

	<b>[English]</b> <b>Safe, Smart and Healthy</b> <i>Keys to Success in Your New Home</i>	<b>[Español]</b> <b>VO: Seguro, inteligente y sano</b> <b>VO: Claves para el éxito en su nuevo hogar</b>
	<b>SECTION 1:</b>	<b>[Español]</b>
	<b>SECTION 1: Medical Care and Health Insurance</b>	<b>VO: Atención médica y seguro de salud</b>
	<b>Video</b>	<b>Audio</b>
		<b>VO:</b> Tres familias de refugiados se adaptan a la vida en los Estados Unidos. Aprenden sobre el sistema de salud en este país, y lo que necesitan para recibir la atención médica necesaria.
2	Doctors Office 1	<b>VO:</b> La señora Li aprendió sobre la <b>atención primaria</b> . Atención primaria es cuando <i>hace una cita</i> para ir al médico porque no se siente bien... o, para hacerse un <i>control</i> .  La señora Li lleva a su hija más pequeña al médico para un control. Su hija tiene muy buena salud.
3	Doctor 1	<b>SYNC:</b> "Come back and see me in one year."
4	Mr. Adam at home; calls doctor	<b>VO:</b> El señor Adam no se siente bien, y quiere ver a un médico enseguida. El consultorio del médico a donde <i>suele</i> ir no está abierto el fin de semana, ni por la noche.
5		<b>VO:</b> Va a atenderse a la clínica de <b>urgencia</b> —que en inglés se llama "Urgent Care". El consultorio de atención de urgencia está abierto, y lo puede atender sin una cita. El señor Adam tiene una infección de oído. Debe tomar un medicamento y seguir las instrucciones al pie de la letra.
6	Doctor 2	<b>SYNC:</b> "You will feel better in a few days."

7	Ba family at home	<p><b>VO:</b> La señora Ba se hizo un corte serio en la mano mientras estaba cocinando. Parece un corte grave. Su esposo le envuelve la mano en una toalla y la lleva a la <b>Sala de emergencias</b> del hospital.</p>
8	Mr. Ba	<p><b>SYNC:</b> "My wife has cut her hand."</p>
9	Mrs. Li on phone	<p><b>VO:</b> Cuando la señora Li usó la <i>atención primaria</i>, llamó al consultorio del médico para hacer una cita. Como no habla inglés, en el consultorio le proporcionaron la ayuda de un <i>intérprete telefónico</i>.</p>
10	Li's arrive at Doctors Office 1	<p><b>VO:</b> En el caso de las visitas <b>programadas</b>, debe llegar al consultorio del médico <i>15 minutos</i> antes de la hora fijada. Lleve consigo su tarjeta de seguro, y dinero para los pagos que deba hacer.</p>
11	Mrs. Li on phone	<p><b>VO:</b> Si no puede ir a su cita, debe <b>llamar</b> al consultorio del médico con tiempo para avisar. Puede <b>cancelar</b> la cita, o <b>cambiarla para otro día</b>. Si <b>no</b> llama, y falta a la cita, puede que tenga que <b>pagarla</b> igualmente.</p>
12	Patient/Doctor	<p><b>VO:</b> La señora Li llevó a su hija a su médico acostumbrado para un control. Esta persona también se conoce como su "<b>médico de atención primaria</b>". Llame a su médico acostumbrado para fijar una cita cuando esté resfriado, con gripe o sienta dolores menores.</p>
13	Urgent Care clinic	<p><b>VO:</b> El señor Adam fue a la clínica de <i>Atención de urgencia</i>. Vaya a atenderse <b>de urgencia</b> cuando tenga un dolor más fuerte, que no pueda esperar a una cita programada en el horario regular de atención — como una infección de oído, o una torcedura de tobillo o de muñeca.</p>

14	<p>Emergency Room Patient/Doctor 911 flashes onscreen</p>	<p><b>VO:</b> El señor Ba llevó a su esposa a la <b>sala de emergencias</b>, porque se hizo una herida grave y la mano le sangraba mucho. <b>Sólo vaya a la sala de emergencias si su vida corre peligro, como en caso de infarto, apoplejía, ataque de asma o quemaduras y cortes graves.</b></p> <p>Si <i>no</i> tiene forma de ir al hospital, llame por teléfono al <b>9-1-1</b> y pida una ambulancia. <i>No</i> vaya a la sala de emergencias por dolores menores.</p>
15	ER Doctor	<p><b>SYNC:</b> "This cut needed stitches, but it will heal in a few weeks."</p>
16	<p>Doctors office 1 Li and daughter with interpreter</p>	<p><b>VO:</b> Cuando consulte a un médico, tiene derecho a recibir la ayuda de un <b>intérprete profesional</b>. Este experto en el idioma traduce todo lo que usted dice, y todo lo que dicen el médico y las enfermeras, para que puedan entenderse a la perfección.</p> <p>Es responsabilidad del médico o del hospital ofrecer los servicios de un intérprete. Pedir un intérprete <i>no</i> le costará más dinero.</p>

17		<p>Cuando la señora Li llevó a su hija al control, su médico le proporcionó los servicios de un intérprete. El intérprete ayudó a la señora Li a entender exactamente lo que debe hacer para ayudar a que su hija siga estando sana.</p> <p><b>No use a familiares ni amigos como intérpretes. Esto debe hacerlo un profesional preparado.</b></p> <p>No puede usar a ningún <b>niño</b> como intérprete.</p> <p>Cuando fije una cita con cualquier médico <i>nuevo</i>, asegúrese de decirle que necesita un intérprete de su idioma.</p>
18	Nurse with language selection card	<p><b>SYNC:</b> “Point to your language and we will get you an interpreter.”</p>
19	Financial/Insurance meeting at doctor’s office	<p><b>VO:</b> Cuando vaya a consultar a un médico, deberá <b>pagar</b> una <i>parte</i> del costo de la consulta. Aunque <i>tenga</i> seguro, por lo general deberá pagar <b>algún</b> costo usted mismo.</p>
20		<p>Es importante que llegue <b>puntualmente</b> a su cita. Si no es posible, debe <u>llamar 24 horas antes</u> para cambiar o cancelar su cita.</p>
21	Waiting at bus stop	<p><b>VO:</b> La señora Li planea la <b>forma de transporte</b>, para asegurarse de llegar puntualmente con su hija al consultorio del médico.</p>

