

# Recursos de saúde mental para os habitantes da Flórida

---

Release Date: Out 13, 2024

Os residentes da Florida passaram por três furacões num curto espaço de tempo. Para lidar com o estresse, aqui estão alguns recursos que podem ajudar.

## SAMSHA Linha de apoio em caso de emergência

- A linha de apoio a vítimas de catástrofes da [Substance Abuse and Mental Health Services Administration \(Administração de serviços de abuso de substâncias e saúde mental](#) - SAMSHA) fornece aconselhamento e apoio em situações de crise, 24 horas por dia, 7 dias por semana, a sobreviventes que estejam a passar por dificuldades emocionais relacionadas com catástrofes. A SAMSHA é um órgão do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA (HHS).
  - Ligue para **800-985-5990**, visite [samhsa.gov/](http://samhsa.gov/) ou envie uma mensagem de texto para **TalkWithUs** para inglês ou **Hablanos** para espanhol, para 66746 para entrar em contacto com um conselheiro de crise treinado.

## Linha de apoio (Warmline) à saúde mental

- Ligue para ter uma conversa com alguém que pode dar apoio em situações difíceis. Se estiver em crise ou apenas precisar de alguém com quem falar, este recurso pode ajudar. As Warmlines são geridas por colegas com formação que já passaram pelos seus próprios problemas de saúde mental e sabem como é precisar de ajuda. As Warmlines são gratuitas e confidenciais. A Clear Warm Line pode ser contactada através **do número 800-945-1355**. De 4 a 10 PM ET todas as noites do ano.

## Outros recursos para lidar com a situação

- **A Crisis Text Line** fornece apoio gratuito à saúde mental e intervenção em situações de crise, 24 horas por dia, 7 dias por semana, através de mensagens de texto. Visite [crisistextline.org/](http://crisistextline.org/) ou envie a mensagem de texto HOME para 741741.



FEMA

Page 1 of 2

- **A Rede 211 da United Way** tem parceria com centenas de organizações, empresas e instituições governamentais para fornecer uma infinidade de recursos, incluindo cuidados de bem-estar mental e serviços locais e comunitários de saúde. Ligue para 2-1-1, disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana. Ou visite [211.org](https://www.211.org).
- **Centro Virtual de Assistência à Família da Cruz Vermelha Americana**: Ligue para 833-492-0094.
- **[Linha direta contra abuso do Departamento de Crianças e Famílias da Florida](#)**: Ligue para 800-962-2873.
- **Linha direta nacional contra a violência doméstica**: Ligue para 800-799-7233 ou envie uma mensagem de texto **START** para 88788.
- **Linha telefônica nacional contra a violência sexual**: Ligue para 800-656-HOPE.
- **A 988 Suicide & Crisis Lifeline (Linha de apoio à Vida contra Suicídios e Crises)** fornece apoio gratuito e confidencial, 24 horas por dia, 7 dias por semana, a pessoas com problemas relacionados com a saúde mental. Ligue ou envie uma mensagem de texto para 988. Ou visite [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org).



**FEMA**