

Lista de recursos de la iniciativa Community Health Equity

Recursos generales

- Para conectarse con los recursos y servicios de su comunidad, [llame al 2-1-1](tel:212), use el [chat en directo](#) o visite <https://www.mass211.org/>
- Para buscar recursos y servicios locales relacionados con las necesidades de salud y servicios sociales, visite: <https://massachusetts.networkofcare.org/mh/services/index.aspx>
- Para conectarse con recursos y servicios en el **oeste de Massachusetts**, visite **413 Cares**: <https://www.413cares.org/>

Recursos temáticos y comunitarios específicos

- El [Immigrants' Assistance Center \(Centro de Asistencia a Inmigrantes\)](#) ayuda a los inmigrantes a satisfacer necesidades humanas básicas y a obtener la ciudadanía estadounidense, un empleo y la autosuficiencia económica a través de la administración de casos, apoyo para la ciudadanía y preparación laboral.
- [La Alianza Hispana](#) ofrece programas de salud y educación, incluidas visitas al hogar familiar, programas para adultos mayores y atención de la salud de adultos durante el día.
- [La Colaborativa](#) comparte información y recursos sobre alimentos, desarrollo laboral, servicios de vivienda, servicios para la ciudadanía y clases de inglés.
- El [Spanish American Center \(Centro Hispanoestadounidense\)](#) brinda servicios como información y derivaciones, clases de inglés como segundo idioma y de educación cívica, capacitación para el liderazgo, asistencia con la seguridad alimentaria a través del suministro de alimentos a las personas sin hogar y despensas de alimentos en la comunidad, actividades dirigidas a adultos mayores, asesoramiento para mujeres y niños golpeados, y derivación para personas sin hogar.

Niños y jóvenes con necesidades médicas especiales

- Servicios médicos y sociales para **niños y jóvenes con discapacidades y necesidades médicas especiales** y sus familias: <https://www.mass.gov/topics/services-for-children-and-youth-with-special-health-needs>

COVID-19

- **Actualizaciones, información y recursos relacionados con la COVID-19**, incluido dónde vacunarse la próxima vez: <https://www.mass.gov/covid-19-updates-and-information#get-help->
- Información sobre los cuidados por **COVID persistente y posCOVID**, apoyo e investigación, visite: <https://northamptonma.gov/2402/Post-COVID-Long-Covid-Resources>

Sistema jurídico penal

- Recursos para la familia y los amigos de personas que están dentro del **sistema jurídico penal**, incluido cómo encontrar y ponerse en contacto con un recluso: <https://www.mass.gov/resources-for-family-and-friends-of-inmates>
- **Servicios jurídicos y de apoyo** para personas que están actualmente o estuvieron dentro del sistema jurídico penal: <https://www.hrw.org/news/2010/07/15/massachusetts-prison-resources>
- Recursos e información sobre **cuestiones jurídicas y sistema de menores**: <https://www.mass.gov/service-details/juvenile-justice-information>

Discapacidades

- Información sobre **derechos, acceso y recursos relacionados con la discapacidad**, incluidos vivienda, educación y servicios públicos: <https://www.mass.gov/info-details/disability-rights-access-resources>
- Servicios relacionados con **capacitación y empleo, vida en comunidad y determinación de discapacidad**: <https://www.mass.gov/orgs/massachusetts-rehabilitation-commission>

Empleo

- Información sobre **derechos y seguridad de los trabajadores**, incluida la licencia familiar y médica remunerada: <https://www.mass.gov/topics/workers-rights-safety>
- Información sobre **leyes sobre el trabajo infantil** para menores de 14 a 18 años: <https://www.mass.gov/service-details/massachusetts-laws-regulating-minors-work-hours>
- Para **denunciar condiciones laborales peligrosas**, visite: <https://www.mass.gov/how-to/file-a-workplace-complaint> o llame a la **Línea directa para un trabajo justo** al 617-727-3465.
Disponible de lunes a viernes de 10 a. m. a 4 p. m. Su empleador no puede tomar represalias contra usted por presentar una denuncia sobre una condición de trabajo peligrosa.

