stronger Arizona

DIVISIÓN DE DISCAPACIDADES DEL DESAROLLO

Aviso de actualidad para miembros del DDD - agosto del 2024

¿Haría usted una “Promesa Para Prevenir”?

Las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (I/DD) tienen de cuatro (4) a diez (10) veces mayor probabilidad de que los maltraten que las personas sin I/DD.

Son muchas las causas de esto:

- Las personas con I/DD sienten que los demás no les creen.
- Estar al cuidado de una persona cuidadora.
- Tener destrezas limitadas de comunicación para reportar maltratos (*abuse*).

Lo bueno es que todos tienen el poder para ayudar a detener esta epidemia. Las comunidades pueden colaborar para crear mayor consciencia y reportar maltratos y descuido (*neglect*).

Las investigaciones han mostrado que prometer actuar resulta del 40 al 70 por ciento más poderoso que no prometer. Por eso es que [A Promise to Prevent, Inc.](#) le pide que haga su propia “Promesa Para Prevenir”: [signing a pledge](#).

¿Qué promete prevenir?

Al firmar la “Promesa Para Prevenir”, se compromete a ayudar a prevenir maltratos, descuido y que se aprovechen de personas que no siempre se puedan proteger a sí mismas.

¿Cómo? Reporte si sospechara maltrato o descuido al ver que pasara algo.

La Promesa Para Prevenir dice:

“Entiendo que hay personas (por ejemplo: las de tercera edad; y personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo) que viven en mi comunidad y que no siempre pueden protegerse a sí mismas.

“Entiendo que hay que comprometerse con todos en la comunidad a eliminar el maltrato, el descuido y que se aprovechen de las personas.

“Por la presente me comprometo a ayudar a prevenir el maltrato, el descuido y que se aprovechen de personas en peligro de que las hagan víctimas.”

Haga correr la voz o aprenda más sobre la “Promesa Para Prevenir”: visite a www.apromisetoprevent.com. También podrá hacer clic a continuación para hacer la promesa.

[“Promesa Para Prevenir”: haga la promesa ahora](#)

¡No se la pierdan! La Conferencia de Cuidados a Sí Mismos para Cuidadores de DDD (*DDD's Self-Care for Caregivers Conference*) será en octubre

DDD va a celebrar su Conferencia de Cuidados a Sí Mismos para Cuidadores en octubre del 2024. Este acontecimiento será otro día sobre cuidados a sí mismos, aprender, y la comunidad. Es para cuidadores de personas con I/DD. Los cuidadores aprenderán a cuidarse a sí mismos a la vez que cuiden a otras personas.

La Conferencia de Cuidados a Sí Mismos para Cuidadores del año pasado logró gran éxito. Como 270 personas asistieron; a todos los partícipes se les dio una bolsa de materiales educativos para llevarse a casa. El DDD dio 20 premios a la suerte, tales como tarjetas de regalo, artículos para cuidarse a sí mismo/a y canastas con regalos.

La importancia de cuidarse a sí mismo/a

En Arizona, uno (1) de cada cinco (5) adultos cuida a un amigo o familiar, según los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#) (CDC).

Más de la mitad han proporcionado cuidados por al menos dos (2) años. El sesenta por ciento (60%) son mujeres.

Los cuidadores acostumbran poner las necesidades ajenas por delante. Este sacrificio puede conllevar desgaste y problemas de la salud. Los cuidadores tienen que estar sanos física y mentalmente, lo que les permite cuidar a otros.

Por este motivo, la DDD comenzó a celebrar Conferencia de Cuidados a Sí Mismos para Cuidadores. La División anima a los cuidadores a que saquen tiempo para asistir.

Pronto les traeremos más información

Los funcionarios del DDD están preparando la actividad de este año. ¡No se la pierdan para saber más información cuando esté disponible, incluso fechas y lugares!

¡Apúntese para una próxima capacitación de apoyo de conducta positiva (*Positive Behavior Support / PBS*)!

Los familiares y personas que cuidan a los miembros están maravillados sobre la nueva capacitación

La División DDD, junto con *Raising Special Kids* (RSK), formulan nuevas capacitaciones para los familiares y personas que cuiden a los miembros, las que llaman Apoyos de Conducta Positiva (*Positive Behavior Support / PBS*). PBS se basan en lo comprobado e incluyente. Fomentan la empatía y la sensibilidad. También se concentran en las personas. Aprenda más acerca de las capacitaciones PBS mediante la página Web informativa de [Positive Behavior Support Informational](#).

La capacitación de PBS:

- **Atenderá** la historia o antecedentes de tratamiento de las personas con discapacidades del desarrollo, así como su impacto en la calidad de vida.
- **Enseñará** la importancia de tomar sus propias decisiones.

