

En primer plano

Trabajadores esenciales

Para algunos de los adultos que reciben servicios del Centro Regional del Condado de Orange, las reglas del confinamiento domiciliario y las que prohíben las reuniones públicas grandes que no les permiten ir a su trabajo son de las cosas más difíciles de la pandemia del COVID-19. Sin embargo, muchas de las personas a quienes servimos tienen empleos que les clasifican como “trabajadores esenciales” y les han permitido seguir trabajando.

Algunos trabajan remotamente, cuando menos parte del tiempo, mientras que otros han seguido presentándose en su lugar de empleo, siguiendo los mismos protocolos de seguridad que sus compañeros de trabajo sin discapacidades. En este artículo se da una reseña biográfica de tres de los muchos adultos con discapacidades del desarrollo que han continuado desempeñando trabajo importante y hecho aportaciones valiosas a sus empleadores y a nuestra comunidad durante toda la pandemia.

Austin Bullock

Austin Bullock tiene autismo y trabaja como analista de reembolsos 2 en Servicios Financieros para Pacientes del UCI Medical Center (Centro Médico de la Universidad de California, Irvine). Se le contrató originalmente como



Austin Bullock

facturador1 en junio del 2019, luego le ascendieron a su puesto actual a fines de noviembre del 2020. Debido a la pandemia, trabaja actualmente desde casa la mayor parte del tiempo usando su propio equipo de computación junto con software remoto protegido que provee su empleador. Austin vive en casa con sus padres y ha instalado una oficina allí, con dos monitores en un escritorio en su recámara.

Le gusta trabajar en casa ya que le permite mayor flexibilidad con su tiempo. Como empleado asalariado puede, por ejemplo, trabajar más tarde algunos días cuando tiene proyectos urgentes, sin preocuparse de que viajar con mucho tráfico en su trayecto de la oficina a su casa. Sin embargo, como su departamento genera muchas cartas y paquetes que se necesitan mandar por correo, a principios de la pandemia se ofreció también como voluntario para ir a la

oficina periódicamente y asegurarse que se completaran dichas tareas, y hasta que se pudieran hacer otros arreglos para los envíos por correo.

Austin vive en casa con sus padres y ha instalado una oficina allí.

Se han instalado separadores en la oficina para proteger a los trabajadores allí. Asimismo, se requiere que todos los empleados usen mascarillas y mantengan el distanciamiento físico. Todas las mañanas también se les toma la temperatura a los oficinistas y contestan una serie de preguntas cuyo objetivo es descubrir síntomas o exposición potencial al COVID.

Austin es una de las historias exitosas e inspiradoras de Project SEARCH,

Trabajadores esenciales continúa en la p. 6.

Diálogo

El Centro Regional del Condado de Orange publica *Diálogo* cuatro veces al año para personas con discapacidades del desarrollo, sus familias y proveedores de servicios. También se puede leer *Diálogo* en el sitio web del RCOC: www.rcocdd.com.

Copyright © 2020   

Junta Directiva

John “Chip” Wright, *Presidente*
Cliff Amsden, *Vicepresidente*
Sylvia Delgado, *Secretaria*
Mine Hagen, *Tesorera*
Marcell Bassett
Tiffany Bauer
Meena Chockalingam Bedekar
Frances M.K. Hernandez
Amy Jessee
Liza Krassner
Sandy Martin
Chinh Nguyen
Fernando Peña

Reuniones de la Junta Directiva - Año fiscal 2020-2021

4 de marzo • 6 de mayo • 3 de junio

A la fecha aún no se toman decisiones acerca de cómo se celebrarán las próximas reuniones. Consulte el Calendario Mensual en el sitio web del RCOC para ver la información más actualizada.

Administración del RCOC

Larry Landauer, *Director Ejecutivo*
Bette Baber, *Directora de Finanzas*
Christina Petteruto, *Consejera General*
Jerrod Bonner, *Director de Información de Tecnología*
Peter Himber, M.D., *Director Médico*
Bonnie Ivers, Psy.D., *Directora Clínica*
Keli Radford, *Directora Provisional de Servicios y Apoyos*
Stacy Wong, *Directora de Recursos Humanos*
Patricia Glancy, *Gerente de Admisiones*
Jennifer Montañez, *Gerente del Área Central*
Carie Otto, *Gerente del Área Oeste*
Arturo Cazares, *Director Asociado de Empleo*
Greg Shimada, *Director Asociado de Tecnología de la Información*
Jack Stanton, *Director Asociado de Vivienda*
Marta Vasquez, *Directora Asociada de Finanzas*

¡Reserve la fecha para la fiesta de gala virtual de los Premios Spotlight 2021!

