

CARROLL COUNTY FAMILY CONNECTION



— CARROLL COUNTY —
family connection™



EQUIPO DE TRABAJO DE SALUD MENTAL PARA JÓVENES

Una Guía de Salud Mental Para Padres



El Equipo de Trabajo de Salud Mental Para Jóvenes del Condado de Carroll

Nuestro objetivo es aumentar el conocimiento acerca de los recursos disponibles en la comunidad, ofrecer apoyo y garantizar el bienestar emocional de las familias y los jóvenes de nuestra comunidad.

Visualizamos una comunidad sin estigma de salud mental, una comunidad educada que mantiene conversaciones que conducen a soluciones. Queremos ver a nuestros jóvenes y familias prosperar y tener los recursos que necesitan. Este kit de herramientas le brindará información sobre varios términos, señales de advertencia e información importante para guiarlo y apoyarlo a usted y a su familia.

TABLE OF CONTENTS

Introducción	01
Señales de advertencia	02
Factores de riesgo y protección	03
Apoyo y tratamiento	04
Otros programas	05
Líneas de crisis y recursos locales	06
Salud Mental en el hogar	07
Equipo de Trabajo de Salud Mental para Jóvenes del Condado de Carroll	08



INTRODUCCIÓN

En Georgia:

- 2 de cada 5 niños tienen problemas para acceder a los servicios de salud mental que necesitan.
- 1 de cada 8 adolescentes sufre depresión.
- La mitad de los trastornos de salud mental comienzan a los 14 años.
- 7 de cada 10 jóvenes en la justicia juvenil tienen un diagnóstico de salud mental.

Nuestro compromiso con nuestra juventud nos recuerda la importancia de educarnos activamente a nosotros mismos y a los demás y trabajar juntos para erradicar el estigma que existe hacia la salud mental.

Entendemos que los niños mentalmente sanos tendrán mejores habilidades para afrontar la vida. Tener una calidad de vida positiva permite a los jóvenes desenvolverse bien en el hogar, en la escuela y en sus comunidades.

Los jóvenes que enfrentan trastornos de salud mental pueden experimentar desafíos en sus hogares, escuelas, comunidades y en sus relaciones. Sin embargo, la angustia mental es temporal. La mayoría de los jóvenes con una enfermedad mental pueden superar con éxito los desafíos de los trastornos de salud mental con tratamiento, apoyo de pares, servicios profesionales y el apoyo de familiares y amigos.



SEÑALES DE ADVERTENCIA

Si un joven tiene una constelación de factores de riesgo, es importante buscar ayuda para el joven y su familia. Si un familiar o amigo está preocupado, podría ser útil discutir el problema con otro familiar, amigo, consejero espiritual, pediatra de familia o médico de atención primaria.

Las señales y comportamientos a buscar incluyen, entre otros:

- Disminución del rendimiento académico.
- Luchando con malas notas en la escuela a pesar de hacer un gran esfuerzo en el aula
- Preocupación o ansiedad severa, como se muestra por la negativa regular a participar en las actividades del día a día, asistir a la escuela, conciliar el sueño o participar en actividades que son normales para la edad de un niño.
- Quejas físicas frecuentes.
- Cambios marcados en los hábitos de sueño y/o alimentación.
- Dificultades extremas para concentrarse que estorban en la escuela o en casa.
- Conductas sexuales de riesgo.
- Depresión que se manifiesta por un estado de ánimo y una actitud negativos sostenidos y prolongados, a menudo acompañados de falta de apetito, dificultad para dormir o pensamientos de muerte.
- Cambios de humor severos
- Consumo repetido de alcohol y/o drogas.

Obtenga más información sobre cómo promover, prevenir, y tratar problemas de salud mental.



FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN PARA LOS JÓVENES

La adolescencia es una época importante para desarrollar hábitos sociales y emocionales saludables. Por ejemplo, los buenos hábitos incluyen mantener un horario de sueño saludable, hacer ejercicio con regularidad, desarrollar habilidades interpersonales y de afrontamiento, resolución de problemas y aprender a gestionar las emociones. Además, son esenciales entornos protectores y de apoyo en la familia, la escuela y la comunidad. La presencia o ausencia de diversas combinaciones de factores protectores y de riesgo contribuye a la salud mental de los jóvenes, y se pueden realizar esfuerzos para promover una salud mental positiva y prevenir o reducir los problemas de salud mental.

Factores de Riesgo	Dominios	Factores de Protección
<ul style="list-style-type: none"> - Genero femenino - pubertad temprana - Temperamento difícil: inflexibilidad, bajo estado de ánimo positivo, retraimiento, falta de concentración. - Baja autoestima, percepción de incompetencia, estilo explicativo e inferencial negativo. - Ansiedad - Síntomas depresivos de bajo nivel y distimia. - Apego inseguro - Pobres habilidades sociales: habilidades de comunicación y resolución de problemas. - Necesidad extrema de aprobación y apoyo social. - Baja autoestima - timidez - Problemas emocionales en la infancia. - Desorden de conducta - Actitudes favorables hacia las drogas. - Rebeldía - Uso temprano de sustancias - Comportamiento antisocial - Lesión craneal - consumo de marihuana - Exposición infantil al plomo o mercurio (neurotoxinas) 	Individual	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo físico positivo - Rendimiento académico/desarrollo intelectual - Alta autoestima - Autorregulación emocional - Buenas habilidades de afrontamiento y resolución de problemas. - Compromiso y conexiones en dos o más de los siguientes contextos: escuela, con compañeros, atletismo, empleo, religión, cultura.
<ul style="list-style-type: none"> - Depresión de los padres - Conflicto entre padres e hijos - Mala paternidad - Ambiente familiar negativo (puede incluir abuso de sustancias por parte de los padres) - Abuso/maltrato infantil - Familia monoparental (solo para niñas) - Divorcio - Conflicto matrimonial - Conflicto familiar - Padre con ansiedad - Conflicto entre padres y matrimonio - Conflicto familiar (interacciones entre padres e hijos y entre hijos) - Uso de drogas/alcohol por parte de los padres. - Desempleo de los padres - Uso de sustancias entre los padres. - Falta de supervisión de un adulto. - Escaso apego con los padres. - Disfunción familiar - Familiar con esquizofrenia. - Mala supervisión de los padres - Depresión de los padres - Abuso sexual 	Familia	<ul style="list-style-type: none"> - La familia proporciona estructura, límites, reglas, seguimiento y previsibilidad.
<ul style="list-style-type: none"> - Rechazo de pares - Eventos estresantes - Bajo rendimiento académico. - Pobreza - Eventos estresantes o traumáticos a nivel comunitario. - Eventos estresantes o traumáticos a nivel escolar. - Violencia comunitaria - La violencia escolar - Pobreza - Evento traumático - fracaso escolar - Bajo compromiso con la escuela. - No ir a la universidad - Agresión hacia sus compañeros. - Relacionarse con compañeros que consumen drogas. - Las normas sociales/comunitarias favorecen el consumo de alcohol y drogas. - Configuración urbana - Asociarse con compañeros desviados - Pérdida de una relación cercana o de amigos. 	Escuela, vecindario, y comunidad.	<ul style="list-style-type: none"> - Relaciones de apoyo con los miembros de la familia. - Expectativas claras de comportamiento y valores.

APOYO Y TRATAMIENTO

Entendemos que necesitamos apoyar a nuestra juventud y debemos vincular el apoyo y el tratamiento dentro de un modelo integrado. Los jóvenes que padecen enfermedades mentales enfrentan muchas barreras para acceder a la atención y, a menudo, tienen necesidades diferentes a las de los adultos. Su participación en los servicios de salud mental es una forma de abordar los problemas de calidad y acceso, brindar retroalimentación e implementar estrategias impulsadas y amigables para los jóvenes.