- **Explorará** los fundamentos de la conducta. Esto incluirá cómo es que los traumas y las experiencias adversas de la niñez (*Adverse Childhood Experiences / ACE*) conforman el desarrollo cerebral y la conducta.
- **Educará** en cuanto a las necesidades fundamentales, derechos y comunicación.
- **Enseñará** cómo determinar la conducta y reconocer lo que la influye.

¿Qué dice la gente sobre la capacitación PBS?

Varios familiares, así como personas que cuiden a los miembros, que tomaron la capacitación PBS dieron a saber lo que pensaban en una encuesta siguiente a la capacitación. A continuación, citamos lo que algunos dijeron. Por favor, tenga presente que se editaron las citas a fin de cumplir con la gramática:

“Me resultó muy esclarecedor que, a pesar de mis años de capacitación como enfermera, y como madre de una hija con necesidades especiales, todavía me queda tanto por aprender.”

“Aprendí mucho hoy sobre cuidados atentos a traumas (*trauma-informed care*).”

“Disfruté de los ejemplos con detalles de técnicas de apoyo a la conducta positiva. Los instructores fueron muy serviciales y respondieron a todas mis preguntas.”

Detalles y horarios de capacitación PBS

La capacitación PBS se ofrecerá una vez al mes en distintos días y horarios. Visite la página Web de [Raising Special Kids website](#) para inscribirse en una capacitación PBS próxima.

Podrá enviar sus preguntas a Wendi Scharnhorst, de *Raising Special Kids*.

Wendi Scharnhorst
 Director, Project Development
 Raising Special Kids
 602-242-4366
info@raisingspecialkids.org

Hay un video de Orientación sobre el Plan Olmstead disponible en la página Web del Plan Olmstead de AHCCCS

**A continuación, parte de lo que nos indicó un mensaje de correo electrónico que nos enviaron de AHCCCS el 27 de junio del 2024:*

AHCCCS ha generado un nuevo video de orientación sobre el Plan Olmstead disponible para los derechohabientes de la comunidad que se interesen en aprender sobre el precedente de la Corte Suprema Federal en el caso Olmstead y el Plan Olmstead de Arizona.

El propósito de este video de orientación sobre el Plan Olmstead será proporcionar fundamentos para su entendimiento del Plan Olmstead, lo cual cubrirá los temas siguientes:

- Antecedentes del caso Olmstead y la decisión de la Corte Suprema Federal
- enfoque del caso Olmstead en Arizona
- componentes del Plan Olmstead y cómo leerlo
- cómo mantenerse conectado/a con Olmstead

Queda en la completa libertad de compartir este video de capacitación con toda otra persona que le parezca que pudiera sacar provecho de aprender los fundamentos del precedente Olmstead y el Plan Olmstead de Arizona; incluso podrá enseñarles el video, incluso enseñarlo en reuniones o foros de la comunidad, cuando sea posible.

Para conseguir este video de orientación, visite a <https://www.azahcccs.gov/olmstead> y haga clic En el acordeón con el título "Olmstead Orientation Video".

Olmstead es una decisión de la Corte Suprema Federal en el 1999 que proporcionó el marco legal para los esfuerzos del gobierno federal y los gobiernos estatales para integrar a personas con discapacidades (en particular, las que estén en peligro de que los envíen a una institución en sus comunidades. La decisión Olmstead tiene el propósito de eliminar segregación innecesaria de miembros de la comunidad en grande y de asegurarse de que los miembros reciban servicios en el ambiente más integrado que sea apropiado para sus necesidades.

ESQUINA DE LA SEGURIDAD

¿Tiene diabetes? ¡Proteja sus pies!

Si tuviera diabetes, resulta importante cuidar bien sus pies. Aquí le ofrecemos sugerencias para cuidar los pies del [Colegio Estadounidense de Cirujanos de Pies y Tobillos](#) y la [Asociación Estadounidense de la Diabetes](#).

Use calzado bueno

Usar calzado incómodo pudiera causar irritación de la piel u otros peligros de la salud de los pies. El calzado correcto pudiera ser una de las mejores medidas preventivas para ayudarle a cuidar la salud de sus pies. Elija calzado que sea cómodo, apoye bien sus pies y le quede bien ajustado.

Cuidados de los pies a diario

Lávese los pies a diario con agua tibia y jabón y una toallita suave o esponja. Séquese bien entre los dedos de los pies. Revise por si tuviera señales de infección y áreas agrietadas, sobre todo los talones. Si tuviera llagas, cortaduras, ampollas, callos o grietas, llame a su doctor(a).

Humedézcase los pies

Use un humectante suave en la piel seca, pero evite que le caiga entre los dedos de los pies. Los humectantes pueden ayudar a evitar la comezón y el agrietamiento.

