

Recursos para la salud emocional

Si usted o alguien que conoce tiene problemas de salud mental, hay ayuda.



988lifeline.org/es

988 es confidencial, gratuito, y está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame, chattee o envíe texto.

Sin juzgar, solo queremos ayudarle.

Encuentre un directorio de proveedores capacitados en **salud mental materna** en la red de referencia de salud mental materna de Utah maternalmentalhealth.utah.gov o escanee aquí:



Latino Behavioral Health Services ofrece **apoyo para la salud emocional y adicciones**. Visite:

latinobehavioral.org

Para obtener **acceso inmediato a servicios de salud emocional** las 24 horas, visite: uacnet.org/receiving-centers o escanee aquí:



¿Necesita ayuda a domicilio? Un equipo móvil de atención en crisis puede llegar en un vehículo sin identificación. Llame al 988.

Si su **hijo está en crisis**, llame para recibir atención y evaluación de seguridad gratuitas. Respuesta móvil de estabilización: 1-833-723-3326 o al 988

Si quiere conversar para obtener **apoyo mutuo** llame a la línea cálida gratuita de Utah al 1-833-773-2588

¿Listo para conectarse con un terapeuta?

Llame a la línea de navegación de salud conductual al 833-442-2211