22	Mrs. Li collects medical records into file folder	<p><b>VO:</b> Lleve consigo <b>todo</b> su historial médico. Debe mantener todos los papeles de su historial médico bien organizados y guardados en un lugar seguro, porque los necesitará cuando quiera cambiar su estado de refugiado a residente permanente.</p> <p>iAsegúrese de que su historial médico tenga <b>toda</b> la información sobre vacunas, exámenes médicos y otros tratamientos médicos importantes que haya recibido.</p>
23	Doctor	<p><b>SYNC:</b> "Do you have your medical records with you?"</p>
24	Refugee health screening forms Civil Surgeon giving TB test	<p><b>VO:</b> La mayoría de los exámenes y tratamientos médicos que necesita para cambiar su estado se le harán gratis, y el primero será la <b>evaluación de salud para refugiados</b>.</p> <p>Cuando quiera convertirse en residente permanente, si <i>no</i> tiene el historial médico para <b>probar</b> que se hizo estos exámenes y tratamientos, tendrá que <b>pagar</b> al médico que trata a los refugiados, llamado <i>Civil Surgeon</i> en inglés, para que le <b>vuelva a dar</b> las vacunas.</p>

25	Resettlement Office Caseworker reviews file while on phone	<p><b>VO:</b> Cuando el señor Adam llegó a su nueva ciudad, un trabajador social de la agencia de reubicación, fijó una cita en el consultorio del médico, para comenzar su evaluación de salud para refugiados.</p> <p>Estas visitas al médico se hacen para identificar cualquier problema de salud que pudiera interferir con el trabajo o el estudio. Queremos que su nueva vida en Estados Unidos sea exitosa: que tenga un buen trabajo y que sus hijos vayan a una buena escuela. Si usted o su familia están enfermos, les será difícil trabajar, o difícil que sus hijos asistan a la escuela.</p>
26	Doctors Office Mr. Adam shows medical records to doctor and nurse	<p><b>VO:</b> El señor Adam llevó su historial médico al consultorio del médico. Es importante que lleve todo el historial médico que trajo en el avión, y que se lo muestre al médico.</p> <p>Debe decirle al médico de cualquier enfermedad o problema de salud que tenga <b>ahora</b>, o si alguna vez estuvo enfermo o lo operaron <b>antes</b> de venir a Estados Unidos.</p>
27	Child getting lead test	<p><b>VO:</b> La evaluación de salud para refugiados incluye muchos exámenes médicos y vacunas. También incluye un <b>examen para detectar la presencia de plomo en la sangre</b> para los niños. Es muy importante llevar a su hijo a hacerse un <b>segundo</b> examen para detectar plomo en la sangre, tres meses después del primero. El médico necesita los resultados de <b>los dos</b> exámenes para asegurarse de que su hijo esté sano.</p>

28		<p>Cuando los niños o adultos se exponen al <b>plomo</b>, por ejemplo al tragar pintura o tierra que tenga este metal, pueden hacerse mucho daño. Incluso <b>pequeñas cantidades</b> de plomo en la sangre, ya sea por respirarlo, tocarlo o tragarlo, puede causar daño cerebral, anemia, dolor en músculos y articulaciones y muchos otros problemas de salud muy graves.</p>
29	Child gets <i>second lead test</i>	<p>Recuerde que hacer un <b>segundo</b> examen de sangre a sus hijos para controlar si hay plomo, es muy importante para asegurarse de que estén sanos.</p>
30	<p>Doctors office 2 Blood test, Skin test, X-ray Nurse gives container to Mr. Adam; he returns with stool sample</p>	<p><b>VO:</b> Es importante participar en <i>todas las partes</i> de la evaluación de salud para refugiados. Cuando la enfermera le entrega un recipiente para llevar una muestra de materia fecal, es muy importante que siga las instrucciones <i>al pie de la letra</i>.</p> <p>El examen es necesario para ver si tiene parásitos o gérmenes que puedan provocar enfermedades a usted o a su familia.</p>
31	<p>Doctor gives referral document to patient, so he can go a specialist.</p>	<p>Si el médico o la enfermera descubren que está enfermo o que necesita más atención médica, será <b>remitado</b>. Esto quiere decir que harán una cita para que vaya a ver a <i>otro</i> médico que lo ayude a mejorarse.</p> <p>Es muy importante que <b>vaya</b> a estas citas, para recibir ayuda con cualquier enfermedad o problemas que tenga con los ojos, los oídos o los dientes.</p>
32	Mr. Adam enters Doctors office 3	<p><b>VO:</b> Estas citas se llaman <b>citas de control</b>. Deberá traer su tarjeta de seguro de salud a sus citas de control.</p>
33	Receptionist on camera:	<p><b>SYNC:</b> "Do you have your health insurance card?"</p>

34	Doctors office 3	<b>VO:</b> No tiene que pagar la evaluación de salud para refugiados. Pero todo el <b><u>resto</u></b> de la atención médica costará dinero. El costo se puede reducir si tiene una tarjeta de seguro de salud del gobierno, o una tarjeta de seguro de salud de su trabajo.
35		<b>VO:</b> El señor Adam llegó a Estados Unidos hace sólo tres meses. Aún usa su tarjeta de seguro de salud del <i>gobierno</i> .  Como refugiado, tendrá una tarjeta de seguro de salud del gobierno durante sus primeros <u>ocho meses</u> en Estados Unidos. Después de ocho meses, <i>es posible que</i> siga teniendo una tarjeta de seguro de salud del gobierno, en especial si tiene hijos.
36	Office Conference room Mr. Ba receives benefit card  Mrs. Ba gets folder with insurance info	<b>VO:</b> El señor y la señora Ba llegaron a Estados Unidos hace más de un año, y ya no tienen una tarjeta de seguro de salud del gobierno. Los dos tienen trabajo en empresas que ofrecen seguro de salud a sus empleados. Si no recibe una tarjeta de seguro de salud del gobierno, debe intentar conseguir un trabajo que ofrezca seguro de salud.