El enfoque de la Oficina de Niños, Adultos Jóvenes y Familias (OCFY) es apoyar el Sistema de Atención (SOC) de Georgia para niños y adultos jóvenes sin seguro, o aquellos con SSI Medicaid, y sus familias que acceden al sistema público de salud conductual. Logramos esto mediante el desarrollo de apoyos no tradicionales para jóvenes y familias que respaldan la gama tradicional de servicios disponibles a través de Medicaid.

Para obtener ayuda para acceder a estos servicios de salud mental, comuníquese con su oficina regional.

Servicios básicos y especializados:

Los servicios básicos y especializados incluyen evaluación/valoración, diagnóstico, asesoramiento y medicación, terapia (individual, grupal y familiar), servicios de apoyo comunitario, evaluaciones de crisis y servicios médicos. Estos servicios se brindan en clínicas y otros lugares según sea necesario, incluidos hogares, escuelas, centros de detención y otros entornos comunitarios. Si necesita servicios para personas sordas, con problemas de audición o sordociegos, visite [Servicios para sordos](#).

MATCH (Equipo de tratamiento de múltiples agencias):

En 2021, la Legislatura del Estado de Georgia aprobó el Proyecto de Ley 1013 de la Cámara de Representantes, “Ley de Paridad en Salud Mental”. En esta legislación se incluyó el establecimiento de MATCH (Tratamiento de múltiples agencias para niños) dentro del Departamento de Salud Conductual y Discapacidades del Desarrollo de Georgia (DBHDD). Servicios móviles de respuesta a crisis (MCRS):

Los Servicios Móviles de Respuesta a Crisis (MCRS) brindan respuesta a crisis cara a cara, basada en la comunidad, las 24 horas del día, los siete días de la semana, a personas en un estado activo de crisis. MCRS ofrece servicios de salud conductual a corto plazo para personas necesitadas que quizás no hayan podido mantener la estabilidad con éxito. Se puede acceder a MCRS a través de la Línea de Acceso y Crisis de Georgia (GCAL) llamando al (800) 715-4225.

Programa Apex de Georgia:

El programa Georgia Apex se centra en tres objetivos:

1. Para brindar un mayor acceso a los servicios de salud mental para los estudiantes,
2. Prever la detección temprana de las necesidades de salud mental de los estudiantes, y
3. Crear y mantener la coordinación entre los proveedores comunitarios de salud mental de Georgia y las escuelas y distritos escolares locales en los que residen.

El programa está anclado a la red de proveedores DBHDD (proveedores inscritos de Nivel I y Nivel II).

OTROS PROGRAMAS

PRIMEROS AUXILIOS DE SALUD MENTAL DE JÓVENES

Los primeros auxilios para la salud mental de los jóvenes empoderan a una amplia gama de personas, incluidos padres, vecinos, maestros y profesionales de la salud. Este es un programa para que los adultos interactúen con los jóvenes y les brinda información sobre el desarrollo juvenil y los problemas de salud mental. Este programa brinda a los adultos los recursos para actuar responsablemente y ofrecer apoyo inmediato a los jóvenes en riesgo.

VOICES FOR GEORGIA'S CHILDREN

Tienen un enfoque multifacético para el bienestar de los niños en Georgia. Promueven el cambio sistémico, entendiendo que los problemas de salud mental son esenciales para el bienestar de los niños.

MENTAL HEALTH AMERICA OF GEORGIA

La misión de Mental Health America of Georgia es esforzarse por mejorar la salud mental y el bienestar de los georgianos a través de la educación, la divulgación y la promoción. Prevén que los georgianos obtendrán mejores resultados de bienestar mental al educar a la comunidad sobre la salud mental, promover el bienestar mental y garantizar políticas que apoyen las enfermedades, la salud y el bienestar mental.

KIDS ON THE BLOCK

Kids on the Block transforma la forma en que los niños ven el bienestar mental a través de un programa de marionetas único y atractivo. El programa está diseñado para abordar desafíos emocionales comunes y alentar a los niños a discutir abiertamente los factores estresantes que encuentran en la escuela, el hogar o en cualquier otro entorno.

