



¿SE HA LASTIMADO LA CABEZA?

Cuando su cabeza, cuello o cara se lastiman, las lesiones pueden no ser visibles o pueden no aparecer inmediatamente pero pueden afectar su cerebro y su vida en muchas formas. Por favor conteste el formulario de CHATS y trabaje con su asesor para recibir atención después de sufrir una lesión en la cabeza.

C ¿Alguna vez alguien ha puesto las manos alrededor de su cuello, han puesto algo sobre su boca o han hecho alguna cosa que la(lo) haya hecho sentir **asfixiada(o)** [en inglés, **C es por "choked"**], estrangulada(o), sofocada(o), o sintió como que no podía respirar? **SÍ NO**

¿Se ha desmayado o perdido el **conocimiento** debido a una sobredosis o consumo de drogas, una condición médica o algún otro motivo? **SÍ NO**

H ¿Alguna vez se ha **golpeado o lastimado** [en inglés, **H es por "Hit" o "Hurt"**] la cabeza, cuello o cara? **SÍ NO**

¿Alguna vez se ha **lastimado la cabeza, cuello o cara** en alguna otra forma? Como golpearse la cabeza contra algo, en una caída o accidente, mientras consumía alcohol o drogas, una sacudida intensa, o un choque de auto? **SÍ NO**

A **Después** [en inglés, **A es por "After"**] de que se lastimó, ¿alguna vez se sintió aturdida(o), confundida(o), mareada(o) o entre niebla, vió estrellas, manchas, tuvo dificultad para ver claramente, sin poder recordar lo que pasó, o se desmayó? (Los doctores llaman a esto *conciencia alterada*.) **SÍ NO**

¿Algo de lo anterior pasó recientemente? Si respondió "sí", ¿hace cuánto tiempo? _____ **SÍ NO**

¿Algo de lo anterior pasó más de una vez? **SÍ NO**

¿Actualmente está teniendo **problemas** [en inglés, **T es por "trouble"**] con algo del siguiente listado? Circule todas las que correspondan:

T

FÍSICOS	EMOCIONES	PENSAMIENTO	ACCESO A
Dolores de cabeza	Miedos y Preocupaciones	No recordar cosas	Alimentos
Problemas del sueño	Ataques de pánico	Multitarea	Cuidados de salud
Sensibilidad a la luz o ruido	Retrospectiva	Poner atención o concentrarse	Seguro médico
Problemas de visión	Tristeza	Resolviendo problemas	Empleo
Mareos	Depresión	Empezando cosas	Vivienda
Pérdida del equilibrio	Desesperanza	Determinar qué hacer después	Servicios públicos
Fatiga	Enojo o ira	Organizando cosas	Transporte
Convulsiones	Irritabilidad	Controlando reacciones o emociones	Guardería infantil
			Teléfono

¿Está teniendo pensamientos de suicidio? **SÍ NO**

¿Está luchando con el alcohol o las drogas? **SÍ NO**

¿Está teniendo algún otro problema de salud que quisiera compartir con nosotros? **SÍ NO**

S Incluso si usted no asistió, ¿usted o alguien más (cómo un amigo o un miembro de su familia) alguna vez pensó que debería **ver a un doctor o consejero** [en inglés, **S es por "See"**], ir a la sala de emergencias o buscar ayuda por alguno de los motivos anteriores? **SÍ NO**

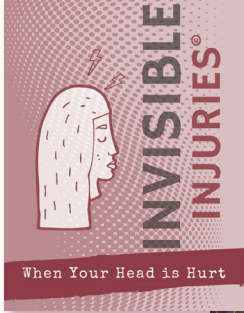
¿Quisiera ver a alguien para, o necesita ayuda con algo de lo anterior? **SÍ NO**



CONNECT
ACKNOWLEDGE
RESPOND
EVALUATE

¡NOSOTROS PODEMOS AYUDAR!

RECURSOS PARA SANAR



Un asesor puede darle una copia de los folletos **JUST BREATHE** (SOLO RESPIRA) e **INVISIBLE INJURIES** (LESIONES INVISIBLES)

¡JUST BREATHE contiene ideas de autocuidado para mejorar el sueño, calmar su cuerpo, controlar el enojo y más!

INVISIBLE INJURIES contiene más información sobre qué pasa cuando su cabeza ha sido lastimada y cómo afrontar los desafíos comunes tanto físicos, emocionales y de pensamiento.

VIDA DIARIA

Queremos asegurarnos de que nuestros servicios funcionen para usted. Aquí hay algunas formas en las que podríamos ayudar. Adicionalmente, podemos compartir otras ideas.