37	Looks in phone book for a doctor	<p>Si no tiene <b>ninguna</b> tarjeta de seguro de salud, debe encontrar un consultorio médico de bajo costo. Pida al trabajador social encargado de su caso una lista de clínicas de bajo costo.</p> <p>Consultar a un médico sin tener tarjeta de seguro de salud puede ser muy caro, y <u>usted</u> será el responsable de pagar las facturas que el consultorio médico le envíe.</p> <p>Si <i>no</i> paga esas facturas, le resultará difícil más adelante comprar un auto o conseguir un buen apartamento.</p>
38	Obstetrician or Gynecologist consults with patient	<p><b>VO:</b> La señora Li y la señora Ba también van a un <b>obstetra</b> o <b>ginecólogo</b>. Si usted es mujer, posiblemente la transfieran a uno de estos médicos. Son especialistas en la atención de la mujer.</p> <p>Estos médicos pueden ayudarla cuando esté embarazada, ofreciendo <b>atención prenatal</b>. Esto es muy importante si va a tener un bebé.</p> <p>Si recibe atención prenatal, su bebé será <i>más sano</i>.</p>
39		<p>Estos médicos también pueden ayudar con otros temas de salud que sólo tienen las mujeres, como problemas menstruales o de la menopausia.</p>
40	2 <sup>nd</sup> Doctor consults with patient	<p>Estos profesionales médicos, y otros médicos y enfermeras, pueden ayudarle con la <b>planificación familiar</b>. La planificación familiar es importante para quedar embarazada sólo cuando esté <b>lista</b>, y tener la cantidad de hijos que en efecto <b>quiera</b> tener.</p>

41 *		<p>La señora Li decidió tener sólo dos hijos, y practica la planificación familiar con la ayuda de su médico.</p> <p>La cantidad de hijos que tenga es <b>su</b> decisión. <b>Usted puede elegir</b> cuánto tiempo esperar entre el nacimiento de un hijo y el siguiente embarazo. Hable con su médico o con la enfermera cuando quiera información sobre la planificación familiar.</p>
42	Mother and daughter talk with doctor and nurse	<p><b>VO:</b> Es posible que el médico <i>remita</i> a sus hijos a un <b>pediatra</b>. Los pediatras son los médicos especialistas en el tratamiento de niños.</p> <p>Es importante que sus hijos vean al pediatra regularmente, para así crecer sanos y fuertes.</p>
43		<p>Recuerde llevar el historial médico de sus hijos a la primera visita con el pediatra.</p>
44	Doctors office 6 Mr. Ba with new doctor	<p><b>VO:</b> El señor Ba consulta a un médico periódicamente para controlar su artritis. Si sufre algún problema <i>crónico</i>, es posible que lo remitan a otro médico.</p> <p>Los problemas <b>crónicos</b> <i>duran más tiempo</i>, e incluyen enfermedades como presión arterial alta, diabetes y artritis. Deben ser controlados por un médico periódicamente.</p> <p>Si sufre una enfermedad crónica, es importante que consulte al médico regularmente, para que este pueda revisarlo y ver cómo está.</p>

45		<p>Lo que come, lo que bebe y los medicamentos que toma tienen efectos en usted. Asegúrese de decirle a su médico lo que come, lo que bebe y los medicamentos que toma, <i>incluidos</i> toda <b>vitamina, complemento herbal y remedio casero</b>. El médico también debe saber si usted toma <b>alcohol o fuma</b>, y <i>cuánto</i>.</p>
46	Doctor on camera	<p><b>SYNC:</b> "Tell me about your diet. What do you eat and drink regularly?"</p>
47	<p>Doctors office 7</p> <p>Mr. Ba at home not sleeping, arguing with family</p>	<p><b>VO:</b> Es común necesitar consultar al médico tanto si tiene un padecimiento físico como mental. <u>No se avergüence</u> si necesita hablar con alguien porque se siente triste, o preocupado.</p> <p>Sus problemas anteriores pueden no desaparecer y es posible que sus problemas actuales no lo dejen dormir, le causen pesadillas o problemas en sus relaciones. Si siente algo de esto, es bueno hablar con algún experto en salud mental.</p>
48	<p>Doctors office 7</p> <p>Mr. Ba talks with counselor.</p>	<p>Si revive malos momentos del pasado, tiene pesadillas habitualmente, siente culpa o enojo o tiene problemas para dormir, tal vez necesite la ayuda de un experto en salud mental. Un consejero, un psiquiatra o un trabajador social le pueden proporcionar este tipo de atención.</p> <p>Es importante buscar ayuda, para poder ir a trabajar. Seguir sin ayuda puede ser difícil para usted, y también para su familia. <i>No lo castigarán ni lo separarán de su familia por pedir ayuda para su salud mental.</i></p>

	<b>SECTION 2:</b>	<b>[SPANISH]</b>
	<b>SECTION 2: Medications and Home Remedies</b>	<b>VO: Medicamentos y remedios caseros</b>
99	Grocery Store Mrs. Li looks at “over the counter” medicines on the shelf	<p><b>VO:</b> La señora Li siempre tiene cuidado al tomar medicamentos que compra en el supermercado o en la farmacia. Estos se llaman medicamentos “<b>de venta libre</b>”, porque puede comprarlos sin una receta del médico.</p> <p>Si no sabe el nombre del medicamento que necesita, o si tiene preguntas, <b>consulte al farmacéutico</b>. El farmacéutico es una persona con una preparación especial para trabajar con medicamentos, <i>incluidos</i> los medicamentos que no necesitan receta.</p>
100		<p>Ella siempre <b>lee las instrucciones</b> con atención, y sólo usa los medicamentos según sus indicaciones. <b>No tome más medicamento de lo indicado en las instrucciones: no le hará sentirse mejor más rápido.</b></p> <p>Tenga la precaución de leer las instrucciones sobre cómo se deben administrar los medicamentos a <i>niños</i>. A veces, necesitan menos cantidad, una versión totalmente diferente del medicamento, o ni siquiera deben tomarlo.</p> <p>Si no se siente mejor después de tomar los medicamentos que compró en la tienda, <b>vaya a ver a un médico</b>.</p>
101	<p>Doctor writes prescription, hands to Mrs. Li</p> <p>Mrs. Li leaves doctor’s office with prescription in her hand</p>	<p><b>VO:</b> Otras veces, la señora Li ha ido al consultorio del médico, y el médico le dio una <b>receta</b>. Una <b>receta</b> es para un medicamento que tratará un problema específico que tenga. Asegúrese de decirle al médico <u>todos</u> los medicamentos o remedios que esté tomando — incluidos <b>otros</b> medicamentos recetados, <b>y</b> los remedios caseros.</p>

