**PARA CUIDAR A SU FAMILIA**

**Recursos, servicios y programas de Massachusetts para ayudarlo a usted y a su familia.**

**Servicios de salud**

**Información para padres y cuidadores sobre vacunas infantiles**

[*https://www.mass.gov/info-details/childhood-vaccine-information-for-parents-and-caregivers*](https://www.mass.gov/info-details/childhood-vaccine-information-for-parents-and-caregivers)

La vacunación es una de las mejores formas en que los padres pueden proteger a los bebés, niños y adolescentes de 16 enfermedades potencialmente dañinas. Estas enfermedades, que se pueden prevenir con vacunas, pueden ser graves, pueden requerir hospitalización o incluso ser mortales, especialmente en bebés y niños pequeños. Los padres pueden brindarles la mayor protección cumpliendo el cronograma de vacunación recomendado.

**MassHealth Dental (Programa Dental de MassHealth) / DentalQuest**

**1-800-207-5019**

[*https://www.masshealth-dental.net/Home*](https://www.masshealth-dental.net/Home)

La salud bucal es importante para los niños, a partir del momento en que aparecen los dientes de leche por primera vez entre los seis y los doce meses de edad. Los niños deben visitar al dentista antes de cumplir su primer año. Se recomienda a las mujeres embarazadas visitar a un dentista durante y después del embarazo para garantizar una buena salud bucal. Los miembros de MassHealth pueden obtener ayuda para encontrar un dentista pediátrico o general.

**Recursos de seguridad**

**Seguridad del asiento de automóvil**

**Encuentre un sitio de inspección de asientos de automóvil cerca de usted**

[*https://www.mass.gov/service-details/find-a-car-seat-inspection-site-near-you*](https://www.mass.gov/service-details/find-a-car-seat-inspection-site-near-you)

Seleccionar e instalar el asiento de automóvil correcto es importante para prevenir lesiones graves o la muerte. Hay controles de seguridad gratuitos de asientos de automóvil en los sitios de inspección en todo el estado para que pueda asegurarse de que estén correctamente instalados.

**The Regional Center for Poison Control and Prevention**

**(Centro Regional para la Prevención y el Control de Envenenamientos)**

**1-800-222-1222**

[*http://www.maripoisoncenter.com/*](http://www.maripoisoncenter.com/)

El Centro de Prevención y Control de Envenenamientos brinda tratamiento y apoyo las 24 horas para todo tipo de intoxicaciones. Los padres o cuidadores pueden comunicarse con el centro si un niño puede haber ingerido una sustancia venenosa, haber tomado medicamentos incorrectamente, haber ingerido productos domésticos, o haber estado expuesto a cualquier sustancia química o sufrido una picadura de insecto.

**Servicios de apoyo**

**Parents Helping Parents (Padres Ayudando a Padres) Parent Stress Line (Línea de Apoyo para Padres)** [*https://www.parentshelpingparents.org/parental-stress-line*](https://www.parentshelpingparents.org/parental-stress-line)

**1-800-632-8188**

La Línea de Apoyo para Padres está disponible para padres y tutores que están abrumados o experimentando altos niveles de estrés. Si necesita a alguien con quien hablar, la Línea de Apoyo para Padres está disponible las 24 horas del día y cuenta con consejeros voluntarios capacitados que ofrecen apoyo con comprensión y sin prejuicios. Hay servicios de traducción disponibles.

**SafeLink**

**Massachusetts Department of Public Health (Departamento de Salud Pública de Massachusetts)**

**1-877-785-2020**

**TTY: 1-877-521-2601**

[*https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-safelink-resources*](https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-safelink-resources)

SafeLink es una línea directa para casos de violencia doméstica en todo el estado que está abierta las 24

horas del día. SafeLink ofrece planificación de seguridad, apoyo para sobrevivientes e información sobre refugios de emergencia. Hay servicios de traducción disponibles.