PROGRAMA DE ACCESO AL EMPORDERAMIENTO DEL LIDERAZGO (LEAP)

Un programa de capacitación diseñado para mejorar habilidades en desarrollo profesional, liderazgo y resiliencia personal para jóvenes y adultos jóvenes de 16 a 26 años. El programa ofrece capacitación sobre bienestar mental, autoempoderamiento, crecimiento personal y habilidades para la vida en su camino hacia el logro de las metas vocacionales deseadas.

APRENDIZAJE PARA ALCANZAR BIENESTAR (OWL)

Estos seminarios enseñan a las personas a reconocer los signos y síntomas de una enfermedad mental, practicar estrategias efectivas para obtener o mantener una buena salud y encontrar ayuda más rápidamente para las afecciones de salud mental.

AMERICAN FOUNDATION FOR SUICIDE PREVENTION (AFSP)

Su misión es salvar vidas y llevar esperanza a los afectados por el suicidio. Tienen cuatro estrategias principales: financiar la investigación científica, educar al público sobre la salud mental y la prevención del suicidio, defender políticas públicas en salud mental y prevención del suicidio y apoyar a los sobrevivientes de una pérdida por suicidio y a los afectados por el suicidio.

LÍNEAS DE CRISIS

<u>988</u>	988
<u>Crisis Text Line</u>	Enviar Texto HOME a 741741
<u>Georgia Crisis Line</u>	1-800-715-4225
<u>CARES Warm Line</u> (Abuso de Sustancias)	1-844-326-5400
<u>Childhelp National Abuse</u> (Ayuda Abuso de niños)	1-800-4-A-Child (1-800-422-4452)
<u>National Domestic Violence Hotline</u>	1-800-799-SAFE (1-800-799-7233)
<u>NAMI</u> (National Alliance for Mental Illness)	1-800-950-NAMI) (6264) Text: 2640
<u>RAINN</u> (Red Nacional Violación, Abuso, Incesto)	1-800-656-HOPE (1-800-656-4673)
<u>The TREVOR project</u> (LBGTQ+)	1-866-488-7386 or Text 678 or <u>chat</u>
<u>Pathways Center</u>	1-888-247-9048 - 678-854-6394
<u>Peer to Peer Warm Line</u>	1-888-945-1414
<u>SAMHSA National Helpline</u>	1-800-662-HELP (4357)
<u>Veteran Crisis Line</u>	1-800-273-8255
<u>Willowbrooke at Tanner</u>	770-812-9551
<u>Carroll County Crisis Response Team</u>	404-450-0555 (no llamadas de emergencia) Para solicitar CCRT en una situación de crisis marque 911

RECURSOS LOCALES DE SALUD MENTAL

KidsPeace Bowdon 101 KidsPeace Drive Bowdon, Georgia 30108 - 800-257-3232.

Pathways 153 Independence Drive Carrollton, GA 30116 - 770-836-6678
Pathways Center es una organización líder en atención de salud conductual que atiende a niños, adolescentes y adultos y aborda una variedad de problemas de salud mental y abuso de sustancias.

Willowbrooke en Tanner

Centro de Asesoramiento Willowbrooke Carrollton, Villa Rica, GA - 770-812-8863

Centro psiquiátrico Willowbrooke

Niños y Adolescentes - Adultos - Villa Rica, GA 770-812-3530

Willowbrooke en Tanner/Villa Rica

20 Herrell Road | Villa Rica, Georgia 30180 - 770-812-3266

Willowbrooke en Tanner/Carrollton

523 Dixie Street, Suite 1 | Carrollton, Georgia 30117 - 770-812-8788

Un examen gratuito y confidencial de salud mental o abuso de sustancias es el primer paso para determinar el nivel de atención que necesita. Después de su evaluación, el equipo de consejeros y terapeutas dirigido por psiquiatras trabajará con usted para desarrollar un tratamiento personalizado y un plan de recuperación. Para programar su evaluación gratuita y confidencial, llame al 770-812-3266.