102		<p>Algunos medicamentos <b>sólo</b> puede conseguirlos con una receta de su médico. Cuando se retire del consultorio del médico, lleve la receta a la farmacia, junto con su tarjeta de seguro, para obtener el medicamento. Dependiendo del tipo de seguro que tenga, <i>tal</i> vez deba pagar parte del costo de cada receta.</p>
103	<p>Doctors office 1: nurse</p> <p>-</p>	<p><b>VO:</b> Es sumamente importante que <b> siga las instrucciones</b> de su médico, y del farmacéutico que le dé el medicamento. Si no entiende las instrucciones, pida que se las repitan o solicite un intérprete.</p> <p>Tome la <b>cantidad exacta</b> de medicamento que le indiquen. Tómelo a la <b>hora</b> que le digan. Y <b> siga tomando</b> el medicamento durante la cantidad de días o semanas que le indiquen.</p> <p><b>Jamás <u>comparta</u> medicamentos</b> con familiares ni amigos. El medicamento recetado <b>sólo</b> debe tomarlo el paciente a quien se lo recetaron.</p>
104	<p>Mr. Ba at home, feels bad from the medicine</p>	<p><b>VO:</b> Si tiene una mala reacción a un medicamento, si lo hace sentirse peor o tiene una reacción <i>alérgica</i>, <b>deje de tomar el medicamento e informe a su médico <u>inmediatamente</u></b>.</p> <p>Por ejemplo, si al tomar el medicamento tiene <b>problemas para respirar, dolor en el pecho, una erupción cutánea, o problemas de estómago</b>, esto puede ser una reacción alérgica. Debe hablar con su médico <b>inmediatamente</b>.</p>
105		<p>Si le recetan <b>antibióticos</b>, debe tomar <b>TODO</b> el medicamento que le den, aún <i>después</i> de sentirse mejor. Termine <i>todos</i> los antibióticos.</p>

106	Mrs. Ba removes medicine from suitcase	<p>Use <i>sólo</i> los antibióticos que haya obtenido a través de una receta de su médico.</p> <p><i>Nunca</i> use antibióticos traídos de otros países por amigos o familiares. Cuando los antibióticos no se toman como se debe, usted y sus hijos pueden <i>enfermarse aún más</i>, y tardarán más en mejorarse.</p>
107	Mr. Adam checks calendar, to make sure he keeps taking tuberculosis medicine for the entire scheduled time.	<p>Si su medicamento recetado es para curar una infección por <b>tuberculosis</b> o para <i>prevenir</i> la tuberculosis, debe tomar <i>todo</i> el medicamento durante <i>todo el tiempo</i> que la receta indique.</p> <p>A veces, el medicamento para la tuberculosis se receta durante 9 meses. Es muy peligroso dejar de tomar este medicamento antes de usarlo <i>todo</i>.</p> <p>Si <i>no</i> completa todos los meses de su medicamento para la tuberculosis, puede poner en peligro su situación de inmigración, y será más difícil convertirse en residente permanente o ciudadano.</p>
108	Doctors office 3 nurse:	<p><b>SYNC:</b> “Do not use medicine that is old or expired. Look at the date on the bottle. It will show a Month/Day/Year. If today is after that date, throw the medicine in the garbage.”</p>
109	Mr. Adam at home, on phone	<p><b>VO:</b> Si los medicamentos de venta sin receta o sus remedios caseros no lo hacen sentirse mejor, asegúrese de <b>consultar al médico</b>.</p> <p>Si tiene que tomar un medicamento durante más tiempo, deberá ir a la farmacia y conseguir más. Esto se llama <b>renovar la receta</b> de un medicamento — o hacer un “<i>refill</i>” en inglés.</p>
110	Mr. Adam drives car to pharmacy	<p>Puede <i>llamar</i> al consultorio de su médico y pedir que llamen a la farmacia para dar su receta de repetición. Después, puede ir <i>directamente</i> a la farmacia a recogerlo. Recuerde llevar siempre su tarjeta de seguro a la farmacia.</p>

111		<p>A veces, podrá pagar los medicamentos con su tarjeta de seguro de salud del gobierno o el seguro de salud de su trabajo. <i>Otras</i> veces, usted tendrá que pagar el medicamento con su propio dinero.</p>
112	<p>Mrs. Li on phone, talks to the nurse at her daughter's school</p>	<p><b>VO:</b> La señora Li necesita que su hija siga tomando los antibióticos durante el día, mientras está en la escuela. Llama a la escuela para hablar con la <b>enfermera escolar</b>.</p>
113		<p>Si su hijo necesita llevar medicamentos a la escuela, usted debe comunicarse con la enfermera escolar. Si no se siente cómodo hablando en inglés, la escuela le asignará un <i>intérprete</i> para que pueda hablar directamente con la enfermera.</p> <p>Su hijo jamás debe llevar <i>ningún</i> medicamento a la escuela sin que la enfermera lo sepa.</p>
114	<p>Mrs. Li reads, measures medicine</p>	<p><b>VO:</b> La señora Li mide cuidadosamente la <b>dosis correcta</b> del medicamento de su hija. Como los niños son de talla más pequeña que los adultos, suelen necesitar <i>menos</i> cantidad del mismo medicamento.</p> <p>Siga muy atentamente las instrucciones para dar medicamentos a sus <b>hijos</b>. Pida a la enfermera que le muestre cómo dar los medicamentos a los niños muy pequeños y a los bebés.</p>