Nos complace anunciar que Michele Gile, la galardonada reportera de CBS2 y KCAL9, ha consentido en volver para los Premios Spotlight 2021 como nuestra maestra de ceremonias invitada. Debido a la preocupación continua por la seguridad debida al COVID-19, el evento se celebrará **por Zoom a las 5:30 p.m. el lunes 8 de marzo.**



Michele Gile

¡Lo maravilloso de realizar el evento virtualmente es que todos pueden asistir! No se necesita comprar boletos y hacer arreglos para el transporte. Para participar en la diversión, simplemente vayan al sitio web del RCOC (www.rcocdd.com), hagan clic en el enlace Premios Spotlight 2021 en la sección News & Events (Novedades y eventos) e inscribáse. Todas las personas que se inscriban recibirán recordatorios sobre el evento por correo electrónico junto con un enlace donde clicar a la hora del evento.

Los homenajeados recibirán sus premios por adelantado, pero darán sus discursos de aceptación en vivo. También se publicará una grabación del evento virtual en el sitio web del RCOC para los miembros de la comunidad que no puedan ver el evento en directo.

Ideas divertidas para la noche

Las personas, familias y proveedores de servicios residenciales pueden hacer el evento virtual de los Premios Spotlight más divertido animando a todas las personas en la casa/residencia a vestirse elegantemente, como si lo hicieran para la cena baile tradicional. También podría ser divertido preparar una comida o bocadillos especiales, o quizá servir palomitas para festejar.

Varios proveedores de servicios han indicado que planean tener fiestas con baile en las “salas para grupos pequeños” de Zoom después de la entrega de los premios. Si no puede participar en una de ellas, piense en organizar su propia fiesta con baile en casa creando una lista de canciones con su música para bailar favorita o haga clic en una lista con temas de baile en YouTube.



Informe del Director Ejecutivo

Participe en una encuesta NCI para ayudar a establecer las prioridades del RCOC

Por Larry Landauer, Director Ejecutivo

A veces la gente me pregunta cómo determina el RCOC la prioridad de los problemas e inquietudes en un momento dado. Se toman muchas cosas en cuenta en estas decisiones, incluso la necesidad de cumplir con los mandatos de la Asamblea Legislativa y del Departamento de Servicios del Desarrollo (DDS) de California, pero entre las contribuciones más valiosas en nuestro proceso de planificación estratégica se encuentran los datos que recibimos de la encuesta de Indicadores Básicos Nacionales (NCI).

En el 2000 el RCOC fue uno de los pioneros en los NCI al participar en sus encuestas mucho antes de que fuera un requisito del DDS en el 2010. En ese momento, como ahora, pensamos que es crucial tener datos objetivos para ayudarnos a elaborar políticas, destinar recursos, evaluar nuestro servicio al “cliente” y determinar de manera definitiva si realmente estamos

cumpliendo con nuestra misión en nombre de las personas con discapacidades del desarrollo y sus familias.

Los NCI incluyen tres encuestas que se realizan por separado cada tres años



y se concentran en diferentes segmentos de la comunidad a la que servimos: los adultos, las familias con hijos preadultos que viven en casa y familias con hijos adultos que viven en casa.

Hace poco recibimos los resultados de la encuesta Child Family más reciente y los compartimos en una reunión pública virtual. Esa presentación de la reunión está en el sitio web del RCOC, y también hay un panel interactivo en el sitio web del DDS (www.dds.ca.gov) que muestra los resultados de los NCI de todos los centros regionales de California.

