



UPDATED AUGUST 2023



## PRIMEROS AUXILIOS PARA LA SALUD MENTAL

Los Primeros Auxilios para la Salud Mental le enseñan cómo identificar, comprender y responder a los signos de enfermedad mental y trastornos por abuso de sustancias. Esta capacitación le proporciona las habilidades que necesita para contactar y brindar apoyo inicial a alguien que pueda estar desarrollando un problema de salud mental o de uso de sustancias y ayudarlo a conectarse con la atención adecuada.

Encuentre información y regístrese para estos y otros eventos en [MHAKY.ORG/EVENTS](https://MHAKY.ORG/EVENTS)

## TEST DE DETECCIÓN DE SALUD MENTAL

- Los exámenes de salud mental están disponibles 24/7 en línea en [MHAScreening.org](https://MHAScreening.org).
- Son gratuitos y anónimos y puede enviarse los resultados por correo electrónico.
- Si no está seguro(a) de si lo que está pasando es grave o no, es una buena manera de recibir alguna opinión.
- También es útil consultar con su proveedor de atención primaria sobre sus síntomas.
- Los exámenes son herramientas que adaptamos para internet. También encontrarás algunos recursos adicionales disponibles después de cada uno o en "Herramientas DIY" en la parte inferior de la página web.
- Si quiere probarlos o revisarlos, solo tiene que poner "test" en el área del código postal.
- Más de 28,000 exámenes el año pasado nos dicen que los residentes de Kentucky necesitan más información y educación sobre salud mental.



**988** SUICIDE & CRISIS LIFELINE

## LÍNEA DIRECTA DE SALUD MENTAL 988:

LLAME / ENVÍE MENSAJES DE TEXTO /CHATEE EN LÍNEA

La Línea de Vida no sólo brinda apoyo gratuito y confidencial las 24/7 para personas en peligro, sino también recursos de prevención y crisis para usted o sus seres queridos, y mejores prácticas para profesionales en los Estados Unidos.

Cuando las personas **llaman, envían mensajes de texto o chatean con el 988**, se les conectará con consejeros capacitados (generalmente de Kentucky) que forman parte de la red existente de Línea de Vida. Estos consejeros capacitados escucharán, comprenderán cómo sus problemas les están afectando, brindarán apoyo y les conectarán con los recursos si es necesario.

### MENTAL HEALTH SUPPORT FOR KENTUCKY FARMERS:

[RaisingHopeKY.com](https://RaisingHopeKY.com)

### CRISIS TEXT LINE:

Text MHA to 741741

### TREVOR PROJECT FOR LGBTQ+ YOUNG PEOPLE:

866-488-7386

### TRANS LIFELINE (US):

877-565-8860

### LA RED NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO:

888-628-9454

### NATIONAL SUICIDE PREVENTION LIFELINE FOR SPANISH SPEAKING INDIVIDUALS:

[988Lifeline.org](https://988Lifeline.org)

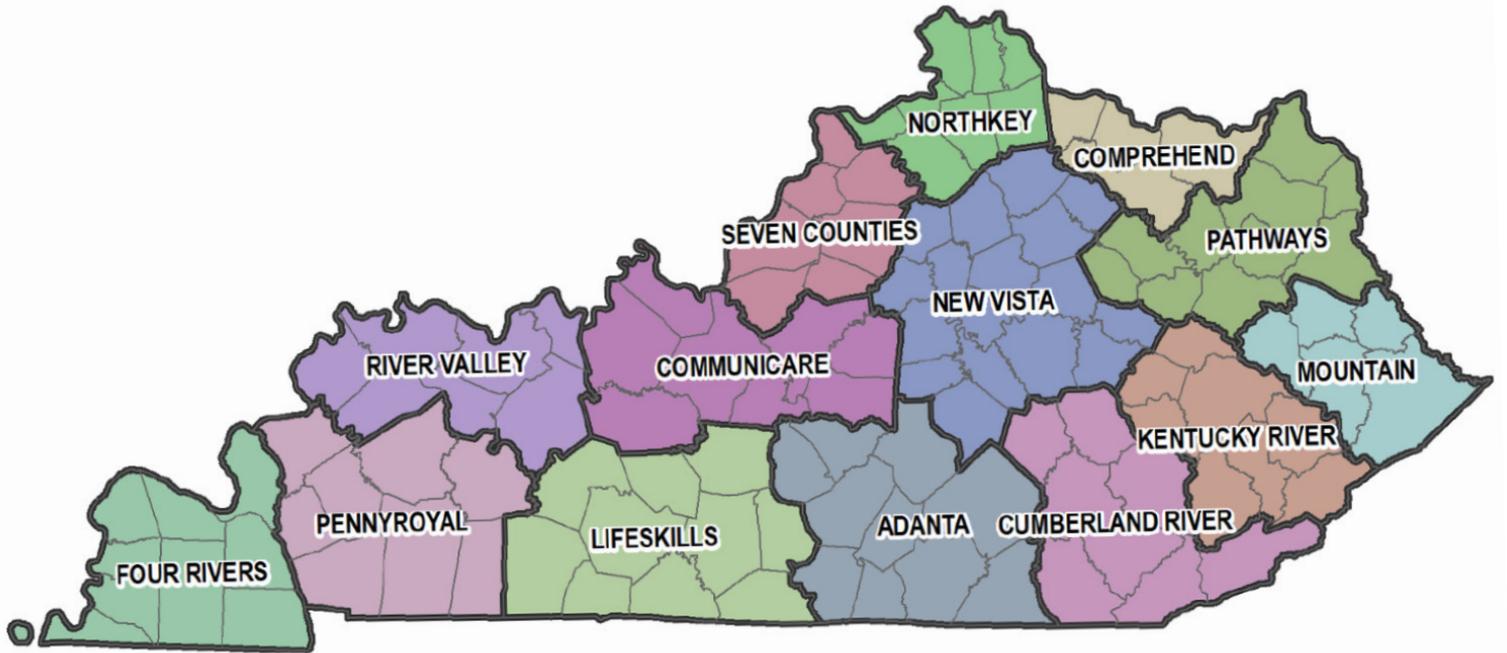
### NATIONAL MATERNAL MENTAL HEALTH LINE:

833-943-5746

### OTHER CRISIS & REFERRAL LINES:

[dbhdid.ky.gov/dbh/documents/crisis-resources.pdf](https://dbhdid.ky.gov/dbh/documents/crisis-resources.pdf)

# LÍNEAS DE CRISIS DE SALUD CONDUCTUAL PARA CENTROS COMUNITARIOS DE SALUD MENTAL



## FOUR RIVERS

1-800-592-3980

## PENNYROYAL

1-877-473-7766

## RIVER VALLEY

1-800-433-7291

## LIFESKILLS

1-800-223-8913

## COMMUNICARE

1-800-641-4673

## SEVEN COUNTIES

1-800-221-0446

## NORTH KEY

1-877-331-3292

## COMPREHEND

1-877-852-1523

## PATHWAYS

1-800-562-8909

## MOUNTAIN

1-800-422-1060

## KENTUCKY RIVER

1-800-262-7491

## CUMBERLAND RIVER

1-800-273-8255

## ADANTA

1-800-633-5599

## NEW VISTA

1-800-928-8000

Visite <https://dbhdid.ky.gov/crisisnos.aspx> para conocer la línea de crisis y los números de hospitales por condado