Seguridad ante el calor extremo:

- Para obtener información sobre **cómo protegerse durante una visita con calor extremo**: <https://www.mass.gov/info-details/extreme-heat-safety-tips>

Ayuda alimentaria y monetaria

- Para encontrar un **banco de alimentos local**, visite: <https://www.mass.gov/how-to/find-a-local-food-bank> o llame a la **línea directa FoodSource de Project Bread** a 800-645-8333 (TTY: 800-377-1292).
- Para solicitar **beneficios del SNAP** (cupones de alimentos), visite: <https://www.mass.gov/how-to/apply-for-snap-benefits-food-stamps> o llame a la **Línea de asistencia de DTA** 877-382-2363. *Disponible de lunes a viernes de 8:15 a. m. a 4:45 p. m.*
- Información sobre **beneficios de emergencia del SNAP**: <https://www.mass.gov/service-details/emergency-snap-benefits>
- Para solicitar **beneficios de WIC**, visite: <https://www.mass.gov/how-to/apply-for-the-women-infants-children-wic-nutrition-program> o llame al 800-942-1007.

Acceso a la atención médica

- Para renovar su cobertura de **MassHealth** o saber si es elegible para MassHealth, visite: <https://www.mass.gov/masshealth-eligibility-redeterminations> o llame al 800-841-2900 (TDD/TTY: 711).
- Si necesita ayuda para contratar un seguro médico, atención médica o medicamentos, llame a la **línea de ayuda de Health Care for All** al 800-272-4232 o llene el formulario aquí: <https://hcfama.org/health-insurance-help/>
- Información y asesoramiento sobre seguros médicos para los beneficiarios de **Medicare** y sus familiares: <https://www.mass.gov/health-insurance-counseling>
- Información sobre cómo **acceder a servicios de aborto**: <https://www.mass.gov/accessing-abortion-care-in-massachusetts>

Ayuda para la vivienda

- Para solicitar **servicios de acogida**, llame al **Programa de Ayuda de Vivienda de Emergencia** al 866-584-0653. *Disponible de lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m.; traducción disponible.*
- Información sobre el Programa de **Asistencia de Vivienda de Emergencia** y recursos de vivienda locales: <https://www.mass.gov/emergency-housing-assistance-programs>
- Información sobre cómo obtener **ayuda para la vivienda**, incluida ayuda para el alquiler y viviendas públicas: <https://www.mass.gov/guides/a-guide-to-obtaining-housing-assistance>
- Para obtener ayuda y soporte para **jóvenes sin vivienda y que piensan fugarse**, llame a la Línea segura para los jóvenes fugados al 1-800-786-2929 o envíe SAFE y su ubicación actual (dirección, ciudad, estado) al 44357(4HELP). *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*

Inmigrantes y refugiados

- Recursos para refugiados e inmigrantes, incluidos recursos **financieros, de empleo y de educación**: <https://www.mass.gov/orgs/office-for-refugees-and-immigrants> o llame al 617-727-7888 (TTY: 617-727-8147). *Disponible de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m.*
- Información para inmigrantes, incluidos **recursos legales**: <https://www.boston.gov/departments/immigrant-advancement#get-help>
- **Servicios comunitarios** para refugiados, asilados e inmigrantes: <https://www.riacboston.org/> o 617-238-2430. *El Centro de ayuda a refugiados e inmigrantes (RIAC) tiene oficinas en Boston, Lynn y Worcester.*
- **Recursos educativos** para inmigrantes y refugiados, incluidos los **niños que están aprendiendo inglés**: <https://www.doe.mass.edu/ele/families/>

Acceso a internet

- Para saber si es elegible y solicitar un **descuento en el servicio de internet** a través de la Comisión Federal de Comunicaciones, visite: <https://www.fcc.gov/acp> o llame al **Centro Federal de Soporte de ACP** al 877-384-2575.