Recórtese las uñas de los pies

Recórtese las uñas rectas por arriba. No recorte las esquinas de las uñas ni use nada agudo para limpiar por debajo de las uñas.

Proteja sus pies

No camine descalzo/a, sobre todo en la nieve, la lluvia o la tierra.

Estire sus pies

Saque un ratito durante el día para hacer estiramientos y ejercicios de los pies. Doblar periódicamente los tobillos, mover los dedos de los pies y estirar la pantorrilla puede ayudar a mantener la circulación debida en sus pies.

Elija el tiempo correcto para medirse y ajustarse el calzado

Ya que los pies se pueden hinchar a través del día, pruébese el calzado más entrado el día, cuando sus pies están ensanchados. Esto le ayudará a asegurarse de que el calzado le quede cómodo cuando lo use a diario. Asegúrese de medirse los dos pies y siempre pida una talla más grande.

Use calcetines que le queden bien

Asegúrese de usar calcetines que les queden bien a sus pies. Preste atención al ancho del pie y el tobillo. También consiga calcetines que no le ahorquen la circulación. Usar calcetines sin costuras puede ayudar a prevenir la irritación de la piel.

Controle su peso

Estar sobrepeso puede afectar sus pies y aumentar los peligros de la salud, tales como artritis, dolor u otras complicaciones de los pies. También pudiera estar en peligro de mala circulación de la sangre u otros problemas de la salud que pudieran causar que perdiera la sensación en los pies. Trate de hacer actividades de bajo impacto, tales como: nadar, correr bicicleta o remar.

Juntas públicas (*Town Hall Meetings*)

La División DDD auspicia juntas públicas para miembros, familiares y proveedores. Podrá conectarse por Internet (en línea) o teléfono. Las personas que asistan también podrán hacer preguntas. **La próxima junta pública será el jueves 5 de septiembre del 2024.** Para más detalles sobre cómo conectarse, visite la página Web <http://bit.ly/dddtownhall>.

Recursos Comunitarios

La División DDD tiene información sobre grupos locales, estatales y nacionales que apoyan a los miembros y a sus familiares. La página Web de la División DDD tiene enlaces a varios de estos grupos que ayudan en tareas de a diario y otros servicios que la División DDD tal vez no cubra. [Visite la sección de recursos comunitarios del sitio web de la DDD](#) o el Directorio 2-1-1 en <https://211arizona.org>.

Línea telefónica de apoyo entre pares (Warmline) de Arizona

Hay especialistas capacitados en apoyo entre pares disponibles para brindarle ayuda si la necesita. Estas líneas de apoyo entre pares están disponibles para todas las personas mayores de 18 años que viven en Arizona. Los especialistas capacitados en apoyo entre pares han vivido en carne propia los desafíos de la salud conductual. Tienen la capacitación para escucharlo y apoyarlo.

Área cubierta	Proveedor	Número de teléfono	Horas
Todos los condados de Arizona	NAZCARE	1-888-404-5530	De 4:30 p.m. a 10 p.m. los siete días de la semana
El centro de Arizona	Crisis Response Network	602-347-1100	Las 24 horas
Sur de Arizona y en condado Pima	Hope, Inc	520-770-9909	De 8 a.m. a 10 p.m. Abierto los siete días de la semana, los 365 días del año y días festivos de 8 a. m. a 6 p. m.
Sur de Arizona y todos los otros condados	Hope, Inc	1-844-733-9912	De 8 a. m. a 10 p. m. Abierto los siete días de la semana, los 365 días del año y días festivos de 8 a. m. a 6 p. m.

El Family Involvement Center (Centro de Participación Familiar) ofrece una línea de apoyo entre pares para los familiares. Ofrece apoyo a los familiares de una persona con problemas de salud conductual. Este servicio también está disponible sin costo alguno.

- Número de teléfono estatal: 1-877-568-8468
- Horario: De lunes a viernes: De 8:30 a. m. a 5:00 p. m.

Servicios en caso de crisis

Si usted, un familiar o un amigo tiene una emergencia de salud mental, busque ayuda inmediatamente. El personal de crisis capacitado está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana para ayudar por teléfono, mensaje de texto, o chat. Las líneas de crisis no tienen costo alguno, son confidenciales y están abiertas a cualquier persona que necesite ayuda. Para situaciones de urgencias médicas, policiales y de bomberos, siempre llame al 911.

Líneas nacionales directas en caso de crisis disponibles las 24 horas del día

Por teléfono

- 988 Línea de ayuda en caso de crisis y riesgo de suicidio: 988
- Línea nacional directa para personas con problemas de abuso de sustancias y trastorno por el uso de sustancias: 1-800-662-HELP (4357)

Mensajes de texto

- Envíe un mensaje de texto con la palabra "HOME" al 741741
- Envíe un mensaje de texto al 988

Chat

- Enlace de chat para 988: <https://988lifeline.org/chat>

Videoteléfono

- Visite el sitio web [988 website](#) y vaya hacia abajo de la página en donde dice “ASL NOW.”

