



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## **Cómo el aislamiento social, la soledad, y la inseguridad afecta a las personas en recuperación de adicción y salud mental durante COVID-19; y que hacer al respecto.**

- Comenzaremos el seminario web a las 02:00 de la tarde hora ESTE
- Escriba sus preguntas haciendo clic en el ícono de preguntas y respuestas en su pantalla. Contestaremos las preguntas al final del seminario web y trataremos de responder la mayor cantidad posible.
- El seminario web se está grabando y enviaremos un correo electrónico a todos los asistentes una vez que esté listo. Además, se distribuirá una copia de la presentación en formato PDF al mismo tiempo. Enviaremos un correo electrónico a todos los asistentes una vez que estos materiales estén listos. Para poder verlo, debe registrarse por medio de un enlace (proporcionado más adelante) a nuestra lista de correos "Juntos" del ATTC.

National Latino Behavioral Health Association **NLBHA**

**SAMHSA**  
Substance Abuse and Mental Health Services Administration

1



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## **Cómo el aislamiento social, la soledad, y la inseguridad afecta a las personas en recuperación de adicción y salud mental durante COVID-19; y que hacer al respecto.**

Pierluigi Mancini PhD

National Latino Behavioral Health Association **NLBHA**

**SAMHSA**  
Substance Abuse and Mental Health Services Administration

2



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

This presentation is supported by grant 1H79TI081174 from the Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). The views expressed herein do not necessarily reflect the official policies of the Department of Health and Human Services, National Hispanic and Latino Addiction or Prevention Technology Transfer Centers or NLBHA; nor does mention of trade names, commercial practices, or organizations imply endorsement by the U.S. Government, NHL ATTC or NLBHA.

Esta presentación está respaldada por la subvención 1H79TI081174 del Departamento de Salud y Servicios Humanos, Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA por sus siglas en inglés). Las opiniones expresadas en este sitio no necesariamente reflejan las políticas oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos, el Centro Hispano Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción/Prevención o de NLBHA; la mención de nombres comerciales, prácticas comerciales u organizaciones específicas tampoco implica el respaldo del Gobierno de los Estados Unidos, NHL ATTC o de NLBHA.

National Latino  
Behavioral Health Association **NLBHA**

**SAMHSA**  
Substance Abuse and Mental Health  
Services Administration

3



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## REGLAS

- Grabación y Conjunto de diapositivas
- Favor mantenga todas las líneas silenciadas
- Sesión de preguntas y respuestas
  - Caja de preguntas y respuestas
- Evaluación posterior a la capacitación
  - Enlace externo

4

National Hispanic and Latino  
**ATTC** Addiction Technology Transfer Center Network  
 Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## La Asociación Nacional Latina de Salud Mental y Adicciones (NLBHA)



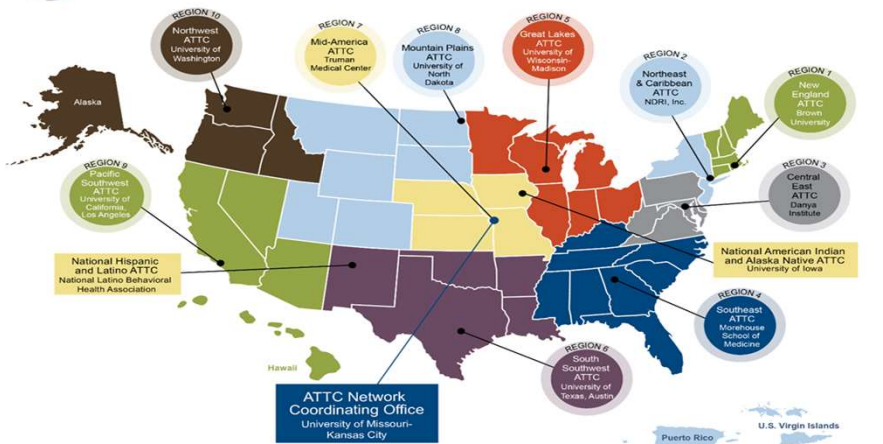
Fredrick Sandoval, MPA  
 Director Ejecutivo  
 NLBHA

5

National Hispanic and Latino  
**ATTC** Addiction Technology Transfer Center Network  
 Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

ATTC Addiction Technology Transfer Center Network  
 Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

### U.S.-based ATTC Network



The map displays the following regional ATTCs and their affiliations:

- REGION 10:** Northwest ATTC, University of Washington
- REGION 7:** Mid-America ATTC, Truman Medical Center
- REGION 8:** Mountain Plains ATTC, University of North Dakota
- REGION 5:** Great Lakes ATTC, University of Wisconsin-Madison
- REGION 2:** Northeast & Caribbean ATTC, NDRI, Inc.
- REGION 1:** New England ATTC, Brown University
- REGION 3:** Central East ATTC, Dana Institute
- REGION 4:** Southeast ATTC, Morehouse School of Medicine
- REGION 6:** South Southwest ATTC, University of Texas Austin
- REGION 9:** Pacific Southwest ATTC, University of California, Los Angeles
- National American Indian and Alaska Native ATTC**
- National Hispanic and Latino ATTC**, National Latino Behavioral Health Association
- ATTC Network Coordinating Office**, University of Missouri-Kansas City

Other locations shown: Alaska, Hawaii, Puerto Rico, U.S. Virgin Islands.

6



## Centro Hispano Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción (NHL-ATTC)



Pierluigi Mancini, PhD,  
Director



Maxine Henry, MSW, MBA  
Co-Directora



Ruth Yáñez, MSW  
Executive Admin. Assistant

7



## Presentador(a) de hoy



### **Pierluigi Mancini PhD, MAC**

*(Pronouns: he/him/his)*

**Director**

Centro Hispano Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción  
Centro Hispano Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Prevención

8



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## **Cómo el aislamiento social, la soledad, y la inseguridad afecta a las personas en recuperación de adicción y salud mental durante COVID-19; y que hacer al respecto.**

Pierluigi Mancini PhD

National Latino  
Behavioral Health Association **NLBHA**

**SAMHSA**  
Substance Abuse and Mental Health  
Services Administration

9



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## **Objetivos de Aprendizaje**

Los participantes:

- Aprenderán cómo el aislamiento social, la soledad y la inseguridad afectan a las personas en recuperación
- Entenderán los pasos para la recuperación y la resiliencia durante la pandemia
- Recibirán soluciones prácticas para fortalecer la recuperación durante el aislamiento social.

10



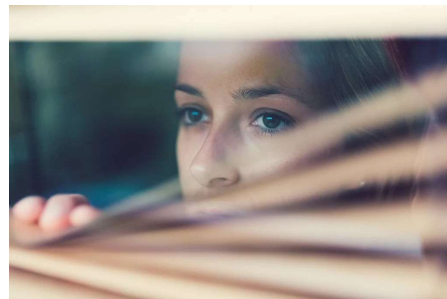
## **Cómo el aislamiento social, la soledad y la inseguridad afectan a las personas en recuperación durante COVID-19**

11



## **¿Cómo ha sido nuestra recuperación afectada por el COVID-19?**

- Rutinas diarias
- Limite de reuniones/  
Cancelación de reuniones en persona
- Cancelación de eventos
- No besar, abrazar o tener charlas en persona
- Soledad
- Aislamiento



12



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Como nos afecta

- Ansiedad
- Miedo y preocupación
- Incertidumbre
- Tristeza
- Aburrimiento



13



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Como nos afecta

- Frustración
- Enojo
- Desorganización
- Culpa
- Temor sobre Perdida de ingresos
- Sueño y comida



14



## Como nos afecta

- Cambios en su conducta
- Cambios en su cuerpo
- Cambios en sus pensamientos



15



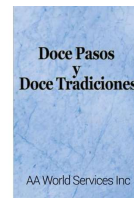
## Los pasos para la recuperación y la resiliencia durante la pandemia

16





El libro de “doce pasos” de Alcohólicos Anónimos (1970: 61) en su décimo paso, dice: “Entonces, nos vemos enfrentados con la prueba decisiva: ¿podemos mantenernos sobrios, mantener nuestro equilibrio emocional y vivir una vida útil y fructífera, sean cuales sean nuestras circunstancias?”.



17



## Como construir resiliencia

- Fortalezas
- Soluciones
- Flexibilidad
- Creatividad
- Circunstancias que se pueden modificar
- Esperanza
- Emociones
- El pasado



18



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Como construir resiliencia

- Relaciones interpersonales
- Apoyo y contención
- Estrés
- Ayuda
- Interpretaciones
- Cambio
- Objetivos
- Cuerpo y Mente



19



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Como construir resiliencia

- Cuide su cuerpo
- Comuníquese con otros
- Descanse
- Manténgase informado
- Evite muchas noticias
- Busque ayuda si necesita