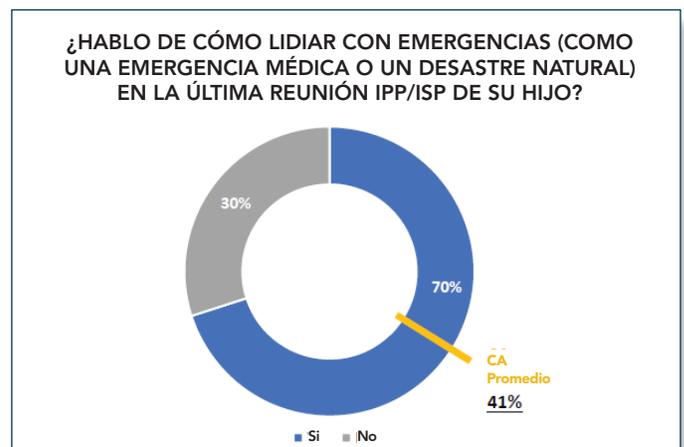
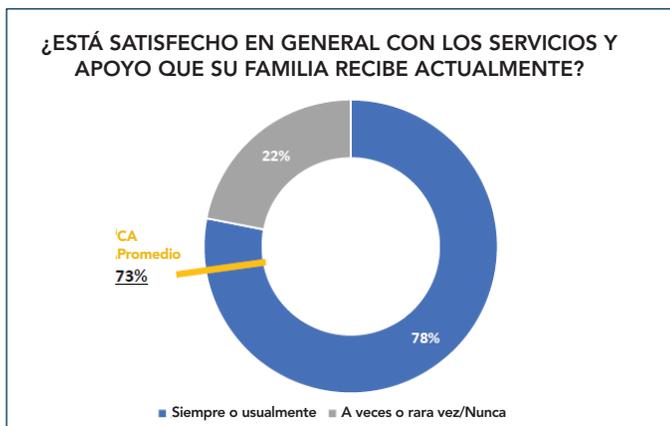
Como siempre, hubo comentarios constructivos que apreciamos sobre áreas que pueden mejorarse. No obstante, fue alentador ver que superamos el promedio estatal en un número de áreas, incluida la de satisfacción general con los servicios y el apoyo que reciben las familias.

Otro hallazgo significativo que señala la manera en que las encuestas ayudan a dar forma a las políticas es el área de planificación de emergencia. En el 2005 el

RCOC decidió incorporar la planificación de emergencia en su proceso de IPP. En ese momento estábamos pensando en terremotos. Sin embargo, la pandemia y los incendios masivos en California han demostrado más recientemente la importancia de este tipo de planificación y nos complace ver que es otra área en la que se calificó al RCOC muy por encima del promedio de California.

La próxima encuesta de los NCI, que se realizará en la primavera del 2021, se concentrará en los adultos que reciben servicios. Por lo general se llevan a cabo en persona pero, en vez de eso, los encuestadores del Consejo Estatal en Discapacidades del Desarrollo (SCDD) entrevistarán virtualmente por Zoom a personas seleccionadas al azar para hacerles preguntas sobre dónde viven y trabajan, el tipo de decisiones que toman, las actividades en que participan en sus comunidades, sus relaciones con sus amigos y familias, y su salud y bienestar.

Se mantiene la confidencialidad de todas las respuestas de las encuestas y no se usará ninguna información personal, como los nombres, en los informes públicos así que les ruego a todas las personas con quienes se comuniquen que contesten cuidadosamente. Tanto el RCOC como el estado revisan con cuidado sus comentarios, los cuales son una de las maneras más importantes en las que ustedes pueden ayudar a dar forma al futuro del RCOC y al sistema de servicios del desarrollo de California.



De persona a persona

Estar sano y feliz en la era del COVID-19

Por Sylvia Delgado, Presidente del PAC, y Jess Corey, Intercesor de pares del RCOC

¿Cuál es la primera cosa en la que pensamos cuando llega el Año Nuevo? Exacto. Lo adiviné: ¡Los propósitos de Año Nuevo!

Sylvia ha participado en el programa desde que empezó.

Aunque hemos perdido el control de muchas cosas durante la pandemia, uno de los mejores propósitos que podemos tener para el 2021 es mantener

nuestra mente y cuerpo en buena forma. El programa *Healthy Life, Happy Life* (Vida sana, vida feliz) del RCOC podría ser lo que necesita para empezar, sobre todo ahora que se ofrecen virtualmente (vea el recuadro sombreado).



Sylvia Delgado



Jyusse Corey

debería estar haciendo para estar más sana, pero el programa le enseñó a cómo leer las etiquetas de nutrición además de cómo ser más físicamente activa y prevenir muchas enfermedades. Con un poco de ayuda de sus

trabajadores de ILS ¡ha podido perder 50 libras de peso!