FÍSICOS	EMOCIONES	PENSAMIENTO
Proveer tapones para oídos y/o máscaras para dormir para mejorar el sueño	Crear un plan CARE con un asesor y usar otros recursos en JUST BREATHE	Creando listas de cosas por hacer o calendarios
Uso de lentes de sol o ajustar la luz según sea necesario si es sensible a la luz	Monitoreos adicionales ("check-ins")	Reuniones más cortas y frecuentes con empleados, compartir un resumen por escrito si fuera de ayuda
Para desafíos de equilibrio y mareos, asignar una habitación en la planta baja si es posible y ayudar a organizar la casa	Identificar y limitar detonantes	Creando una rutina
	Ayuda identificando apoyos y estrategias para afrontar desafíos	Hacer las citas en un horario del día cuando se encuentre más alerta y con la mente despejada

INFORMACIÓN SOBRE TRAUMA EN LA CABEZA

Referida(o) a: _____

RECIENTEMENTE

El _____ (fecha), yo:

- ☐ Fuí asfixiada(o) o estrangulada(o)
- ☐ Fuí golpeada(o) en la cabeza
- ☐ Experimenté conciencia alterada

Lo que noté inmediatamente después: _____

Tengo historial previo de:

- ☐ Haber sido asfixiada(o) o estrangulada(o)
- ☐ Haber sido golpeada(o) en la cabeza
- ☐ Experimentado conciencia alterada

Aproximadamente _____ veces

La ocasión más reciente (fecha): _____

HISTORIAL

Estoy más preocupada(o) por: _____

CHATS, Versión 2; Publicada Enero 2024.

Esta herramienta fue creada por la Red sobre Violencia Doméstica de Ohio (Ohio Domestic Violence Network) bajo el subsidio 15J0VW-23-GK-00743-DISA, patrocinado por la Oficina de Violencia contra las Mujeres, Oficina de Programas de Justicia, el Departamento de Justicia de los Estados Unidos. Las opiniones, hallazgos y recomendaciones expresadas en esta publicación pertenecen al(los) autor(es) y no necesariamente reflejan las opiniones del Departamento de Justicia, Oficina de Violencia contra las Mujeres. Las opiniones, hallazgos y conclusiones o recomendaciones expresadas en esta herramienta pertenecen a quienes contribuyeron a su realización y no necesariamente reflejan las políticas oficiales del Departamento de Justicia de los Estados Unidos.

VERSION 2 • MAYO 2024

GUÍA DEL ASESOR PARA CHATS



CHATS le ayuda a **CONECTAR** con sobrevivientes, **IDENTIFICAR** y **PROVEER INFORMACIÓN** sobre lesiones de cabeza, y **ACOMODAR** las necesidades de las personas.

● PRIMERO ●

Deles las Gracias. Ofrezca una tarjeta.

¿Pregúnte? ¿Le gustaría compartir más sobre lo que pasó?

Valide Emociones y Experiencias.

Eduque. Hay cosas que puede hacer por sí mismo y cosas que podemos hacer juntos para ayudar.

● SI ES RECIENTE ●

1. Identifique posibles síntomas peligrosos.

- Revise y circule signos de alarma en la tarjeta
- Fomente el seguimiento médico si es necesario

2. Monitorea los síntomas por varios días.

- Identifique un lugar y una persona seguros para pasar la noche
- Si está en un albergue, agende monitoreos regulares (check-ins)

3. Ofrezca "Lesiones Invisibles" y resalte:

- Página 5 - Monitoreo de Síntomas
- Página 11 - Sugerencias para Todos

● SI SE REPITE ●

¿Pregúnte? ¿Qué ha notado diferente desde que se lastimó la cabeza?

Eduque: Trauma repetitivo en la cabeza puede causar más problemas.

● IDENTIFICAR ACOMODACIONES ●

¿Pregúnte? ¿Puede compartir conmigo acerca de los problemas que circuló?

¿Pregúnte? ¿Actualmente, qué te molesta más?

Trabajen Juntos: Identifique acomodaciones e impleméntelas.

Eduque: Revise "Lesiones Invisibles" páginas 8-10, si aplica.

● RESPONDIÓ "SÍ" A ●

Suicidio. Evaluación adicional de suicidio. Siga el protocolo de la agencia. Si se indica, conecte con atención clínica; no deje a la persona a solas. Aborde el resto de los temas más adelante.

Uso de sustancias. Explique las políticas de la agencia, analice la reducción de daños y ofrezca referencias para servicios de uso de sustancias.

Problemas de Salud. Pida más información (Considere lesiones, medicinas, alergias, etc.)

● POSIBLE REFERENCIA ●

Determinar la necesidad de hacer una referencia médica o de salud mental.

Discutir el compartir información sobre el historial de trauma de la cabeza con un proveedor de salud.

Seleccionar las casillas correspondientes bajo la información de trauma de cabeza al reverso de CHATS

Para más
Información
Contacte a: www.odvn.org
614-781-9651
rachelr@odvn.org