Recursos para LGBTQIA+:

- **Recursos de bienestar para LGBTQIA+**, incluidos los específicos para jóvenes LGBTQIA+: [Comisión sobre asuntos de jóvenes LGBTQ Massachusetts](https://linktr.ee/malgbt) (<https://linktr.ee/malgbt>).
- Para conectarse con apoyo y recursos comunitarios para personas trans o con dudas, llame a la **Línea de vida trans** al 877-565-8860 o visite <https://translifeline.org/>
- Recursos locales disponibles para **adultos mayores LGBTQIA+**, incluido el **Proyecto Fenway de salud para personas mayores LGBTQIA+**: <https://fenwayhealth.org/the-fenway-institute/lgbtqia-aging-project/resources/>

Salud mental

- Para obtener apoyo confidencial para **personas que sufren, prevención y recursos en caso de crisis**, llame a la **Línea de crisis y prevención del suicidio** al 988 o visite <https://988lifeline.org/>
- Para obtener la información de contacto del equipo más cercano de **Intervención móvil en crisis (MCI)** para brindar apoyo a alguien que está sufriendo una **crisis de salud mental o por consumo de sustancias**, llame al 877-382-1609. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana. Los servicios MCI están a disposición de las personas que cuentan con cobertura de MassHealth, Medicare y algunos otros planes de seguro, así como de quienes no tienen seguro.*

- Para conectarse con los servicios de salud mental y consumo de sustancias, llame o envíe un mensaje a la **Línea de ayuda de salud mental** al 833-773-2445 o inicie un chat en masshelpline.com/chat. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*
- Para obtener información sobre **opciones de servicios de salud mental y consumo de sustancias y encontrar un proveedor local**, visite: <https://www.mabhaccess.com/Home.aspx>
- **Educación, apoyo y capacitaciones** para personas que sufren afecciones de salud mental y sus familiares: <https://namimass.org/>

Crianza y familias

- **Recursos de soporte educativo** para estudiantes y familias: <https://www.doe.mass.edu/sfs/>
- Para hablar con alguien sobre el **estrés parental** o conectarse con **recursos locales sobre crianza**, visite <https://www.parentshelpingparents.org/stressline> o llame al 1-800-632-8188. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*
- Para saber si su familia es elegible y solicitar **ayuda económica para educación y cuidados tempranos**, visite: <https://www.mass.gov/guides/early-education-and-care-financial-assistance-for-families> o llame al 877-211-6277 (TTY: 508-370-4890). *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana. Todas las llamadas son gratuitas y confidenciales. Hay servicios de interpretación en varios idiomas.*
- Para encontrar una **Agencia de recursos y derivación para el cuidado de niños**, visite: <https://www.mass.gov/service-details/child-care-resource-and-referral-agencies-ccrrs>
- Información sobre **bienestar infantil**: <https://www.mass.gov/service-details/child-welfare-information>

Apoyo en el embarazo y posparto

- Recursos de **salud mental perinatal** para mujeres y familias, incluida la depresión posparto: <https://www.mass.gov/postpartum-depression>
- Para obtener apoyo adicional antes, durante y después del embarazo, llame a la **Línea directa nacional de salud mental materna** al 1-833-852-6262. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana en inglés y en español.*
- Para encontrar apoyo local para las familias en torno a la **pérdida de bebés y embarazos**, visite <https://nationalshare.org/massachusetts>

Denuncias sobre maltrato o trata de personas:

Para denunciar daños a una persona de los grupos que se indican a continuación, use el enlace o el número de teléfono que se proporciona.

- **Niños (maltrato o negligencia reales o presuntos)**: Su oficina local del Departamento de Menores y Familias (DCF) que puede encontrar aquí <https://www.mass.gov/how-to/report-child-abuse-or-neglect> o llame a la **Línea directa Child-at-Risk** al 800-792-5200. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*
- Un **adulto mayor (de 60 años o más)** que vive en la comunidad: Oficina Ejecutiva de Asuntos Relacionados con las Personas de la Tercera Edad <https://www.mass.gov/how-to/report-elder-abuse> o llame al 800-922-2275. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*
- Una **persona en una residencia o en un hospital**: Departamento de Salud Pública al 800-462-5540 o <https://www.mass.gov/how-to/file-a-complaint-regarding-a-hospital>
- Una **persona con una discapacidad (de 18 a 59 años)**: <https://www.mass.gov/reporting-abuse-and-neglect> o llame a La Comisión de Protección a las Personas Discapacitadas al 800-426-9009. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*

