

## Noticias y Recursos

para padres de niños con necesidades de salud especiales

Mayo 2023

### Charla de mesa de Mayo- Estrés traumático médico pediátrico: ayudar a nuestro hijos tener menos miedo en el entorno médico.

La [Red Nacional de Estrés Infantil](#) define el estrés traumático médico pediátrico como las respuestas que los niños y las familias tienen al dolor, lesión, enfermedad grave, procedimientos médicos o experiencias de tratamiento invasivos o aterradoras. Únase a los padres de niños con necesidades especiales de salud para discutir:

- **Cómo ayudar** a su hijo a manejar los miedos o el estrés en torno a los procedimientos médicos y las citas
- **Cómo comunicarse** con los proveedores sobre el miedo o trauma de su hijo

Escuche de otros padres, aprenda lo que funciona para ellos y comparta ideas.

**31 de Mayo 2023 | 6:00pm -7:00 pm | [Regístrese aquí](#)**

Recibirá un enlace de zoom por correo electrónico

Costo: **Gratuito**

Las primeras 10 familias de Oregon que se registren y participen recibirán una tarjeta de regalo de Amazon o Target de \$ 25.00.



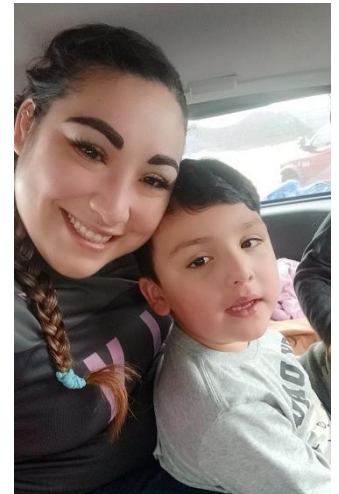
Visite nuestra nueva página de [Facebook](#) y nuestro [sitio web](#) para más tips en español para padres.

Si necesita apoyo comprendiendo el cuidado médico de su hijo o otros recursos, puede contactar a: Ana Brooks o Margaret Maes al 833-990-9930 en el: [Oregon Family to Family Health Information Center](#).

Si gusta agregarse a nuestra lista de email visite: <https://tinyurl.com/f2fORNews>

### Enfoque Central de Padre: Yesenia

Este mes nos da gusto darle a conocer a nuestro nuevo compañero para padres- Yesenia Causor-mendoza.



**P:¿Qué es una cosa que has aprendido que compartirías con un nuevo padre?**

**R:** Es observar todo el comportamiento y el entorno alrededor de mi hijo. Cada momento o actividad que lo pone feliz o cada situación que resulta en una frustración para él, es muy importante para mí porque me ayuda a desarrollar mejores planes para apoyarlo en lo que le gusta o evitar lo que le desagrada. Para esto también he aprendido a ser muy paciente con él, conmigo y con las personas a su alrededor.

**P:¿Cómo aboga por su hijo?**

**R:** Es estar informado acerca de todos los derechos y recursos a los que ellos/as pueden tener acceso.

**P:¿Qué hace tu familia por diversión?**

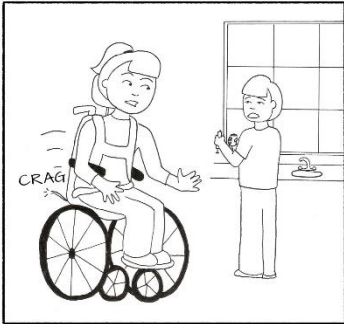
**R:** Nos encanta acampar cerca de la playa. Estar en contacto con la arena es una de las sensaciones más increíbles y nos ayuda a conectarnos más como familia. Otras de las cosas que hacemos juntos para divertirnos es visitar parques, visitar ciudades cerca de nosotros, escuchar música juntos, y caminar alrededor del vecindario.

Yesenia Causor-Mendoza es madre de un niño con discapacidades y vive en el condado de Yamhill. Trabaja para el *Centro de Información de Salud Familia A Familia de Oregon, compañera para padres.*

# CENTRO DE INFORMACIÓN DE SALUD FAMILIA A FAMILIA OREGON

¿DÓNDE ESTÁ EL MANUAL PARA ESTO?

Lenore Eklund



Nos complace mostrar el maravilloso talento de la madre de Oregon Lenore Eklund cada mes. Su caricatura, "Donde esta el manual para esto", está inspirada en su propia vida y experiencias.

Lenore es la autora de "Lanzamiento: Un cuento de hadas de la UCIN (Release: A NICU Fairytale)". Para leer mas sobre Lenore visite:

<https://thisasthat.wixsite.com/thisasthat>.

## Información para la seguridad en la piscina

para padres e hijos



¿Sabía usted que...?



El ahogamiento sucede silenciosamente. Puede haber muy pocas salpicaduras, no hay brazos agitándose ni gritos.



Vigilar a su hijo en el agua es su propia responsabilidad. El trabajo del salvavidas consiste en hacer cumplir las normas, vigilar, rescatar y reanimar.

El ahogamiento sucede rápidamente. Cuando un niño comienza a luchar, es posible que usted tenga menos de un minuto para reaccionar.



Las clases de natación son esenciales, pero el nivel de destreza puede variar. Muchos de los niños que se ahogaron en piscinas supuestamente sabían nadar.



Asegúrese de que los niños aprendan a nadar y a desarrollar estas 5 habilidades de supervivencia en el agua.



1 Entrar o saltar al agua, sumergiendo completamente la cabeza, y volver a la superficie.



2 Flotar o pedalear en el agua durante un minuto.



3 Girar formando un círculo completo y encontrar una salida del agua.



4 Nadar 25 yardas (aproximadamente 23 metros) hasta la salida.



5 Salir del agua sin usar la escalera.

Vigile a sus hijos cuando se encuentran dentro del agua y en sus alrededores, sin distracciones.

SAFE  
KIDS  
WORLDWIDE.



Más información en [safekids.org](http://safekids.org).

## Busquen en los siguientes eventos:

- [Best Buddies in Oregon Friendship Walk](#)

Domingo 7 de Mayo 10:00am-1:00pm  
Hillsboro Sports Complex

- [Celebration for Oregon Students Receiving Vision Services Fair \(Blind/Visually Impaired\)](#)

Sábado 20 de Mayo 11:00am-3:00pm  
South Meadows Middle School

- [Autism Walk Salem](#)

Domingo 21 de Mayo 9:00am-12:00pm  
Salem Riverfront Park

- [Discover & Thrive 2023](#)

Jueves 25 de Mayo 1:30pm-6:00pm  
Embassy Suites at the Airport

La inclusión de recursos en nuestro boletín no implica la promoción ni el excluir significa que no pensamos que es valorable. Nos esmeramos para mantener nuestra lista de recursos al corriente y relevante pero no es exhaustiva. El Centro de Información de Salud Familiar de la Familia de Oregon es un proyecto del Centro de Niños y Jóvenes de Oregon con Necesidades Especiales de Salud. Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. (Subvención # H84MC21658. 00). Este contenido no debe ser interpretado como la posición o política oficial de, ni deben ser inferidos por la Universidad de Salud y Ciencias de Oregon, HRSA, HHS o el Gobierno de los Estados Unidos..