

### Nueva Guía para Medicamentos Psicotrópicos: POR Jóvenes PARA Jóvenes

Si usted conoce a un/a joven que toma medicamentos para una condición de salud mental, usted quizás quiera adquirir la guía, [Tomando Decisiones Saludables](#) por el National Resource Center for Youth Development. Aunque está escrito específicamente para jóvenes en cuidado de crianza, esta "herramienta" cubre este tema complejo de medicamentos de una manera fácil para que los jóvenes y sus padres entiendan.



Temas incluyen:

- ¿Cómo Se Si Necesito Ayuda?
- Lista de Síntomas
- ¿Cuáles son Mis Derechos?
- ¿Qué Otras Opciones Aparte de Medicamentos Tengo?

**Si no tiene acceso al internet y desea recibir una copia por correo, llame al 503-931-8930.**

### Formatos Alternativos Boletín Disponibles a Pedido

Las familias de niños con necesidades especiales que no tienen acceso a Internet puede recibir este boletín por correo llamando al 503-931-8930.

Llame al

**Oregon Family to Family Health Information Center** a  
503-931-8930 (Español)  
1-855-323-6744 (Inglés)

y

**Manténgase en contacto al unirse a nuestra lista de correo!**

### Cuando el Seguro Médico no Paga: Ideas de Familia a Familia

Es común para los niños con necesidades especiales que requieran servicios, apoyos, equipo, terapias, medicamentos, y otras cosas que no están cubiertas por el seguro médico o el programa del gobierno. Muchas familias han usado éstas estrategias (¡gracias al [Arc de Illinois](#) por muchas de estas grandiosas ideas!):

- Pregúntele al vendedor o al proveedor si ofrecen precio de descuento si paga con efectivo.
- Encuentre otras familias y comparta el costo de contratar a un terapeuta para las sesiones de terapia de grupo.
- Revise con su empleado, grupos comunitarios y casas de oración si tienen opciones de subsidios/becas.
- Intente un sitio de internet personal para recaudar fondos de amistades y familiares. Algunos sitios para considerar son: [www.youcaring.com](http://www.youcaring.com); [www.gofundme.com](http://www.gofundme.com); [www.gogetfunding.com](http://www.gogetfunding.com); [www.personalpaypal.com](http://www.personalpaypal.com)
- Solicite todos los programas de gobierno posibles aunque usted crea que no es elegible. Muchos proveedores harán la oportunidad de pagar en una escala de pago a familias que pueden demostrar una carta de rechazo de un programa de gobierno.
- Vaya a [www.oregonhelps.org](http://www.oregonhelps.org) para ver en qué programas puede calificar.
- Pregunte al coordinador de cuidado de su hijo, la enfermera que visita la casa, terapeuta, o representante escolar sobre las becas o fondos de los que ellos saben.
- Pregunte a las preparatorias, colegios o clubes de servicios comunitarios si pueden recaudar fondos para las necesidades de su hijo/a como uno de sus servicios comunitarios.
- Pregunte al terapeuta de su hijo/a si su organización profesional tiene becas que ustedes pueden solicitar.
- Acepte ofertas de sus amigos y vecinos- haga un alista de cosas con las que ellos pueden ayudar (ejemplos: ir hacer mandados, llevarlos a las citas, ayudar con los quehaceres, respiro, cuidar a los niños, podar el pasto, preparación de alimentos, cuidado de mascotas, etc.).
- Investigue sobre [las Cuentas de Ahorro Médicas](#) donde puede ahorrar dólares antes de los impuestos para gastos médicos que no están cubiertos.
- Use su departamento de salud local, Centros de Salud Calificados Federalmente, o Centros de Salud Basados en la Escuela para ver si su hijo puede recibir vacunas gratis o a bajo costo, exámenes anuales u otros servicios.



**Y... hable con su preparador de impuestos para ver si es elegible para:**

- [Excepción de impuesto del estado de Oregon](#) para un dependiente que tiene una discapacidad
- [Crédito de Ingreso](#) por su hijo
- [Deducciones](#) para los gastos médicos que usted pagó



**Para más información llámenos al 503-931-8930.**