	<b>SECTION 3:</b>	<b>[SPANISH]</b>
	<b>SECTION 3: Substance Use/Abuse</b>	<b>Uso y abuso de sustancias</b>
92	<p>Corner bar Ba and Adam enter bar and order a drink</p> <p>Bartender asks for identification</p>	<p><b>VO:</b> Los señores Ba y Adam a veces se reúnen después de trabajar para tomar una cerveza.</p> <p>Han aprendido acerca de las leyes sobre el <b>alcohol</b> en los Estados Unidos.</p> <p>En Estados Unidos hay que ser mayor de <b>21 años</b> para beber alcohol. Tanto el señor Ba como el señor Adam tienen edad suficiente para beber, pero deben traer una <b>identificación</b> para <b>demostrar</b> la edad que tienen.</p>
93	Police car, arresting drunk driver	<p>Es muy peligroso e <i>ilegal conducir un automóvil</i> si se estuvo bebiendo alcohol. Por este motivo, hacen otros planes de transporte para volver a casa.</p> <p>Si a usted le encuentran conduciendo bajo la influencia del alcohol u otras drogas, pone en peligro su estado de inmigración, y puede ser deportado.</p>
94		<p>Recuerde que algunos <b>medicamentos</b> pueden provocarle cansancio o sueño, y hacen que no sea seguro para usted conducir. Esto es particularmente cierto con algunos <b>medicamentos para el dolor</b>: estos pueden ser <i>especialmente</i> peligrosos si bebe <b>alcohol</b> mientras está tomando el medicamento.</p>
95	Photos of illegal drugs, narcotics	<p><b>VO:</b> La marihuana, el hachís, la <b>cocaína</b> y la <b>heroína</b> son todas drogas <i>ilegales</i> en Estados Unidos. El consumo o la venta de cualquiera de estas drogas pondrán en peligro su situación de inmigración, y pueden ocasionar su deportación.</p>

96		<p>La planta conocida como <b>Khat</b> también es ilegal en Estados Unidos. El consumo o la venta de esta sustancia también pondrán en peligro su situación de inmigración, y harán que lo deporten.</p> <p>Es posible que algunas <i>otras</i> sustancias intoxicantes consumidas en el país donde vivía sean ilegales en Estados Unidos, <i>incluidas sustancias naturales o plantas</i>. Asegúrese de verificar esto.</p>
97		<p><b>VO:</b> El tabaco y los cigarrillos son legales en Estados Unidos, pero está prohibido fumar dentro de la mayoría de los edificios. El <b>humo</b> del tabaco es muy perjudicial para la salud — no sólo para los fumadores, sino también para sus familias y para todas las <i>demás</i> personas que respiren el humo en la habitación, por estar cerca de una persona que fuma.</p>
98	Doctors office 3 nurse	<p><b>SYNC:</b> “Tobacco and cigarettes cause cancer. Tobacco is bad for the health of your family—including your children, if you smoke around them. Breathing the smoke from <i>your</i> cigarettes can cause them respiratory problems, asthma, and cancer.”</p>

	<b>SECTION 4:</b>	<b>[SPANISH]</b>
	Family Issues and Domestic Violence	<b>VO: Problemas familiares y violencia doméstica</b>
87		<p><b>VO:</b> Es posible que algunas leyes de los Estados Unidos sean diferentes a las del país donde usted vivía.</p> <p>En Estados Unidos, los hombres y las mujeres son <i>iguales ante la ley</i>.</p> <p>La <b>violencia doméstica</b> es ilegal en Estados Unidos.</p> <p>La violencia doméstica se da cuando una persona intenta lastimar, abusar o dominar y controlar a otra — ya sea mediante abuso físico, sexual, emocional, verbal o económico.</p> <p>La violencia doméstica puede ocurrir dentro de las familias o en otras relaciones íntimas, independientemente de la edad, y de si las personas viven en casas distintas o dentro de la misma casa. Incluso puede ocurrir en relaciones <i>ya terminadas</i>. El noventa y cinco por ciento de las víctimas de violencia doméstica son mujeres.</p>
88	Police officer on camera	<p><b>SYNC:</b> “It is illegal for men to abuse their wives, sisters, daughters or mothers in America.”</p> <p><b>VO:</b> En Estados Unidos está prohibido que los hombres les <b>peguen</b> a las mujeres.</p> <p>En este país, los hombres <b>no pueden forzar a sus esposas a tener relaciones sexuales</b>. Si un hombre tiene relaciones sexuales con su esposa por la fuerza, se considera <b>violación</b>, y es ilegal.</p> <p>En Estados Unidos, <b>los hombres no pueden tener más de una esposa</b>. Si un hombre tiene más de una esposa, está quebrantando la ley.</p>

89		<p><b>VO:</b> En Ohio, una mujer debe tener <b>16 años o más</b> para poder aceptar tener relaciones sexuales. Los hombres no pueden tener relaciones sexuales con una mujer menor de 16 años.</p> <p>Si viola <b>cualquiera</b> de estas leyes, pone en peligro su estado de inmigración y puede ocasionar su deportación.</p>
90	<p>911 National Domestic Violence Hotline 1-800-799-7233 Ohio Legal Services 1-866-529-6446</p>	<p>Si usted o cualquier otra persona que conozca es víctima de abuso, incluidos hombres, mujeres, personas mayores o niños, llame al <b>9-1-1</b> y denuncie el abuso a la policía.</p> <p>Si no se siente seguro en su casa, puede llamar a la <b>Línea Nacional Sobre la Violencia Doméstica</b>, las 24 horas del día, al 1-800-799-7233. Este servicio está disponible tanto en inglés como en español. Pueden ayudarle a ubicar un <b>refugio</b> cerca suyo, donde estará seguro. Además, pueden ofrecer los servicios de sus consejeros.</p> <p>Puede obtener asistencia <b>legal</b> de parte de <b>Ohio Legal Services</b>, el departamento estatal que le proporcionará asesoría de abogados, llamando al 1-866-529-6446.</p> <p>A todos estos números puede llamar <i>gratis</i> desde cualquier teléfono.</p>

**VO:** En Ohio, hay varios programas disponibles para ayudar a los **niños**:

**Head Start** es un programa escolar para niños de entre 3 y 6 años, un período que se conoce como “preescolar”.

WIC es una sigla en inglés que significa “*Mujeres, bebés y niños*”.