20



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Dinero y Trabajo

- Ayuda para negocios
  - [https://www.uschamber.com/sites/default/files/023595\\_comm\\_corona\\_virus\\_smallbiz\\_loan\\_final.pdf](https://www.uschamber.com/sites/default/files/023595_comm_corona_virus_smallbiz_loan_final.pdf)
- Ayuda para individuos
  - El gobierno de los EEUU paso el CARES Act que contiene \$2 mil millones de dólares  
<https://www.sbc.senate.gov/public/index.cfm/guide-to-the-cares-act>
- Oportunidades nuevas

21



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

**soluciones prácticas para  
fortalecer la recuperación durante  
el aislamiento social.**

22



## Que puedo hacer

- Confía en tu recuperación
- Utiliza tus herramientas
- Formas de relajarse
- Descanso
- Cosas que disfruta
- Hablar / estar en contacto
- Mantenga la esperanza



23



## Que puedo hacer



- Teléfono,
- Correo electrónico,
- Mensajes de texto
- Redes sociales.
- Información precisa
- Mantenerme en contacto
- Hable con un profesional
- Sea optimista

24



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Que puedo hacer

- Reuniones de recuperación vía Zoom (24 horas al día)  
– [https://aa-intergroup.org/languages/index\\_es.html](https://aa-intergroup.org/languages/index_es.html)
- Comer saludable
- Hacer ejercicio
- Medicamentos
- Meditar
- Respirar



25



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Como ayudar a sus hijos



- Hable con ellos
- Dé un buen ejemplo
- Limite la exposición a los medios
- Cuidado cuando discuta la crisis

26



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

Y después de la crisis.

27



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Que hago después de la crisis

- Regresar a la rutina
- Trabajo
- Reuniones
- Niños



28



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



29



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Recursos útiles / Líneas de ayuda

### Línea de ayuda gratuita de catástrofes

(Disaster Distress Hotline) de SAMHSA

Teléfono gratuito: 1-800-985-5990 (español e inglés)

Mensaje de texto (español): Envíe "Háblanos" al 66746

Mensaje de texto (inglés): Envíe "TalkWithUs" al 66746

Teléfono para personas con dificultades auditivas (TTY): 1-800-846-8517

Sitio Web (inglés): <http://www.disasterdistress.samhsa.gov>

Sitio Web (español): <http://www.samhsa.gov/find-help/disasterdistress-helpline/espanol>

### Línea de ayuda nacional (National Helpline) de SAMHSA

Teléfono gratuito: 1-800-662-4357 (1-800-662-HELP) (Servicio de

información en español y en inglés para que le refieran a tratamiento las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año)

Sitio Web: <http://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>

### Red Nacional de Prevención del Suicidio

(National Suicide Prevention Lifeline)

Teléfono gratuito (español): 1-888-628-9454

Teléfono gratuito (inglés): 1-800-273-TALK (8255)

Teléfono para personas con dificultades auditivas (TTY):

1-800-799-4TTY (4889)

Sitio Web (español):

<http://www.suicidepreventionlifeline.org/gethelp/spanish.aspx>

Sitio Web (inglés):

<http://www.suicidepreventionlifeline.org>

### Localizador de centros de tratamiento

Localizador de centros de tratamiento de salud

conductual de SAMHSA (SAMHSA Behavioral Health Treatment Services

Locator)

Sitio Web:

<http://findtreatment.samhsa.gov/locator/home>

30



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Centro Hispano Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción (NHL-ATTC)

*Para obtener más información sobre el Centro Hispano Latino ATTC y para solicitar capacitación y asistencia técnica, puede comunicarse con nosotros en:*

[www.nlbha.org](http://www.nlbha.org)

<https://attcnetwork.org/centers/national-hispanic-and-latino-attc/home>

*O directamente:*

Pierluigi Mancini, PhD, MAC

[pierluigi@nlbha.org](mailto:pierluigi@nlbha.org)

678-883-6118

Maxine Henry, MSW, MBA

[maxine@nlbha.org](mailto:maxine@nlbha.org)

720-607-7897

31



National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Información De Contacto Del Presentador

Pierluigi Mancini, PhD, MAC

[pierluigi@nlbha.org](mailto:pierluigi@nlbha.org)

678-883-6118

32





National Hispanic and Latino

**ATTC**

Addiction Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

## Evaluación

Inmediatamente después de que finalice este seminario web, se lo redireccionará de inmediato a un sitio externo para completar la encuesta de evaluación. Le rogamos nos ayude con esta información para continuar a mejorar nuestros servicios.

Gracias por asistir a nuestro seminario web.  
¡Disfrute el resto de su día!