Cambiar nuestra dieta puede ser difícil, pero uno de los consejos de Sylvia es no llamarle eso. A nadie le gusta la palabra “dieta” así que, en su lugar, piensa en ella como un cambio de estilo de vida. Eso hace que sea más fácil concentrarse en sus metas.

Todos queremos sentirnos bien y mantener sanos nuestros cuerpos y mentes siempre es importante, si nos tenemos que quedar en casa o podemos salir a dar la vuelta. Y, aunque algunos participantes pierden peso, en general el bienestar en el enfoque principal de *Healthy Life, Happy Life*. Así que, ¿por qué no lo intenta? No se pierde nada y ¡quizá hasta le ayude a lograr su propósito de Año Nuevo!

Healthy Life, Happy Life se vuelve virtual

Debido a que todavía podría llevarse tiempo para que las personas a quienes servimos puedan asistir a los programas presenciales, el RCOC ha empezado a ofrecer el programa de bienestar *Healthy Life, Happy Life* virtualmente. La opción del nuevo formato incluye 14 lecciones presentadas en PowerPoint junto con vídeos multimedia incorporados para mejorar el aprendizaje.

Como ocurre con el currículum presencial, la edición virtual se ofrece por medio de programas diurnos y de proveedores de servicios de vida independiente y de apoyo (ILS/SLS). Los adultos interesados en participar pueden contactar a su proveedor de servicios o comunicarse con su Coordinador de Servicios del RCOC para obtener más información.



Practicar la plenitud mental puede mejorar la salud y el bienestar

Cuando la gente piensa acerca del bienestar, lo relaciona con hacer más ejercicio, comer mejor y perder peso. Aunque estas metas son probablemente sanas para la mayoría de nosotros, el bienestar en realidad implica más que solamente la salud física. Incluye asimismo cómo nos sentimos y hay muchas investigaciones que demuestran que la práctica de hábitos sanos puede hacernos sentirnos más sanos no solo física sino también mentalmente.

Uno de los hábitos sanos más ignorados que se cubre en el programa Healthy Life, Happy Life (Vida sana, vida feliz) es la plenitud mental. Aunque algunas personas relacionan la plenitud mental con una práctica religiosa de meditación, la plenitud mental y la meditación no tienen que ser prácticas espirituales. De hecho se sabe que son maneras efectivas de lidiar con el estrés y calmar o enfocar la forma de pensar de una persona, lo cual puede conducir a una mejor toma de decisiones en muchos aspectos diferentes de la vida.

En cuanto a las decisiones relativas a la comida, la plenitud mental puede simplemente consistir en ser más consciente de lo que ponemos en nuestros cuerpos. Por ejemplo, una plenitud mental sana nos motiva a pensar en si una comida o bebida es principalmente calorías vacías con poco valor nutritivo (como las papitas o las sodas) o algo de lo que necesitamos más, como las frutas y verduras, y el agua.

Ser consciente también puede ayudarnos a comer porciones de tamaño más sanos. Cuando solo abrimos una caja de botanas y comemos constantemente mientras vemos la televisión, ese es un ejemplo de botanear “sin pensar” que a menudo resulta en comer con exceso. Sin



embargo, cuando consumimos nuestras comidas de una manera consciente, nos servimos porciones de tamaño razonable y nos enfocamos en masticar y disfrutar cada bocado. Al concentrarnos en lo

que comemos, podemos captar más fácilmente las señales de nuestro cuerpo de que está lleno.

La plenitud mental puede ayudarnos asimismo a hacer una pausa y determinar si cuando tenemos ganas de comer se debe a que tenemos hambre realmente o quizá solo porque estamos estresados. Y nos puede ayudar a considerar maneras más sanas de lidiar con el estrés, como hacer respiraciones profundas o actividades físicas.

Talleres de control del comportamiento para padres

Estos talleres son gratuitos para los padres y se ofrecen por videoconferencia (en lugar de hacerlo en persona) debido a la pandemia. Cubre los principios básicos del control positivo del comportamiento, con un enfoque práctico en ayudar a los padres de niños con discapacidades del desarrollo a cambiar su propio comportamiento y el de sus hijos. Los padres participan activamente y se les invita a hablar de trastornos de conducta específicos a los que se están enfrentando. A fin de aprovechar al máximo la experiencia, se alienta a los padres para que asistan a todas las sesiones de una serie, entrenamiento para ir al baño fue el enfoque de la última sesión. Se requiere hacer reservaciones por adelantado. Comuníquese con su Coordinador de Servicios o con Tracy Vaughan llamándole al (714) 796-5223 o escribiéndole a tvaughan@rcocdd.com si desea información adicional y para inscribirse.