**Massachusetts Postpartum Support International Warm Line (Línea Directa de Apoyo Posparto Internacional de Massachusetts) Recursos sobre la depresión posparto para madres**

**1-866-472-1897**

[*https://www.mass.gov/service-details/postpartum-depression-resources-for-mothers*](https://www.mass.gov/service-details/postpartum-depression-resources-for-mothers)

Hay servicios de apoyo disponibles para las madres primerizas que puedan experimentar ansiedad o sentimientos de tristeza inexplicables después del parto. Hay muchos recursos disponibles para identificar cualquier signo o síntoma de depresión posparto.

**Massachusetts Immigration & Refugee Advocacy Coalition**

**617-350-5480**

**(Coalición de Defensa de Inmigrantes y Refugiados de Massachusetts o MIRA, por sus siglas en inglés)**

[*https://www.miracoalition.org/*](https://www.miracoalition.org/)

MIRA es una organización de defensa estatal que brinda información sobre los programas disponibles para inmigrantes y refugiados, incluidos los derechos de los inmigrantes y los cambios en las reglas y regulaciones de inmigración.

**Recursos para la prevención y consumo de sustancias**

**El consumo de sustancias puede afectar su salud y el bienestar de su familia. Si tiene problemas de consumo de sustancias o desea información adicional, comuníquese con su proveedor de atención médica o con uno de los programas que aparecen a continuación.**

**MA Tobacco Cessation and Prevention Program**

**1-800-784-8669**

**(Programa de Prevención y para Dejar el Tabaco de MA o MTCP, por sus siglas en inglés) / MA Smokers’ Helpline (Línea de Ayuda para Fumadores de Massachusetts)** [*https://www.mass.gov/massachusetts-tobacco-cessation-and-prevention-program-mtcp*](https://www.mass.gov/massachusetts-tobacco-cessation-and-prevention-program-mtcp)

MTCP se dedica a ayudar a los consumidores actuales de tabaco y nicotina a dejar de fumar, proteger a niños y adultos de la inhalación pasiva de humo de tabaco y mucho más.

**MA Substance Use Helpline**

**(Línea de Ayuda de Massachusetts para el Abuso de Alcohol y otras Drogas)**

**Departamento de Salud Pública de Massachusetts**

[*https://www.helplinema.org*](http://www.helplinema.org/)

**1-800-327-5050**

La Línea de Ayuda para el Abuso de Alcohol y otras Drogas proporciona información confidencial gratuita

y remisiones a servicios de tratamiento relacionados con el alcohol y otros trastornos por consumo de

sustancias.

**Journey Recovery Project (El Proyecto de Recuperación)**

**1-800-327-5050**

**Recursos para la recuperación del consumo de sustancias para personas embarazadas y en posparto**

[*https://journeyrecoveryproject.com/*](https://journeyrecoveryproject.com/)

Ya sea que se encuentre en su proceso de recuperación o de crianza, este sitio web brinda consejos, información y recursos para cuidar de usted y su familia. Si necesita ayuda para encontrar un tratamiento, llame a la Línea de Ayuda de Massachusetts para el Abuso de Alcohol y otras Drogas indicada arriba al

1-800-327-5050 (TTY: 617-536-5872).

**La marihuana y el embarazo y la lactancia**

[*https://www.mass.gov/info-details/marijuana-and-pregnancy-and-breastfeeding*](https://www.mass.gov/info-details/marijuana-and-pregnancy-and-breastfeeding)

El consumo de marihuana antes de quedar embarazada, durante el embarazo y después del parto puede afectar su salud y la de su bebé. No se recomienda consumir marihuana si está amamantando y / o cuidando a un bebé. Hable con su médico si está consumiendo marihuana y está embarazada o planea quedar embarazada.

**1-800-942-1007**

WIC Nutrition Program (Programa de Nutrición WIC) • Nutrition Division (División de Nutrición) MA Department of Public Health (Departamento de Salud Pública de Massachusetts)

Esta institución brinda igualdad de oportunidades en los servicios que provee.

**SPANISH**

Formulario nro. 140