



FEMA

3 de diciembre de 2020

DR-4562-OR NR 28

Sala de prensa de OEM: (503) 373-7872

Sala de prensa de FEMA: (850) 914-7919

Comunicado de Prensa

Los residentes de Oregon afectados por los incendios forestales disponen de consejería de crisis gratuita

SALEM, Ore. – La época festiva puede ser un momento emotivo, especialmente para los sobrevivientes de desastres. Sentir tristeza, estrés o estar abrumado en momentos como éste es normal. Afortunadamente, la ayuda está a tan solo una llamada telefónica y no cuesta nada.

La línea de ayuda **Unidos + Fuertes** está disponible tanto para niños como para adultos que luchan contra el estrés, la ansiedad u otros síntomas de depresión relacionados con el desastre. Para obtener ayuda, llame al **800-923-4357** o visite safestrongoregon.org/mental-emotional-health (disponible en español). Este es un servicio gratuito ofrecido por la Autoridad de Salud de Oregon y la agencia sin fines de lucro Lines for Life, con sede en Portland.

Los adultos y niños que tienen sentimientos o pensamientos negativos también pueden comunicarse con la Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres de la Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés) al **800-985-5990** (presione 2 para español), o enviar un mensaje de texto con la palabra “**Hablanos**” al **66746**. La línea de ayuda es gratuita, multilingüe y confidencial, y ofrece un servicio de apoyo en caso de crisis a todos los habitantes en los Estados Unidos y sus territorios.

Para obtener más información sobre quiénes corren mayor riesgo de sufrir angustia emocional a causa de los incendios forestales y para encontrar recursos relacionados, visite <https://www.samhsa.gov/disaster-distress-helpline/espanol>.

Los consejeros también pueden proporcionar información sobre cómo reconocer la angustia emocional y sus efectos, consejos para hacer frente a la situación y referidos a otros centros de llamadas para obtener más apoyo.

DR-4562-OR NR 28 Los residentes de Oregon afectados por los incendios forestales disponen de consejería de crisis gratuita

Para ver un video accesible sobre consejería de crisis en español con subtítulos visite <https://youtu.be/CObXLZtkgWc>; en inglés con subtítulos e interpretación de Lenguaje de Señas Americano en <https://youtu.be/mrJN1CRBxfE>.

###

La asistencia para recuperación por desastre está disponible sin distinción de raza, color, religión, nacionalidad, sexo, edad, discapacidad, dominio del inglés o situación económica. Si usted o alguien que conozca ha sido víctima de discriminación, llame libre de costo a FEMA al 833-285-7448 (TTY 800-462-7585). Las personas que usan un servicio de retransmisión, como un videoteléfono, InnoCaption o CapTel, deben notificar a FEMA su número específico asignado para ese servicio. Deben de conocer que las llamadas de FEMA podrían reflejarse como un número no identificado. Operadores multilingües están disponibles (oprima 2 para español).

Todos los residentes en Oregon, incluidos los sobrevivientes de desastres afectados por los incendios forestales y los vientos en línea recta en Oregon, también pueden recibir consejos individuales sobre mitigación por especialistas de mitigación de riesgos de FEMA. Para información sobre cómo reconstruir de manera más fuerte y segura o para preguntar sobre los nuevos riesgos de inundación en su área después de los incendios, envíe un correo electrónico a FEMA-R10-MIT@fema.dhs.gov y un especialista de mitigación de riesgos de FEMA contestará las preguntas de los sobrevivientes.

Siga la cuenta de la Región 10 de FEMA en [Twitter](#) y [LinkedIn](#) para obtener las últimas actualizaciones y visite [FEMA.gov/es](https://www.fema.gov/es) para obtener más información.

La misión de FEMA es ayudar a las personas antes, durante y después de los desastres.