Hay una línea de ayuda las 24 horas, 770-812-9551, puede comunicarse con un consejero de admisión en cualquier tiempo.

SALUD MENTAL Y BIENESTAR EN CASA

Lista de control para poder mantener tu bienestar mental:

- Dormir lo suficiente.
- Consumir comidas saludables y balanceadas.
- Hacer ejercicios.
- Pasar tiempo en la naturaleza.
- Escuchar música.
- Escribir en un diario.
- NO a pensamientos negativos.
- Conectar con familia y amigos.
- Tiempo para relajarse.
- Brindarse algo que disfrute.

¿Qué puede hacer usted para apoyar el bienestar mental de su niño o adolescente?

- Consulte con su niño o adolescente. Pregúnteles cómo se sienten y cómo van las cosas en sus vidas. Asegúrese de prestar atención a los cambios en su comportamiento y sus palabras.
- Escuche más y escuche lo que dice su hijo. Es posible que no le pidan que resuelva un problema, es posible que solo quieran que los escuche y los acepte.
- Fomente las conversaciones, asegurándose de validar sus sentimientos y reconociendo que los comprende y que los escucha.
- Anime a su hijo a conocer y etiquetar sus emociones y a aceptar todas las emociones.
- Recuerde que usted es el ejemplo de vida de su hijo. Sus hijos adoptarán sus hábitos, así que haga todo lo posible para predicar con el ejemplo y seguir hábitos más saludables, y guíe a su familia hacia este estilo de vida.

Ejemplos de cómo mejorar el bienestar mental de su familia:

- Construya una relación fuerte y positiva entre padres e hijos.
- Establezca un tiempo semanal en familia para compartir una actividad.
- Tómese tiempo para el juego dirigido por el niño, juego uno a uno en el que su hijo lidere.
- Disminuye el estrés y los conflictos sin dejar de apoyar las actividades normales.
- Establezca rutinas diarias que respalden los hábitos de salud para ayudar a los niños a saber qué esperar y de qué depender.
- Trabaje en su propio bienestar y afrontamiento para ser un buen modelo a seguir para su hijo.
- Limite el tiempo con las pantallas.
- Sea creativo con el tiempo del arte.
- Reflexione sobre aquello por lo que está agradecido.
- Construya amistades, conexiones y apoyos comunitarios para su hijo y su familia.

GRUPO DE TRABAJO DE SALUD MENTAL PARA JÓVENES DEL CONDADO DE CARROLL

Desde 2021, el Grupo de Trabajo sobre Salud Mental para Jóvenes del Condado de Carroll ha estado trabajando con varias agencias y partes interesadas de la comunidad para brindar apoyo entre compañeros, recursos, concientización y educación a la comunidad del Condado de Carroll. Hay cuatro clubs de salud mental en nuestras escuelas. S.T.A.N.D. Más Fuertes Juntos Y Nunca Indefensos, que están en Central Middle School, Central High School y Bowdon High School. En Carrollton High School, existe Bring Change 2 Mind.

Si su hijo asiste a alguna de estas escuelas, anímelo a pertenecer a estos clubs.

Para Padres y Tutores, en Octubre del 2023, se inició un Café de Padres, que se reúne el tercer miércoles del mes a las 5:30 p.m. Para aquellos interesados, envíenos un correo electrónico o llame al 770-214-2080.

Para los jóvenes, iniciaremos un Café Juvenil, que comenzará a reunirse en agosto de 2024, regístrese.

PÁGINA DE INTERNET

Nuestro sitio web es un recurso comunitario y le pedimos que nos informe si nos falta alguna información. www.ccyouthmentalhealth.org

Puede descargar la Guía de recursos en el sitio web. Si desea tener una copia impresa, háganoslo saber o puede escanear el código QR.

