

Recursos para la salud mental de los residentes de Florida

Release Date: oct 13, 2024

Los residentes de Florida han sufrido tres huracanes en un corto periodo de tiempo. Mientras manejan el estrés, aquí hay algunos recursos que pueden ayudar.

Línea de ayuda de emergencia SAMSHA

- La Línea de Ayuda de Emergencia en Desastres de la [Administración de Servicios para la Salud Mental y Abuso de Sustancias](#) (SAMSHA, por sus siglas en inglés) proporciona asesoramiento y apoyo en crisis 24 horas al día, 7 días a la semana, a los sobrevivientes que sufren trastornos emocionales relacionados a los desastres. SAMSHA es una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (HHS, en inglés).
 - Llame al **1-800-985-5990**, visite [samhsa.gov](https://www.samhsa.gov) o envíe la palabra **Hablanos** por mensaje de texto al 66746 para comunicarse con un asesor de crisis capacitado.

Línea de ayuda para la salud mental

- Llame para tener una conversación con alguien que pueda proporcionar apoyo en momentos difíciles. Si está en crisis o simplemente necesita a alguien con quien hablar, este recurso puede ayudar. Las líneas de ayuda están atendidas por profesionales adiestrados que han pasado por sus propios problemas de salud mental y saben lo que es necesitar ayuda. Las líneas de ayuda son gratuitas y confidenciales. Puede llamar a la línea de ayuda al **1-800- 945-1355**, de 4 a 10 p.m. ET todas las noches del año.

Otros recursos de ayuda

- **Línea de texto para crisis** proporciona apoyo gratuito en salud mental e intervención en crisis a través de mensajes de texto las 24 horas del día, los 7



días de la semana. Visite crisistextline.org/es o escribe HOME al 741741.

- **La Red 211 de United Way** colabora con cientos de organizaciones, empresas y agencias gubernamentales para proporcionar una multitud de recursos, entre ellos atención para el bienestar mental y servicios locales de salud y comunitarios. Llame al 2-1-1, disponible 24 horas al día, 7 días a la semana o visite 211.org.
- **Centro Virtual de Asistencia Familiar de la Cruz Roja Americana:** Llame al 1- 833-492-0094.
- **Línea contra el Abuso del Departamento de Niños y Familias de Florida:** Llame al 800-962-2873.
- **Línea nacional contra la violencia doméstica:** Llame al 800-799-7233 o envíe **START** a través de mensaje de texto al 88788.
- **Línea de ayuda nacional contra el abuso sexual:** Llame al 800-656-HOPE.
- **La Línea 988 de Prevención del Suicidio y Crisis** ofrece ayuda gratuita y confidencial 24 horas al día, 7 días a la semana, a personas que sufren problemas de salud mental. Llame o envíe un mensaje de texto al 988, o visite 988lifeline.org/es.



FEMA