

Un boletín semanal para familias de Pediatría del Desarrollo y Comportamiento (DBP) en el Centro Médico de Boston durante la Distancia Social COVID-19

¿QUÉ ESTA PASANDO?

El Día de Acción de Gracias está sobre nosotros y en un esfuerzo por detener la propagación del COVID-19, queremos resaltar la información para mantenerlos seguros a usted, su familia y nuestras comunidades. Si está organizando una reunión navideña, manténgala pequeña y trate de limitarla solo a las que están en su hogar. Considere un Zoom-Acción de Gracias, FaceTime o llamadas telefónicas. Si va a ver a personas fuera de su hogar, abríguese y hagalo afuera al aire libre y hagalo breve si es posible. Recuerde usar una mascarilla cada vez que esté cerca de otras personas que no vivan con usted en su hogar, lávese las manos con frecuencia y no comparta alimentos ni bebidas. Si planea permanecer en el interior, trate de mantener las ventanas abiertas para una mejor circulación del aire y tenga en cuenta los límites de personas en el estado de Massachusetts, que es un máximo de 10 personas. Aunque es probable que las cosas se vean y se sientan de manera diferente en esta temporada navideña, trate de recordar que todas estas pautas mantienen seguras a las personas que ama y cuida. ¡De gracias y disfrute del pavo!



RECURSO

A medida que el clima se vuelve más frío, es posible que le preocupe el aumento de los costos de calefacción y energía. Afortunadamente, existen muchos programas abiertos a los residentes de Massachusetts para ayudar a cubrir estos costos. Consulte la Asociación de Massachusetts para la Acción Comunitaria y sus recursos de "[Ayuda con la calefacción](#)" para los programas en su área. Los inviernos son duros y la calefacción es costosa. Pero hay ayuda disponible a través del [Programa de Asistencia de Energía para Hogares de Bajos Ingresos \(LIHEAP\)](#), un programa federal que brinda ayuda a los hogares elegibles para pagar una parte de sus facturas de calefacción en invierno. Tenga en cuenta que debido a la pandemia en curso, todas las agencias de asistencia de combustible están renunciando al requisito de presentar una solicitud en persona y todas están aceptando solicitudes por teléfono. También tenga en cuenta que los servicios de gas y electricidad no cerrarán ni terminarán el servicio de NINGÚN hogar durante el estado de emergencia de MA. Para Boston: ABCD Fuel Assistance Línea de emergencia 24/7: 617.348.6599



ACTIVIDAD

Con el Día de Acción de Gracias de esta semana, pensamos que sería divertido compartir esta manualidad con la huella de la mano de pavo de [Simple Everyday Mom](#). Simplemente traza las manos de tu hijo en papel de construcción para hacer 4 plumas. A continuación, trace y corte el cuerpo, la cabeza, los ojos, etc. del pavo y monte y pegue el pavo. Luego, pega las plumas. Si tiene ganas de hacer de esto un ejercicio de gratitud, también puede escribir en cada pluma algo por lo que su familia esté agradecida en esta temporada navideña.



NOTICIAS SEMANALES DE DBP

TRANSGÉNERO

VISIBILIDAD

Como líder reconocido en la igualdad de la atención médica LGBT, en BMC estamos comprometidos a promover una comunidad que acepte y acoja a todos.

CONCIENCIA Y RECUERDO

La Semana de Concientización sobre las Personas Transgénero "es una semana en la que las personas transgénero y sus aliados toman medidas para llamar la atención sobre la comunidad educando al público sobre quiénes son las personas transgénero, compartiendo historias y experiencias y promoviendo la promoción de los problemas de prejuicio, discriminación y violencia que afectan a la comunidad trans ". Esta semana se celebra el Día del Recuerdo de las Personas Transgénero, un día en el que conmemoramos a todas las personas transgénero que han perdido la vida a causa de la violencia y la discriminación.



5 POSITIVE WAYS TO BE A TRANS ALLY

1. **Accept** that people have the right to define their gender, regardless of assigned sex.
2. **Respect** people's gender identifications, pronouns, and names.
3. **Challenge** anti-trans and sexist remarks, jokes, and comments through personal conversations.
4. **Listen** to the stories of people who are trans to better understand their experiences.
5. **Say** that you're a trans ally and tell people why.

¡SEA UN ALIADO TRANS!

Los jóvenes transgénero enfrentan una variedad de discriminación y dificultades todos los días. Las tareas simples, como usar los baños públicos y acceder a la atención médica adecuada, pueden ser un desafío para los jóvenes en transición. Probablemente se esté preguntando, "¿cómo puedo ser un mejor aliado trans?" Estamos aquí para ayudar. ¡Visite estos sitios web para obtener más información sobre cómo ser un súper aliado! [Queer Kid Stuff](#), [Glaad](#), [Straight for Equality](#), [The Trevor Project](#), [Welcoming School's Diverse Children's Books](#).

Behold, the Straight for Equality Ally Spectrum®:



NOTICIAS SEMANALES DE DBP

RECURSO

Boston Medical Center está aquí para ayudarlos durante este momento difícil.

Consulte nuestra nueva hoja de cálculo de recursos, que tiene enlaces a aprendizaje en línea, historias sociales, programas de música / animales / estado físico, clases en vivo en línea y más. Vea

la segunda pestaña para comidas gratuitas y servicios financieros en todo Massachusetts. Esta hoja de cálculo está disponible en varios idiomas y se actualizará continuamente a medida que haya nuevos recursos disponibles.

[tinyurl.com/
CoronaResourcesBMC](https://tinyurl.com/CoronaResourcesBMC)

Sabe algo para agregar? Correo electrónico autismprogram@bmc.org con sugerencias.



Para ver grabaciones anteriores de nuestra serie de seminarios web: Cuidado de niños con autismo y diferencias en el desarrollo, visite <https://www.youtube.com/channel/UCifYfJKUuSa8XzytUcn-Anw>

CLINIC

Los médicos de desarrollo y la pediatría conductual están disponibles por teléfono / Zoom para consultas y consultas de telesalud. Llámenos al 617-414-4841 si tiene alguna pregunta o necesita ayuda. Para crear una cuenta Zoom gratuita, visite zoom.us/signup.

NUESTROS CLÍNICOS

*Marilyn Augustyn, MD
Naomi Steiner, MD
Arathi Reddy, DO
Ana Carolina Sanchez, MD
Jodi Santosuosso, NP
Rachel Amgott, NP
Christina Lazdowsky, NP
Mei Elensary, MD
Alyssa King, PhD
Ana Treadaway, MD
Mediatrix Mbamalu, MD
Christine McGivney, DO
Jocelyn Kuhn, PhD
Audrey Christiansen, MD*

ACERCA DE ESTE BOLETÍN INFORMATIVO

Este boletín es traído por el Programa de Autismo en el Boston Medical Center, un programa de apoyo familiar de Pediatría del Desarrollo y Comportamiento. Estamos comprometidos a apoyar a cualquier familia de DBP durante este tiempo, independientemente del diagnóstico. ¡No dude en comunicarse y síganos en las redes sociales para obtener más consejos e información!



BMC.org/autism
autismprogram@bmc.org
tinyurl.com/ASDlistserv



@The Autism Program at
Boston Medical Center



@BMCAutismProgram