- Una persona que puede ser **víctima de trata de personas**: Oficina del Fiscal General al 617-693-2011 o <https://www.mass.gov/service-details/human-trafficking-division-resources>

Violencia sexual o familiar

- Para obtener información, apoyo o ayuda en torno a **experiencias sexuales no deseadas o violencia o abuso en una relación romántica o sexual**, **llame a la SafeLink** al 877-785-2020 o acceda al [chat en directo de SafeLink en casayrmyrna.org/chat](https://casayrmyrna.org/chat). TTY: 877-521-2601. Para español, llame al 800- 930-9252.
- Para obtener apoyo o asistencia por experiencias sexuales no deseadas, llame a la **Línea directa de crisis por agresión sexual** al 800-656-4673 o visite www.rainn.org para usar la opción de chat en línea.
- Para obtener apoyo o llamar por violencia o abuso en una relación romántica o sexual, llame a la **Línea directa contra la violencia familiar** al 800-799-7233 o visite <https://www.thehotline.org/help> para usar la opción de chat en línea.
- Para obtener apoyo o ayuda para **jóvenes (de 13 a 26 años)** en torno a relaciones románticas o sexuales, llame a **Love is Respect** al 866-331-9474 (TTY: 866-331-8453), envíe: loveis al 22522, o use el chat en línea: <https://www.loveisrespect.org/>
- Si le preocupa cómo usted (o alguien cercano) está tratando a otras personas, incluida la persona con la que sale, se ve o está casado, llame a la **Línea de ayuda A Call for Change** al 877-898-3411, correo electrónico help@acallforchangehelpline.org o visite acallforchangehelpline.org para saber más sobre cómo ser una pareja segura. *La línea de ayuda es confidencial y está disponible de 10 a. m. a 10 p. m. los 365 días del año. Servicio de traducción disponible.*
- Para obtener **apoyo confidencial**, orientación o más información sobre cómo abordar **comportamientos sexualmente preocupantes** en uno mismo o en alguien que le importa, comuníquese con la **Línea de ayuda Stop It NOW** al <http://www.stopitnow.org/help-guidance> o llame al 1-888-773-8368. *Disponible de lunes a viernes de 12 a. m. a 6 p. m.*

Consumo de sustancias

- Para acceder a recursos y apoyo para personas que consumen sustancias o están en recuperación, y sus seres queridos, visite <https://helplinema.org/> o llame a la **Línea de ayuda para el consumo de sustancias** al 800-327-5050. *Disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.*
- Para acceder a recursos y apoyo para personas que **consumen tabaco y quieren dejarlo**, visite <https://makesmokinghistory.org/> o llame a la **Línea de ayuda para fumadores** al 1-800-784-8669
- Para acceder a recursos y apoyo para **jóvenes que consumen tabaco y quieren dejarlo**, visite <https://ma.mylifemyquit.org/index> o envíe "Start My Quit" al 36072
- Para encontrar un **Centro local de apoyo a la recuperación** entre pares que ofrezca educación, eventos sociales y grupos de bienestar, visite: <https://www.mass.gov/info-details/peer-recovery-support-centers>

Transporte:

- **Servicios de transporte** para los miembros de la comunidad, incluidos adultos mayores, personas con discapacidades, veteranos y personas que se desplazan diariamente al trabajo: <https://www.mass.gov/im-looking-for-transportation>

Veteranos

- Servicios de apoyo para los veteranos y sus familias, incluida la **ayuda financiera de emergencia**: <https://www.mass.gov/orgs/executive-office-of-veterans-services>

Jóvenes y adultos jóvenes

- Apoyo y recursos para **jóvenes y adultos jóvenes con experiencias vividas en varios sistemas**, incluidos de salud mental, legal y educación: <https://youthmovemassachusetts.net/>
- Información sobre un **movimiento estatal de jóvenes que luchan contra el tabaco**: <https://the84.org/>
- Para encontrar apoyo local en torno a la **pérdida de un progenitor o un cuidador**, visite: <https://nacg.org/find-support/>
- Información sobre **salud sexual y reproductiva**, incluida la pubertad, las relaciones sanas, las ETS y el control de la natalidad: <https://www.plannedparenthood.org/learn/teens> o <https://amaze.org/>