Presentado en español por Footprints

Cuándo: Jueves por la noche — 18 y 25 de marzo; 1 y 8 de abril

Hora: 6:30 a 9:00 p.m.

Presentado en inglés por Advanced Behavioral Health

Cuándo: Martes por la noche — 4, 11, 18 y 25 de mayo; y 1 de junio

Hora: 6:30 a 9:00 p.m.

Presentado en español por Advanced Behavioral Health

Cuándo: Jueves por la noche — 26 de agosto; 2, 9, 16 y 23 de septiembre

Hora: 6:30 a 9:00 p.m.

Nota: Los detalles del taller de octubre/noviembre, que se presentará en vietnamita, se darán en el próximo número de Dialogue y en línea en el sitio web del RCOC (www.rcocdd.com).

Trabajadores esenciales

(continuación de la p.1)

un programa de pasantía que permite a adultos autistas obtener valiosa experiencia laboral. Después de haber sido entrevistado y seleccionado para el programa, hizo pasantías en cuatro departamentos del UCI Medical Center. Aunque no se contrata a todos los pasantes después de completar el programa, en Servicios Financieros para Pacientes quedaron tan impresionados con Austin que le ofrecieron trabajo de tiempo completo con prestaciones.

Amber Sasaki, la Coordinadora de Servicios del RCOC de Austin, estuvo entusiasmada con la disposición de Austin para competir por una pasantía en Project SEARCH. “Es posible que haya tenido sus reservas”, comentó ella. “Pero estaba dispuesto a intentarlo. Se lanzó y ¡vean dónde está ahora!”

A temprana edad Austin pensó en que a lo mejor quería ser meteorólogo ya que le encanta el clima y le fue bien en las clases de física. Cuando eso no funcionó, batalló para encontrar otra línea de empleo que le interesara y usó sus fuertes habilidades de pensamiento analítico. Anima a otras personas que reciben servicios del RCOC para que estén dispuestos a tratar diferentes tipos de trabajo, aunque no sea algo que ellos hayan pensado jamás que harían.

“Encuentras que hay cosas de las que no sabías que pueden hacerte feliz”, señala.

Robin Weingart

En el transcurso de un solo turno de un día Robin Weingart y el equipo con el que trabaja en Alcon Laboratories limpiaron y prepararon alrededor 3,000 paquetes de equipo de alta tecnología que luego se envía a todo el mundo a médicos que usan los dispositivos para realizar cirugías de los ojos.

Como trabaja en una “habitación limpia” en donde no puede haber nada de

contaminación externa, Robin está acostumbrada a precauciones de seguridad estrictas. Se requiere que sus compañeros de trabajo y ella se laven cuidadosamente antes de entrar, que usen uniformes especiales y que dejen todas sus pertenencias afuera en casilleros. Robin, que tiene una discapacidad intelectual leve, ha estado trabajando tiempo completo en la habitación limpia de Alcon desde 1999 y recibe prestaciones completas, al igual que los empleados sin discapacidades de la compañía.



Robin Weingart

Robin ha vivido en su propio departamento durante muchos años.

Cuando se le preguntó qué era lo que más le gustaba de su trabajo, Robin contestó: “Mi jefe es muy amable, otras personas son muy agradables y los compañeros de trabajo se ayudan entre sí”.

Robin puede tomar el autobús para desplazarse, pero debido a que su turno empieza tan temprano en la mañana, actualmente usa taxis para ir y venir del trabajo. Antes se iba en coche con uno de sus compañeros, pero tuvo que encontrar otra forma de transporte después de que esa persona se jubiló.

“Robin es muy agradable, se lleva bien con sus compañeros y conoce muy bien el trabajo”, indica Beth Ann Pierce, que ha sido la Coordinadora de Servicios del RCOC de Robin en los últimos diez años.

El proveedor de servicios del RCOC Vocational Visions le ayudó a Robin a conseguir el trabajo en 1999. Ella necesita solo apoyo ocasional ahora y su entrenador en el trabajo pasa cada par de semanas a la hora de su almuerzo para ver cómo va.