El programa WIC ofrece a las familias alimentos y ayuda alimentaria para asegurarse de que tengan suficiente comida.

**Medicaid** es un seguro de salud proporcionado por el gobierno para pagar la cobertura médica.

**Help Me Grow** ofrece servicios de desarrollo para niños desde su nacimiento hasta los 3 años de edad.

Pida al trabajador social encargado de su caso que lo transfiera a cualquiera de estos programas.

	<b>SECTION 5:</b>	<b>[SPANISH]</b>
	<b>SECTION 5: Personal Hygiene</b>	<b>VO: Higiene personal</b>
49	Li family at home	<b>VO:</b> La señora Li aprendió lo importante que es cuidar la higiene personal. La higiene personal es muy importante para la salud de su familia. Si no mantiene limpios sus dientes, su cuerpo y su ropa, y los lava con frecuencia, se puede enfermar. La señora Li sabe que la limpieza personal también es importante para tener éxito en el trabajo, y para que su hija tenga éxito en la escuela.
50	Mrs. Li and daughters brush teeth, use dental floss	La señora Li y su hija cuidan especialmente sus bocas y sus dientes. Es muy importante <b>cepillarse los dientes</b> con cepillo y pasta dental todas las mañanas, y también antes de irse a dormir. Si no se cepilla los dientes periódicamente, se infectarán y le causarán dolor. Incluso pueden llegar a caerse.
51	Mrs. Li on camera	<b>SYNC:</b> “Did you brush your teeth Maya?”
52	Ba home	<b>VO:</b> El señor Ba aprendió acerca de los gérmenes que se encuentran en la mucosidad. La mucosidad y la saliva de la boca contienen <b>gérmenes</b> que pueden enfermar a las personas. No escupa dentro de los edificios... <b>nunca</b> . El señor Ba aprendió que al escupir, se propagan gérmenes que pueden provocar enfermedades a otras personas, y que en Estados Unidos, escupir se considera de muy mala educación.
53	Mr. Ba coughs, sneezes	<b>Toser</b> en el aire es otra forma de propagar gérmenes. Es importante <i>cubrirse la boca</i> al toser.  Si es necesario, el señor Ba se cubre la boca con la manga, o tose en su codo. O aún mejor, tose en un pañuelo de papel desechable, llamado <b>Kleenex</b> <sup>®</sup> . No tose en su <i>mano</i> , porque en cuanto toque algo con la mano después de toser, estará propagando gérmenes.

54	Mr. Ba blows nose, uses Kleenex® to wipe his nose.	Si el señor Ba tiene secreción nasal, usa un pañuelo de papel desechable o Kleenex®, y se suena o se limpia la nariz con él. No se suene la nariz en la camisa ni en la mano.
55	Ba home  Washing hands after coughing – show soap and water	<p><b>VO:</b> El señor Ba aprendió también lo importante que es <b>lavarse las manos</b>.</p> <p>Siempre que tose en un pañuelo de papel desechable o toca la mucosidad de su nariz, va al baño y se lava las manos en el lavabo con agua y jabón.</p> <p>El lavado de manos frecuente durante el día es lo más importante que puede hacer para detener la propagación de gérmenes y evitar enfermedades, tanto por usted como por sus hijos.</p>
56		También puede comprar en tiendas <b>geles a base de alcohol</b> para limpiarse las manos. Esta es una buena forma de mantener sus manos limpias cuando no está en casa y no hay agua y jabón a disposición.
57	Toilet, baby diaper being changed, sitting down to eat  fingernail trimming	<p>Todo el mundo siempre debe <b>lavarse las manos</b> después de ir al baño y después de cambiarle el pañal a un bebé. También es muy importante lavarse las manos antes de cocinar o comer.</p> <p>También es útil mantener las <b>uñas</b> cortas y limpiarlas por debajo. De lo contrario, la suciedad acumulada debajo de sus uñas puede propagar gérmenes a otras personas.</p>

58	<p>Adam home</p> <p>Mr. Adam prepares for shower</p> <p>Uses deodorant</p>	<p><b>VO:</b> Además de lavarse las <i>manos</i> regularmente, también es muy importante <b>asearse el cuerpo</b> regularmente.</p> <p>El señor Adam ha descubierto que la forma más fácil de hacerlo es tomar una <b>ducha</b> todos los días.</p> <p>Se ducha por las mañanas, antes de ir a trabajar, con <b>jabón</b> para el <i>cuerpo</i> y <b>champú</b> para lavarse el cabello.</p> <p>Después de ducharse o bañarse, usa antitranspirante o desodorante en las axilas, para evitar que se acumule olor. A fin de tener éxito en el trabajo, o que los niños tengan éxito en la escuela, es importante que su cuerpo esté limpio y no tenga mal olor.</p>
59	<p>Mrs. Ba in store, looking at feminine hygiene products</p>	<p><b>VO:</b> La señoras Li y Ba han aprendido acerca de los <b>productos de higiene femenina</b> disponibles en Estados Unidos. Usan productos de higiene femenina <b>desechables</b> que encuentran en la farmacia o en el supermercado local, como <b>tampones, toallas menstruales y protectores de ropa interior</b>. Se aseguran de <i>cambiárselos</i> regularmente, para evitar enfermedades y olores.</p>
60	<p>Li home</p> <p>Puts clothes in washing machine</p> <p>Folds clean clothes</p>	<p><b>VO:</b> Para mantener su cuerpo limpio y evitar olores, también es importante que lave su <b>ropa</b> y la <b>ropa de cama</b> periódicamente.</p> <p>La señora Li se asegura de que tanto ella como su hija usen ropa interior sólo una vez antes de lavarla, y se ponen ropa interior limpia todos los días.</p> <p><b>Todos los niños y adultos deben usar ropa interior limpia todos los días.</b> Los niños deben estar cubiertos con ropa interior cuando no estén en casa, o con un pañal si aún no saben usar el inodoro.</p>

