

Hoja de Recursos de Salud Mental

¿ESTÁ EN CRISIS O SÓLO NECESITA HABLAR?

Los operadores de las siguientes líneas directas están capacitados para escucharlo y trabajar con usted para encontrar apoyo. Estas líneas directas están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Las llamadas son gratuitas y confidenciales.

- ★ **LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO DE LOS SAMARITANOS: 877-870-4673**
 - ★ **LIFELINE NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO: 1-800-273-8255**
 - Ayuda En Español: **1-888-628-9454**
 - Para usuarios de TTY: use su servicio de retransmisión preferido o **marque 711** y luego **1-800-273-8255**.
 - O chatee en línea: en suicidpreventionlifeline.org/chat.
 - ★ **LÍNEA DE TEXTO DE CRISIS:**
Envíe un mensaje de texto a **"HOME"** al **741-741** para comunicarse con un consejero de crisis.
 - ★ **LÍNEA DIRECTA ASIÁTICA DE LIFENET: 1.877.990.8585**
Se ofrece cantonés, mandarín, japonés, coreano y fujianés.
 - ★ **LA LÍNEA DE TEXTO DE STEVE FUND CRISIS (PARA PERSONAS DE COLOR)**
Envíe el mensaje de texto **"STEVE"** al **741-741**.
 - ★ **THE TREVOR PROJECT LIFELINE (PARA LGBTQ+): 866-488-7386**
 - ★ **TRANS LIFELINE: 877-565-8860**
 - ★ **PROGRAMA DE SERVICIOS DE EMERGENCIA / INTERVENCIÓN CRISIS MÓVIL: 1-877-382-1609**
Ingrese su código postal para el ESP / MCI local.
¿Qué es un Programa de Servicios de Emergencia o un Equipo Móvil de Intervención en caso de Crisis? El Programa de Servicios de Emergencia / Equipo de Intervención Crisis Móvil brinda servicios de evaluación, intervención y estabilización de crisis dondequiera que se encuentre. Los servicios ESP / MCI están disponibles para personas con seguro o sin seguro, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- ¿Quiere ayuda para encontrar recursos en su comunidad?***
- ★ **LÍNEA DE AYUDA DE NAMI COMPASS: 1.800.370.9085**
Comuníquese con COMPASS para lo siguiente: encontrar apoyo de compañeros y familiares, acceso a tratamiento de salud mental, problemas de seguros, educación especial, uso de sustancias y muchos otros recursos. Disponible de lunes a viernes, de 9 am a 5 pm.