Robin, una empleada que aprecian sus compañeros de trabajo y que obtiene buenas evaluaciones de su supervisor constantemente, está dedicada a dominar las habilidades necesarias para hacer su trabajo de la manera correcta. Aprecia en particular el entorno laboral respetuoso de Alcon. “La gente es muy amable y los compañeros se ayudan entre sí”, dice.

La familia de Robin también está muy orgullosa de sus logros y su independencia. Robin ha vivido en su propio departamento durante muchos años, con la ayuda financiera de HUD y el apoyo para vivir independientemente de Project Independence.

Cuando se le preguntó qué consejo tiene para otras personas que desean tener éxito en el trabajo, respondió: “Haz lo que se supone que tienes que hacer. Sé positivo. Se bondadoso con la gente. Y, si necesitas ayuda, pídelo”.

Austin Harvey

Austin Harvey trabaja medio tiempo como ayudante general en Vons y tenía un talento natural para los negocios de comestibles. Sus padres, que son también veteranos de los negocios de comestibles, le enseñaron a tratar a la gente con respeto, a ser siempre amable con los demás, a tener una sonrisa y a hacer su trabajo.

Sus padres, que apoyan mucho la independencia de Austin, le ayudaron asimismo a conseguir el trabajo hace cuatro años, cuando todavía estaba en el programa de transición de su high school.

Para Austin, que tiene autismo, la interacción social es la mejor parte de su trabajo.

Debido a que las tiendas de comestibles son negocios “esenciales”, Austin ha podido seguir trabajando durante la pandemia. Vive en la casa de sus padres y, aunque acostumbraba a tomar el autobús para ir y venir del trabajo, ahora le lleva su padre, que ya se ha jubilado. Tampoco ha tenido ningún problema con las medidas de seguridad requeridas, como usar mascarillas y

lavarse las manos, ya que reconoce la importancia de la higiene para prevenir la propagación del COVID-19.

Para Austin, que tiene autismo, la interacción social es la mejor parte de su trabajo. Le gusta ver a la gente con la que trabaja y llegar a conocerla. También le gusta interactuar con los clientes amistosos de la tienda, muchos de los cuales son habituales y siempre le preguntan cómo está. Como ya aprendió todas las tareas clave relacionadas con su trabajo, ahora solo necesita apoyo ocasional de su entrenador en el trabajo de Goodwill del Condado de Orange.

También comentó que su familia le ayuda mucho si tiene un mal día en el trabajo. “Me dejan desahogarme”, se ríe.

A Tiffany Sanchez, la Coordinadora de Servicios del RCOC de Austin, no le sorprende su éxito en el trabajo. “A la gente le gusta trabajar con Austin”, señala. “Tiene los pies en la tierra, es generoso y dulce, y siempre está dispuesto a ayudar. También es gracioso, ¡y tiene un gran sentido del humor!”



Austin Harvey

Además de trabajar, Austin asiste a clases en el colegio universitario comunitario por medio del Centro Wilshire de Educación Continua del Norte del Condado de Orange en Fullerton. Entre sus clases actuales, que se están impartiendo ahora en línea debido a la pandemia, se incluye la de vivir independientemente, la cual se concentra en habilidades para ahorrar y gastar dinero de una manera sensata. También está tomando clases de cocina, donde ha aprendido a preparar varios platillos deliciosos, como los calzones italianos.

Aunque no le gusta no poder asistir en persona a clases, dice: “Todavía es muy cool ver a gente en Zoom”.

Gracias a quienes apoyan el Árbol de Deseos y Spark of Love de ABC7

A pesar de la pandemia, la comunidad del Condado de Orange aunó esfuerzos para alegrar las fiestas para cientos de personas y familias que reciben servicios del RCOC. Nuestra comunidad cumplió los deseos de regalos de 592 niños y adultos por medio del arraigado programa Árbol de Deseos del RCOC. Entre los patrocinadores se incluyen: Brandman University, CASTO Chapter 2, Collins Aerospace, Community Support Services, Cortica Care, Girl Scouts Oso Valley Service Unit, GT Independence, Troutman Pepper, Fox Dealer Interactive, GSG Support Services y 24 Hour Homecare, junto con más de 130 personas, entre ellas, miembros de la Junta Directiva y empleados del RCOC. El programa de *Spark of Love* de ABC7 también donó 170 juguetes, que se distribuyeron a familias de bajos ingresos que reciben servicios del programa Intervención Temprana del RCOC.



