Se aprueba consejería de crisis para seis municipios al suroeste de Puerto Rico

Release Date: febrero 13, 2020

CAGUAS, Puerto Rico – Muy pocas cosas son tan perturbadoras como el que la tierra nos mueva los pies sin aviso previo. Si no puede sobrellevar los sentimientos de tristeza o desasosiego, no es el único. Hay ayuda a su alcance y es gratuita.

La Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés) ha aprobado la asistencia de consejería de crisis para los residentes de Guánica, Guayanilla, Peñuelas, Ponce, Utuado y Yauco.

FEMA subvenciona el programa de consejería de crisis que administra el Proyecto Anímate. El objetivo del programa es ayudar a las personas y a las comunidades a recuperarse de los efectos de los desastres naturales o los provocados por el hombre mediante la intervención a corto plazo.

Comúnmente, las personas experimentan una amplia gama de emociones luego de un desastre. Estos sentimientos son normales y pueden perdurar meses después de un evento, como un terremoto. Las reacciones más comunes pueden incluir:

- Sentirse tenso o nervioso, enojado o irritable;
- Llorar con frecuencia, sentimientos persistentes de desesperanza;
- Sentirse entumecido;
- Padecimiento de insomnio o estar constantemente cansado;
- Sentirse inapetente o con malestar estomacal (como náuseas o calambres); o
- Dificultad para concentrarse o tomar decisiones.

Todos experimentamos estos sentimientos de vez en cuando. No obstante, hay ayuda disponible para cuando esta clase de sentimiento y experiencia altera sus actividades del diario vivir.

Los consejeros del programa se encuentran en los centros de recuperación por desastre al igual que en los campamentos base. El propósito es ayudar a los sobrevivientes a entender sus reacciones, manejar el estrés y revisar sus alternativas después del desastre. Ellos harán el intento de poner en contacto a los sobrevivientes con otras personas y agencias que les puedan ayudar en el proceso de recuperación. Los consejeros de crisis no diagnostican ni mantienen expedientes de las personas a las que atienden; pero sí pueden convocar sesiones grupales o individuales.

Además de estar en los centros de recuperación por desastre y en los campamentos base, los consejeros están disponibles por teléfono al llamar a la Línea PAS al 800-981-0023 o al (TTY) 800-672-7622, las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Para más información sobre la recuperación de Puerto Rico tras los terremotos, visite gobierno de Puerto Rico, https://www.fema.gov/es/disaster/4473, www.twitter.com/femaregion2 y en Facebook: www.facebook.com/femapuertorico.

###

La misión de FEMA es ayudar a la gente antes, durante y después de los desastres.

La asistencia para la recuperación de desastres está disponible sin importar la raza, el color, la religión, la nacionalidad, el sexo, la edad, la discapacidad, el

dominio del inglés o la situación económica. Si usted o alguien que usted conoce ha sido discriminado, llame gratis a FEMA al 800-621-FEMA (3362) o 711 para el servicio de retransmisión de video. Hay operadores multilingües disponibles. (Oprima 2 para el español.) TTY llame al 800-462-7585.

Síganos en:

www.facebook.com/femapuertorico

www.twitter.com/femaregion2