



SOBP

SOCIETY OF
BIOLOGICAL
PSYCHIATRY

Collaborating to reduce suffering from mental illness

Recursos para apoyo a la salud mental



Usted no está solo.

Recursos Nacionales

Encuentre un terapeuta que hable español en su área con la herramienta Encuentre un terapeuta de Psychology Today: www.psychologytoday.com

FindTreatment.gov

Millones de estadounidenses padecen trastornos mentales y por uso de sustancias.

1-800-985-5990

Consejería de crisis las 24 horas, los 7 días de la semana para angustia emocional relacionada con un desastre.

1-800-662-HELP (4357)

Servicio de información y derivación de tratamientos gratuito, confidencial, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año.

www.nami.org

Visite el sitio web de la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI)

www.nimh.nih.gov

Visite el sitio web del Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH)

Todos podemos ayudar a prevenir el suicidio. 988 Lifeline brinda apoyo gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana para personas en peligro, recursos de prevención y crisis para usted o sus seres queridos, y mejores prácticas para profesionales en los Estados Unidos. Llama al 988 (para ayuda en español)



NIMH ofrece folletos y hojas informativas sobre trastornos mentales y temas relacionados para pacientes y sus familias, profesionales de la salud y el público.

Los materiales impresos se pueden solicitar de forma gratuita. Los folletos y hojas informativas también se ofrecen en formatos digitales y están disponibles en inglés y español.

Solicite folletos y hojas informativas gratuitos

Teléfono: 1-866-615-6464 (llamada gratuita)

Recursos locales

Hay ayuda cerca de casa.

A continuación se muestran algunas organizaciones comunitarias que se especializan en salud mental con sede en las regiones del gran Austin.

WATERLOO COUNSELING CENTER

waterloocounseling.org |

info@waterloocounseling.org | 512-444-9922

Un proveedor líder de servicios de asesoramiento asequibles y de alta calidad para Austin y sus alrededores desde 1983. Waterloo ofrece servicios de asesoramiento de bajo costo y es un lugar donde todos pueden recibir servicios de salud mental en un entorno de aceptación y aceptación cultural.

LIFEWORKS

lifeworksaustin.org | 512-735-2400

Con el objetivo de romper el ciclo de inestabilidad, Lifeworks brinda apoyo y servicios a jóvenes sin hogar. Poner fin a la falta de vivienda de los jóvenes significa que hemos construido un sistema comunitario que garantiza que la falta de vivienda de los jóvenes sea poco común, breve y no recurrente.

INTEGRAL CARE

cuidadointegral.org | info@integralcare.org | 512-472-HELP (4357)

Apoyar a adultos y niños que viven con enfermedades mentales, trastornos por uso de sustancias y discapacidades intelectuales y del desarrollo en el condado de Travis. Los servicios incluyen una línea de ayuda las 24 horas para soporte inmediato; asesoramiento continuo para mejorar la salud mental; tratamiento de drogas y alcohol para la recuperación; y vivienda para recuperar la salud y la independencia.

HILL COUNTRY MHDD CENTER

hillcountry.org | info@hillcountry.org | 833-426-4332

Servicios de salud mental, discapacidad del desarrollo individual y abuso de sustancias en toda el área metropolitana de Texas Hill Country (condado de Hays).

NAMI CENTRAL TEXAS (NATIONAL ALLIANCE ON MENTAL ILLNESS)

NAMICentralTX.org | info@namicentraltx.org | 512-420-9810

NAMI Central Texas es miembro de la organización de salud mental de base más grande de los Estados Unidos, la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales. Dedicado a mejorar las vidas de todas las personas afectadas por enfermedades mentales a través de programas innovadores de educación, apoyo y defensa. Sirviendo a los condados de Travis, Williamson, Hays, Bastrop, Burnet y Caldwell.

AUSTIN AREA MENTAL HEALTH CONSUMERS

austinhmc.org | admin@austinhmc.org | 512-442-3366

Servicios de apoyo para personas con experiencias vividas de salud mental, uso de sustancias y falta de vivienda.

BLUEBONNET TRAILS COMMUNITY SERVICES

bbtrails.org | 844-309-6385 | 800-841-1255 (Línea de crisis las 24 horas)

Sirviendo a los habitantes del centro de Texas a través de intervención en la primera infancia, servicios de salud mental, atención individual para discapacidades del desarrollo, atención primaria de salud, tratamiento del autismo y tratamiento por uso de sustancias (condados de Bastrop, Burnet, Caldwell, Fayette, Gonzales, Guadalupe, Lee y Williamson).



ALLGO

allgo.org | allgo@allgo.org | 512-472-2001
Allgo nutre a las personas queer de color a través de programas de artes culturales, bienestar y justicia social.

THERAPY FOR LATINX

terapiaforlatinx.com

Creado para hacer que el proceso de encontrar un terapeuta sea lo más fácil posible. Busque listados para encontrar terapeutas que respeten quién es usted, brinden servicios con dignidad y puedan cambiar de código como los mejores.

ASIAN FAMILY SUPPORT SERVICES OF AUSTIN (AFSA)

afssaustin.org | info@afssaustin.org | Línea de crisis las 24 horas: 877-281-8371

Un recurso para las comunidades asiáticas e inmigrantes. Proporcionar una línea de ayuda disponible las 24 horas, los 7 días de la semana, disponible en más de 240 idiomas para ofrecer apoyo, gestión de casos y referencias de recursos para sobrevivientes de violencia de género.

WHAT'S IN THE MIRROR

whatsinthemirror.org | info@whatsinthemirror.org | 737-704-1641

Brindar concientización sobre la salud mental y prevención del suicidio a comunidades de color a través del arte, la promoción y la atención afirmativa con un enfoque en mujeres, jóvenes y personas LGBTQIA+.