61	Changes socks Shirts and pants in closet	<p><b>VO:</b> La señora Li también se asegura de usar los <b>calcetines</b> <i>una sola vez</i> antes de volver a lavarlos, y que toda su familia use calcetines limpios cada día.</p> <p>Las <b>camisas</b> y la ropa que toca el cuello y las axilas se pueden usar una o dos veces antes de lavarlas. Los <b>pantalones</b> se pueden usar dos o tres veces antes de lavarlos.</p>
62	Changes sheets in master bedroom	<p><b>VO:</b> La señora Li, además, cambia periódicamente las <b>sábanas</b> de su cama y de la cama de su hija. Siempre usa sábanas para cubrir el colchón. Las sábanas deben lavarse periódicamente — por lo menos cada dos semanas.</p>
63	Changes sheets in children's bedroom	<p>Si su hija tiene un “accidente” y se orina o ensucia las sábanas mientras duerme, hay que lavar las sábanas <b><i>inmediatamente</i></b>.</p> <p>La señora Li sabe que los cuerpos de los niños más pequeños no siempre pueden aguantar la orina toda la noche. Jamás se enojaría ni castigaría a su hija por orinarse accidentalmente mientras dormía, porque esto es natural, y el problema debería desaparecer a medida que la niña crece.</p>
64	Washing machine and Laundromat	<p>A veces, en los edificios de apartamentos amueblados, hay <b>lavadoras</b>; de lo contrario, puede encontrarlas en los lavaderos automáticos, llamados “Laundromat”. Son fáciles de usar y permiten lavar fácilmente la ropa y las sábanas.</p> <p>Salvo que tenga una lavarropa en su <i>propio</i> apartamento, deberá llevar <i>dinero</i> para usar la mayoría de las lavadoras y secadoras.</p>
66	Office worker on camera	<p><b>SYNC:</b> “The restroom is down the hall and on the left.”</p>
65	Mr. Adam walks down the hall at a school	<p><b>VO:</b> El señor Adam descubrió que los <b>inodoros</b> en Estados Unidos son diferentes a los de su país. Para tener éxito en el trabajo y en la escuela, es muy importante que sepa cómo usar el baño y el inodoro correctamente.</p>

67	<p>Public bathroom Mr. Adam flushing toilet</p> <p>Second sentence must coincide with a “No” graphic onscreen.</p>	<p><b>VO:</b> El señor Adam <b><u>se sienta</u></b> en el inodoro, para asegurarse de que todos sus desperdicios vayan a parar dentro de la taza del inodoro. <b>Nunca <u>se pare</u> sobre el inodoro.</b></p> <p>Cuando el señor Adam termina, empuja hacia abajo la manijita o aprieta el botón para <i>hacer correr el agua</i>. Debe hacer correr el agua <b><i>cada vez</i></b> que use el inodoro.</p>
68	<p>.. universal “no” symbol (red barred circle)</p> <p>Mr. Adam washes hands in sink</p>	<p>Tire <b>sólo</b> orina, material fecal y papel higiénico por el inodoro.</p> <p>No tire toallas de papel ni productos de higiene femenina como toallas higiénicas, compresas o tampones.</p> <p>El inodoro nunca debe usarse como lavabo. El señor Adam también recuerda <b><i>lavarse las manos cada vez</i></b> que termina de usar el baño.</p>
69	<p>Public bathroom 2</p> <p>Mrs. Ba enters bathroom Uses towel to wash feet</p>	<p><b>VO:</b> El señor y la señora Ba han aprendido a tener en cuenta a los demás al usar un lavadero o un lavabo para prepararse para orar.</p> <p>Cuando se lavan los pies, es mejor que lleven un paño o una toalla para limpiarse los pies en vez de sumergir los pies en el lavabo.</p>
70	<p>Wipes up water with towel</p>	<p>En Estados Unidos se considera una grosería o de mala educación lavarse los <i>pies</i> en un lavadero o un lavabo en un lugar público que está pensado para lavarse las <i>manos</i>. Si <b><i>tiene</i></b> que lavarse los pies en el lavabo, asegúrese de limpiar toda el agua que pueda haberse salpicado alrededor y en el piso.</p>
71	<p>Mrs. Li at home on phone; checks daughter’s scalp</p>	<p><b>VO:</b> La señora Li recibió una notificación de la escuela de su hija donde le informan que los niños estuvieron expuestos a <b>piojos</b>, unos insectos que se esconden en el cuero cabelludo. Tuvo que revisarle la cabeza y el cuero cabelludo a su hija en busca de piojos, y luego seguir las instrucciones específicas para deshacerse de ellos.</p>

72	Buys shampoo at pharmacy	Su hija necesitó un champú medicinal para matar los piojos en su pelo y en el cuero cabelludo, y tuvieron que lavar <b>toda</b> la ropa de cama y la ropa en su casa con <b>agua caliente</b> .
74	Pharmacist	<b>SYNC:</b> “This product will get rid of any of the eggs the lice may have laid—otherwise, they can come right back again.”
73		Los <b>muñecos de peluche</b> que no se puedan lavar deberán guardarse en bolsas de plástico selladas durante dos semanas. Esto mata todos los <i>huevos</i> o <i>liendres</i> , que los piojos hayan puesto dentro de ellos.

	<b>SECTION 6:</b>	<b>[SPANISH]</b>
	<b>SECTION 6: Food Safety and Housekeeping</b>	<b>VO: Seguridad de los alimentos y limpieza del hogar</b>
75	Li family washes hands	<p><b>VO:</b> La señora Li sabe lo importante que es mantener sana a su familia. Si <u>ellos</u> se enferman, probablemente <i>ella</i> no pueda ir a trabajar. Si su <i>hija</i> se enferma, no podrá ir a la escuela.</p> <p>La señora Li sabe que lo más importante que pueden hacer para mantenerse sanos mientras están en el trabajo, en casa o en la escuela es <b>lavarse las manos con frecuencia</b>, con agua y jabón.</p>
76	Doctors office 1 Nurse	<b>SYNC:</b> “Wash your hands regularly, especially after you’ve used the bathroom and before you sit down to eat.”
77	Mr. Li uses kitchen faucet to fill water glass, drinks  Children fill a glass from bathroom faucet and drink water.	<p><b>VO:</b> En Estados Unidos, la misma agua que sale del grifo del lavabo donde se lava las manos y la cara <u>se puede beber</u>. <i>No</i> es necesario comprar agua embotellada. Puede beber el agua de los grifos de la cocina y del baño.</p> <p>Sus hijos deben beber esta agua, porque hará más fuertes sus <b>dientes</b> y ayudará a prevenir las caries.</p>
78	Ba family prepares, eats food	<p><b>VO:</b> El señor Ba sabe que él y su esposa podrían enfermarse gravemente si no manipulan los <b>alimentos</b> correctamente. Aunque no use cubiertos para <b>comer</b> sus alimentos, como cucharas y tenedores, es muy importante que los use para <b>servir</b> los alimentos. Esto evita que se propaguen los <b>gérmenes</b> que puede haber en sus manos a los demás, lo que podría causar enfermedades.</p>
79	Family eats at kitchen table	La familia Ba come sus alimentos en la <b>mesa</b> , en vez de comer en el piso. Esto reduce las posibilidades de que la comida se contamine de <b>gérmenes</b> del piso, que podrían enfermarlo a usted y a su familia.