Adan Garcia

Ver al reverso ***Gracias a quienes apoyan el Árbol de Deseos y Spark of Love de ABC7.***



Regional Center of Orange County
 P.O. Box 22010
 Santa Ana, CA 92702-2010

NON-PROFIT
 ORGANIZATION
 U.S. POSTAGE
PAID
 SANTA ANA, CA
 PERMIT NO. 1285

Diálogo   

CONTENIDO

En primer plano: Trabajadores esenciales 1

¡Reserve la fecha para la fiesta de gala virtual de los Premios Spotlight 2021!..... 2

Ideas divertidas para la noche 2

Informe del Director Ejecutivo 3

De persona a persona..... 4

Healthy Life, Happy Life se vuelve virtual... 4

Bienestar diario 5

Talleres de control del comportamiento 5

Gracias a quienes apoyan el Árbol de Deseos y *Spark of Love* de ABC7 7

Regional Center of Orange County Locations

Santa Ana Office

1525 N. Tustin Avenue
 24-hr Phone: (714) 796-5100

Cypress Office

10803 Hope Street, Suite A
 24-hr Phone: (714) 796-2900

Gracias a quienes apoyan el Árbol de Deseos y *Spark of Love* de ABC7 (continuación de la página 7)



(arriba de I-D) Jesus Gonzales, Dorothy Quintana, Thomas Lau Hee, Joseph Jacinto, Vickie Perry, y Gordon Hanes

Julian Leon

Darla Ramirez y su madre Ivonne Santiago

Han Nguyen

John Trinh (derecha) y su Coordinadora de Servicios Katelyn Nguyen



El Centro Regional del Condado de Orange ha preparado este encarte especialmente para las personas y familias a las que servimos que se sienten más cómodas comunicándose en español. En este encarte usualmente compartiríamos detalles sobre diversos eventos, programas y actividades comunitarias para las familias del Condado de Orange. Lamentablemente, la mayoría de ellos se han cancelado debido a preocupaciones médicas relacionadas con el COVID-19 o a que no se habían tomado decisiones aún en el momento de la impresión de este número.

Recursos e información sobre el COVID-19

El RCOC ha publicado información fidedigna y actualizada en las páginas de su sitio web y redes sociales sobre el COVID-19; sin embargo, debido a que esos materiales están solo en inglés, se invita a los hispanohablantes que tengan preguntas o inquietudes a que se comuniquen directamente con la Coordinadora de Alcance con la Comunidad del RCOC Reina Hernandez llamándole al (714) 558-5406 o escribiéndole a rhernandez@rocdd.com.

Cómo tener acceso a servicios del comportamiento

Si una persona que recibe servicios del RCOC tiene actitudes desafiantes que afectan su habilidad para aprender, retener un trabajo o convivir con otras personas, es posible que ese individuo califique para recibir servicios del comportamiento. En el caso de las personas con discapacidades del desarrollo, en particular quienes están en el espectro autista, los servicios del comportamiento a menudo implican un tipo reconocido de terapia denominada Análisis Conductual Aplicado o ABA.



conductas que puedan dificultar que una persona aprenda, lidie e interactúe con otras personas. Con frecuencia los padres y otros familiares también reciben capacitación de profesionales de ABA para que puedan reforzar la terapia en casa.

Hace varios años el Estado de California ordenó que los seguros médicos privados y Medi-Cal cubrieran los servicios del comportamiento, como ABA; así que el RCOC ya no autoriza ni paga, por lo general, por estos servicios. Sin embargo, el Coordinador de Servicios

del RCOC de una familia puede ser muy útil y ayudarlo a entender los servicios del comportamiento, orientar sobre qué preguntas hacer a los proveedores de servicios potenciales y cómo asegurarse que su aseguradora o Medi-Cal (que opera como Cal-Optima en el Condado de Orange) cubra los costos. Si una aseguradora se niega a cubrir los servicios del comportamiento, los Coordinadores de Servicios del RCOC pueden ayudar también a las familias a entender y proseguir con el proceso de apelaciones.

Los servicios del comportamiento a menudo implican un tipo reconocido de terapia denominada Análisis Conductual Aplicado o ABA.