Para usuarios de TTY

- Use su servicio de retransmisión preferido o marque 711, luego 988

Para las personas sordas, con problemas de audición, sordociegas y con sordera de aparición tardía, y sus familias

- Contacte a [DeafLEAD](#), que brinda acceso a intérpretes por videoteléfono las 24 horas del día en caso de crisis y servicios de intervención en caso de crisis.
 - Teléfono de voz: (573) 445-5005
 - Videoteléfono: (573) 303-5604
 - Teléfono gratuito: (800) 380-DEAF
 - Mensaje de texto: HAND al 839863

Línea directa en caso de crisis para todo el estado de Arizona

- Teléfono: 1-844-534-4673 (HOPE)
- Mensaje de texto: 4HOPE (44673)
- Chat: [Chatee con un especialista en casos de crisis](#)

Línea de ayuda en caso de crisis y riesgo de suicidio por condado

- Condado de Apache: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Cochise: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Coconino: Care1st, 1-877-756-4090
- Condado de Gila: Mercy Care, 1-800-631-1314
- Condado de Graham: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Greenlee: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de La Paz: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Navajo: Care1st, 1-877-756-4090
- Condado de Maricopa: Mercy Care, 1-800-631-1314
- Condado de Mohave: Care1st, 1-877-756-4090
- Condado de Pima: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Pinal: Mercy Care, 1-866-495-6735
- Condado de Santa Cruz: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Yuma: Arizona Complete Health - Plan de atención integral, 1-866-495-6735
- Condado de Yavapai: Care1st, 1-877-756-4090
- Comunidad Indígena Ak-Chin: 1-800-259-3449
- Comunidad Indígena de Gila River: 1-800-259-3449
- Comunidad Indígena Salt River Pima Maricopa: 1-855-331-6432
- Nación Tohono O'odham: 1-844-423-8759

Línea especialmente para adolescentes

- Teléfono o mensaje de texto de Teen Lifeline: **602-248-TEEN (8336)**

Línea especialmente para veteranos

- Línea en caso de crisis para veteranos: 988 (presione 1)
 - Manténgase conectado: 1-866-4AZ-VETS (429-8387)
-

Reporte algún fraude, desperdicio o abuso

El fraude, el desperdicio y el abuso de Medicaid son delitos. Reporte inmediatamente si sospecha algún fraude, desperdicio o abuso. No tendrá problemas ni perderá servicios si reporta cualquier sospecha de fraude, desperdicio o abuso.

Puede reportarle a la DDD alguna sospecha de fraude, desperdicio y abuso de las siguientes maneras:

- Al llamar a la DDD al 1-877-822-5799
- Al enviar un correo electrónico a dddfwa@azdes.gov
- Al enviar una carta a DES/DDD, Attn: Corporate Compliance Unit, 1789 W Jefferson St., Mail Drop 2HA1, Phoenix, AZ 85007
- Al llenar este formulario en línea.

También puede informar sobre algún fraude, desperdicio y abuso a AHCCCS.

- Formulario en línea para reportar algún fraude, desperdicio y abuso a AHCCCS: <https://www.azahcccs.gov/Fraud/ReportFraud/onlineform.aspx>
 - Fraude de proveedores
 - En Arizona: 602-417-4045
 - Fuera de Arizona: 1-888-ITS-NOT-OK (1-888-487-6686)
 - Reportar un fraude de miembros:
 - En Arizona: 602-417-4193
 - Fuera de Arizona: 1-888-ITS-NOT-OK (1-888-487-6686)
 - Si tiene alguna pregunta sobre el fraude, abuso del programa o abuso de un miembro de AHCCCS, envíe un correo electrónico a la Oficina del Inspector General (OIG) de AHCCCS a AHCCCSFraud@azahcccs.gov.
-

Manténgase al día

Ya están disponibles las versiones anteriores de los boletines de OIFA para que los pueda leer en el sitio web de la DDD. Visite la página [de servicios para los miembros](#) y haga clic en la sección “Boletines para miembros”.

La DDD está aquí para ayudarle

Favor de comunicarse con su coordinador de apoyo o con el Centro de atención al cliente de la DDD al 1-844-770-9500 ext. 1 (TTY/TDD 711) si tiene alguna pregunta.

Llame al Centro de atención al cliente de la DDD al 1-844-770-9500 ext. 1, TTY/TDD 711, para solicitar este material en otros formatos. La ayuda en otros idiomas está disponible sin costo alguno para usted.