

Boletín Trimestral

para cuidadores familiares

Fortalecimiento familiar

Para obtener más información visite:
dfps.texas.gov/kinship

Ayuda a combatir el fentanilo

El fentanilo es un potente opioide sintético que es seguro cuando se toma según lo que receta un médico para tratar el dolor. Sin embargo, el fentanilo fabricado de forma ilícita se distribuye a través de los mercados ilegales de drogas y, con frecuencia, se mezcla con diferentes sustancias, como pastillas falsificadas, heroína, cocaína y otras drogas. Incluso en pequeñas dosis, el fentanilo puede ser mortal. La naloxona es un medicamento capaz de revertir los efectos de una sobredosis de fentanilo y se puede adquirir en muchas farmacias sin receta médica.

El fentanilo es hasta 50 veces más fuerte que la heroína y 100 veces más que la morfina. En Estados Unidos mueren cada día más de 150 personas por sobredosis relacionadas con opioides como el fentanilo.

Síntomas de sobredosis:

- Las pupilas lucen pequeñas y contraídas
- El rostro se ve extremadamente pálido y se nota frío o húmedo
- El cuerpo se pone flácido
- Las uñas o labios están morados o azules
- Vómitos o ruidos guturales
- No se le puede despertar o no puede hablar
- La respiración o el latido del corazón se ralentizan o detienen

Cómo salvar una vida:

1. Llame al 911 inmediatamente
2. Intente despertar a la persona
3. Administre naloxona, si está disponible
4. Comience con la respiración boca a boca o la RCP
5. Coloque a la persona de lado para evitar que se ahogue
6. Permanezca con la persona hasta que lleguen los servicios de emergencia

[OnePillKillsTX.com](https://www.onepillkillsTX.com)



Mes de la Sensibilización sobre el Maltrato Infantil

Abril es el Mes de la Sensibilización sobre el Maltrato Infantil y queremos contar con su ayuda para empoderar a las comunidades con recursos que permitan apoyar a los niños, jóvenes y familias de Texas en donde viven, trabajan y se divierten. Le animamos a que difunda la prevención del maltrato infantil entre sus contactos. Nuestro objetivo de este mes es llegar al mayor número de personas para dotar a las familias de los conocimientos y recursos necesarios para apoyar las iniciativas de prevención del maltrato infantil en Texas. El maltrato infantil es una realidad y todos tenemos la responsabilidad de proteger a los niños. Si observa algo, dígalos.

Llame a la línea estatal de atención al 800-252-5400 o visite [txabusehotline.org](https://www.txabusehotline.org). ¡Recuerde que su identidad siempre será CONFIDENCIAL!



Departamento de Servicios
para la Familia y de Protección de Texas

Servicios de Protección de Menores

Boletín Trimestral para cuidadores familiares



Departamento de Servicios para la
Familia y de Protección de Texas

Consejos de seguridad acuática para niños y adolescentes

A medida que los niños crecen, se vuelven más independientes. La independencia conlleva una mayor responsabilidad. Es posible que los adolescentes quieran pasar el rato cerca del agua sin la supervisión de un adulto, pero deben saber cómo mantenerse a salvo.

Consejos de seguridad acuática

- Nunca nade solo. Incluso los buenos nadadores deberían tener a alguien cerca que los ayude cuando lo necesiten.
- Lleve siempre puesto un chaleco salvavidas cuando navegue, practique esquí acuático, monte en moto acuática, practique kayak o realice cualquier otra actividad en aguas abiertas.
- Permanezca dentro de las zonas designadas para nadar.
- Infórmese sobre las banderas y señales que indican las condiciones para nadar, así como los estados de las corrientes en aguas abiertas.
- Evite los juegos bruscos, correr o jugar carreras dentro del agua o cerca de ella.
- Los nadadores menos experimentados no deben depender de juguetes acuáticos como alitas, espaguetis de piscina, flotadores o donas para mantenerse a flote.



- Siempre ingrese al agua con los pies por delante para evitar obstáculos o fondos poco profundos.
- Evite los desagües de piscina, que utilizan una fuerte succión para filtrar el agua.

Consejos adicionales para adolescentes

- Recuérdele a los adolescentes que no deben sobreestimar sus habilidades ni subestimar los peligros que existen en el agua.
- El consumo de alcohol y otras sustancias por parte de menores es peligroso, especialmente cerca del agua, ya que puede afectar al juicio, equilibrio y capacidad para nadar.

Nunca es tarde para aprender a nadar. La Cruz Roja ofrece clases de natación para todas las edades en todo el país. El ahogamiento es silencioso y puede ocurrir en cuestión de segundos.

Para obtener más consejos, visite GetParentingTips.com.

Información y recursos para cuidadores

Superior STAR Health

www.fostercaretx.com/for-members/find-a-provider.html

Consejos sobre crianza

www.getparentingtips.com

Centro de servicios legales en Texas

www.tlsc.org

Sus beneficios en Texas

www.yourtexasbenefits.com/Learn/Home

211 Texas

www.211texas.org

Programa WIC de Texas

www.Texaswic.org

Página de Facebook de Texas Kinship Caregivers

www.facebook.com/TexasKinshipCaregivers

Cuidado de familiares

www.dfps.texas.gov/kinship