ABA emplea diversas técnicas, como la reafirmación positiva, para alentar comportamientos apropiados y desalentar

Hace varios años el Estado de California ordenó que los seguros médicos privados y Medi-Cal cubrieran los servicios del comportamiento, como ABA

Si desea información adicional sobre los servicios del comportamiento del RCOC, asegúrese de contactar a su Coordinador de Servicios del RCOC.

(continúa al dorso)

Fundamentos del Análisis Conductual Aplicado (ABA)

El Análisis Conductual Aplicado, o ABA, es un tipo de terapia que ayuda a muchas de las personas que reciben servicios del RCOC a aprender tipos de comportamiento apropiados para una amplia gama de circunstancias, desde la escuela y los salones de clase hasta el lugar de trabajo y las interacciones personales con amigos y familiares, y otros más.

ABA se desarrolló por primera vez en la década de 1960 y existe ahora mucha investigación que respalda las técnicas usadas. Como tal, es una de las terapias más comunes recomendadas para quienes están en el espectro autista y para otras personas que pudiesen tener trastornos de conducta. Aunque se pueden usar diversas técnicas, el principio básico de ABA es promover tipos de comportamiento positivo, generalmente con reafirmación positiva (como con un juguete, una sorpresa u otro premio que la persona valore) y desalentar los negativos con consecuencias, como estar castigado o quitarle tiempo en la computadora.

Una de las terapias más comunes recomendadas para quienes están en el espectro autista.

Mientras que las formas iniciales de ABA dependían mucho de métodos muy rígidos que se aplicaban hasta 40 horas a la semana, el ABA actual es mucho más flexible y personalizado, y su objetivo es ayudar a la persona a aprender tipos de conducta apropiados en el contexto de sus actividades diarias normales.

Se podría usar, por ejemplo, para ayudar a un niño a aprender una habilidad nueva (como ir al baño o usar una cuchara en lugar de los dedos para comer) o

habilidades sociales para jugar con niños de su edad. Los estudiantes se benefician con frecuencia con ABA ya que puede ayudarles a evitar tipos de conducta disruptiva, como las rabietas, a aprender habilidades complejas, como leer, y a prestar mejor atención a sus maestros en el salón de clases. Entre los adultos, ABA podría ayudar a una persona a aprender a viajar en autobús, convivir de una manera más efectiva con los compañeros de trabajo o tener conversaciones sociales con amigos, por ejemplo.

Se requiere consistencia en ABA para que resulte más eficaz.

Como ocurre en la mayoría de las formas de enseñanza, se requiere consistencia en ABA para que resulte más eficaz. Debido a que un analista del comportamiento no puede estar con la persona las 24 horas del día, se recomienda que los padres y otros familiares colaboren con el analista del comportamiento y aprendan cómo reforzar la terapia en casa. A menudo esto empieza simplemente observando las sesiones de ABA. También se le podría pedir a uno de los padres que practique las técnicas ABA bajo la supervisión del analista del comportamiento.

También se alienta a los padres para que estudien cuidadosamente a su hijo con el fin de determinar qué premios le motivarán más, si es un juguete favorito, una sorpresa o algo más. ABA enfatiza asimismo la importancia de reafirmación inmediata y específica con el fin de que el niño conecte el premio con el comportamiento deseado. Eso se debe a que la reafirmación demorada o confusa a veces puede reforzar sin querer el comportamiento equivocado.

¿Quién puede realizar el ABA?

Por lo general un profesional llamado “analista del comportamiento” le hace el ABA a la persona. Los analistas del comportamiento tienen una licenciatura o una maestría en Análisis Conductual Aplicado, Educación o Psicología. También tienen que haber completado cierto número de horas de experiencia laboral supervisada y pasar un examen de certificación nacional.

Por lo general un profesional llamado “analista del comportamiento” le hace el ABA a la persona.

En California la Junta de Certificación de Analistas del Comportamiento se encarga de certificarlos y les concede dos designaciones: Board Certified Behavior Analyst® (BCBA®, Analista del Comportamiento Certificado por la Junta), un nivel profesional más alto con al menos una maestría, y Board Certified Assistant Behavior Analyst® (BCaBA®, Asistente de Analista del Comportamiento Certificado por la Junta) con una licenciatura. Como ocurre con la mayoría de los profesionales médicos, ambos deben tomar clases de educación continua para mantener su certificación.