80	<p>Put grocery items away <i>inside</i> kitchen cupboards</p> <p>Put eggs, milk etc. in refrigerator</p>	<p>Cuando la familia Ba lleva comida al hogar, se asegura de guardarla correctamente.</p> <p>Las bolsas de frijoles y arroz deben guardarse en armarios, y jamás deben dejarse en el piso.</p> <p>Los huevos, la leche, la mantequilla, el queso y la carne deben guardarse en el <b>refrigerador</b>.</p>
81	<p>Raw meat on cutting board</p> <p>Washing hands</p>	<p>Cuando use un cuchillo y una tabla de picar para cortar carne, debe usar un cuchillo limpio y una tabla limpia y distinta para cortar verduras o lácteos.</p> <p>La carne cruda puede provocarle enfermedades graves. Asegúrese de <b>lavarse las manos</b> después de haber tocado carne cruda.</p> <p>La señora Ba cocina bien todos los alimentos, para que no provoquen enfermedades. Cuando terminan de comer, la comida que sobra se guarda en un recipiente con tapa, y dentro del refrigerador.</p>
82	<p>She discards old food from the refrigerator.</p> <p>Throws food into the trash.</p>	<p>La familia Ba tiene cuidado de no dejar la comida en el refrigerador durante demasiado tiempo.</p> <p>La comida demasiado vieja puede echarse a perder y hacerle daño.</p> <p>La comida <i>cocinada</i> que sobra debe comerse en un plazo de tres a cuatro días.</p> <p>La comida envasada, de la tienda, tendrá <i>fecha de vencimiento</i> impresa, y debe comerse antes de esa fecha. La fecha de vencimiento mostrará el mes, el día y el año — tal como se ve <i>aquí</i>.</p> <p>Cuando la comida está vieja o alcanza la fecha de vencimiento, hay que <i>tirlarla a la basura</i>.</p>

83	<p>Adam home</p> <p>Places garbage into trash can inside apartment</p> <p>Takes garbage outside, places in dumpster</p>	<p><b>VO:</b> La señora Adam saca la <b>basura</b> de su apartamento regularmente. No deja que se acumule basura en su casa porque puede dar mal olor.</p> <p>Además, si deja la basura de la cocina dentro de la casa, puede atraer a <b>roedores e insectos</b>. Estos pueden transmitir <b>enfermedades</b> que pueden afectar a su familia.</p> <p>Todos los días, la familia Adam coloca toda la basura en bolsas de plástico y la sacan afuera, a los contenedores de recolección de basura.</p>
84	Mrs. Adam cleans apartment	<p>Para poder permanecer en su apartamento, debe sacar la basura y mantener el apartamento <b>limpio</b>. La señora Adam limpia todas las habitaciones de su apartamento periódicamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpia <b>la cocina y el baño</b> con productos desinfectantes y agua.</li> <li>• Limpia <b>las piletas y las encimeras</b> con productos de limpieza, para evitar la propagación de gérmenes.</li> <li>• Pasa un paño en el <b>refrigerador</b> y lava el <b>piso</b>.</li> <li>• Además, tiene mucho cuidado de no llevar <b>gérmenes</b> de un lugar a otro mientras limpia. Por ejemplo, jamás usa una esponja o paño sucio que acaba de usar en el baño o en el piso para limpiar encimeras, mesas o <i>cualquier lugar</i> de la cocina.</li> <li>• Limpia las <b>alfombras</b> de las demás habitaciones con una aspiradora.</li> <li>• <b>Lava</b> periódicamente las toallas, las sábanas, las fundas de almohadas, el mantel y los paños de piso, y toda la ropa, en una lavadora.</li> </ul>

85	Mrs. Li prepares vegetables in kitchen	<b>VO:</b> La señora Li ha descubierto lo importante que es elegir <b>alimentos</b> saludables para ella y para su hija. En Estados Unidos es muy fácil comer demasiada comida “chatarra” y engordar. La familia Li se asegura de comer <i>muchas</i> verduras y frutas, mas <i>algo</i> de carne y alimentos con almidón. Tienen cuidado de no comer demasiada sal, aceite, azúcar o grasa.
86	Sodas, with red universal “no” graphic over them. Mom helps daughter get water to drink	También se asegura de que su hija no beba demasiadas gaseosas u otras bebidas con <b>azúcar</b> . Eso es muy malo para los dientes de los niños. Es mejor para ellos, y mucho más barato, beber agua.

	SECTION 7:	<b>[SPANISH]</b>
	Closing	
115*		<p><b>VO:</b> Estas tres familias de refugiados aprendieron muchas cosas sobre la vida en su nuevo hogar, Estados Unidos.</p> <p>Aprendieron cómo <b>mantenerse sanos</b>, qué hacer si se <b>enferman</b> y cómo cumplir las <b>leyes</b> de los Estados Unidos, que pueden ser distintas a las de su país de origen.</p>
116	Caseworker at desk, answering phone	<p><b>VO:</b> Si tiene alguna pregunta, o necesita más información, póngase en contacto con el trabajador social encargado de su caso.</p> <p><b>Nos complace mucho darles la bienvenida</b> y queremos que su nueva vida en Estados Unidos sea <b>segura, exitosa</b> y <b>feliz</b> para usted y para su familia.</p>