



## COMUNICADO DE PRENSA

14 de marzo del 2018

### **Equipo de Bienestar Comunitario Establecido** *para proporcionar apoyo de salud mental y bienestar emocional*

**(SANTA BÁRBARA, Calif.)** – El propósito del recientemente establecido Equipo de Bienestar Comunitario es cumplir con la salud mental de la comunidad y el bienestar espiritual y emocional en respuesta al Incendio Thomas y el flujo de escombros del 9 de enero. Dirigido por el Departamento de Behavioral Wellness del condado de Santa Bárbara, se encuentra disponible una serie de servicios para satisfacer las necesidades únicas de las personas afectadas por el trauma colectivo e individual experimentado en la región.

“El Equipo de Bienestar Comunitario es una colaboración de 13 agencias locales trabajando juntas para apoyar el bienestar de nuestra comunidad,” dijo Suzanne Grimesey, MFT, Jefe de Cuidado de Calidad y Estrategia para el Departamento de Behavioral Wellness. Los síntomas de estrés experimentados en respuesta al trauma pueden incluir ansiedad, tristeza, depresión o confusión y se pueden notar en el sueño, la concentración, el trabajo o las relaciones.

“Las personas responden de manera diferente al trauma y pueden tener diferentes niveles de necesidad”, explicó Grimesey. “Dentro de la serie de servicios del Equipo de Bienestar Comunitario, hay una variedad de servicios de crisis disponibles, que incluyen consejería a corto y largo plazo”, ella notó.

Como miembro del Equipo de Bienestar Comunitario, Cottage Health ofrece un programa intensivo para pacientes ambulatorios de grupos diseñados para ayudar a las personas a aprender cómo manejar los síntomas de ansiedad, depresión y trauma. Los grupos de apoyo de Cottage Health se proporcionarán en inglés y en español, y todos son gratuitos. Las orientaciones para el programa ambulatorio intensivo comienzan esta semana. Más información está disponible en [www.CottageHealth.org/HowWeHeal](http://www.CottageHealth.org/HowWeHeal).

Más información sobre el Equipo de Bienestar Comunitario, incluyendo donde obtener servicios se encuentra en [ReadySBC.org](http://ReadySBC.org) en la sección de Salud y Seguridad. A través de este sitio, se puede acceder a una guía del Equipo de Bienestar Comunitario para los recursos de salud mental, bienestar espiritual y emocional.

**Stay Connected:**

It is critical that people in Santa Barbara County register to receive emergency alerts. Sign up for Aware and Prepare emergency alerts at [www.ReadySBC.org](http://www.ReadySBC.org). If we can't reach you, we can't alert you.

For updates through social media, follow @countyofsb on [Twitter](#) and [Facebook](#). For general information, call 2-1-1 from 805 area code or 800-400-1572 outside of 805, or text your zip code to 898-211.

**Permanece Conectado:**

Es muy importante que las personas en el Condado de Santa Bárbara se registren para recibir alertas de emergencias. Inscríbete en alertas de emergencia Informados y Preparados (Aware and Prepare) en [www.ReadySBC.org/es](http://www.ReadySBC.org/es). Si no podemos localizarte, no podemos alertarte.

Para actualizaciones por las redes sociales, sigue @csbenespanol en [Twitter](#), @countyofsb en [Facebook](#). Para información en general, llama al 2-1-1 desde el código de área 805, o al 800-400-1572 para fuera del 805, o manda por texto tu código postal al 898-211.