



Donde encontrar ayuda para su hijo/a

A quien llamar en una crisis

Si usted nota un comportamiento no seguro con su hijo/a

Llévelo a la Sala de Emergencias Psiquiátricas del San Mateo County Medical Center or Mills-Peninsula Medical Center.

- **San Mateo Medical Center**
222 W. 39th Avenue, San Mateo
(650) 573-2662
- **Mills-Peninsula Medical Center**
1501 Trousdale Drive, Burlingame
(650) 696-5915

Si usted no lo puede llevar de una manera segura, llame al 911 y pida un oficial Capacitado para Intervenir en casos de Crisis (CIT) estan entrenados para manejar a personas con problemas de salud mental.

- **Línea de emergencia en caso de suicidio o crisis:**
(650) 579-0350 | (800) 273-TALK (8255)
- **Línea de Crisis para mandar un texto**
Text START to 741-741 | www.crisistextline.org

Donde encontrar ayuda en el Condado de San Mateo

- **Centro de Llamadas: ACCESS San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services:** (800) 686-0101
- **Behavioral Health and Recovery Services Office of Consumer and Family Affairs**
(800) 388-5189 | (650) 573-2189 (Spanish)

Donde encontrar ayuda y más información

A quien llamar en una crisis

- **Línea de ayuda para niños y adolescentes 24 horas los 7 días de la semana:**
(650) 567-KIDS (5437)
Para padres, educadores y jóvenes
- **Línea de apoyo para padres 24 horas los 7 días de la semana:** (650) 579-0358
- **Línea de ayuda para el abuso de alcohol y drogas:** (650) 573-3950
- **NAMI San Mateo County: Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales:**
(650) 638-0800

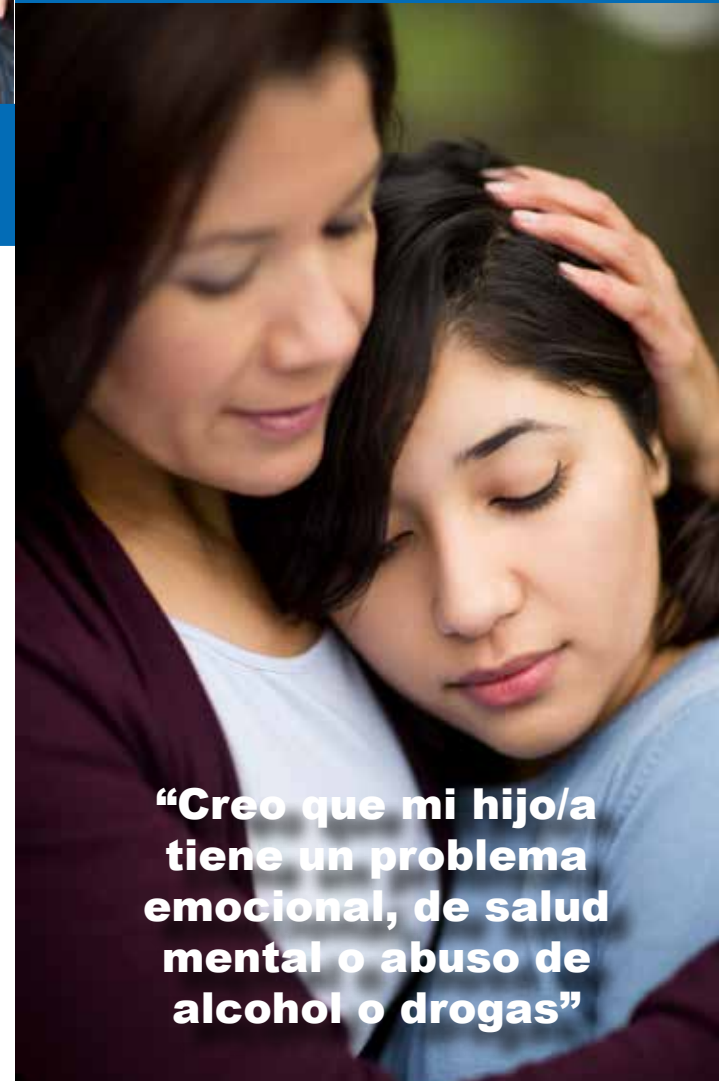
Información y Ayuda de la Red

- www.onyourmind.net | Teen Chat Room
- www.smchealth.org/MH911
- www.smchealth.org/ocfa
- www.NAMIsanmateo.org
- www.sanmateo.networkofcare.org/mh
- www.SAMHSA.gov



Para descargar una copia de este folleto, en Español o otros idiomas, visite www.smchealth.org/OCFA.

**Behavioral Health and Recovery Services
Office of Consumer and Family Affairs**
www.smchealth.org/OCFA
(800) 388-5189 | (650) 573-2189 (Spanish)



“Creo que mi hijo/a tiene un problema emocional, de salud mental o abuso de alcohol o drogas”



**COUNTY OF SAN MATEO
HEALTH SYSTEM**
BEHAVIORAL HEALTH
& RECOVERY SERVICES



¿Sabías que uno de cada cinco jóvenes tiene una condición de salud mental?

La mitad de las personas con alguna condición de salud mental desarrollan síntomas antes de los 14 años. Cuanto más espera la persona para buscar ayuda, más largo es su proceso de recuperación. Ayude a su hijo/a a obtener la ayuda que necesita temprano para poder vivir una vida larga y saludable.

Que Debo Hacer

Si usted piensa que su hijo/a tiene un problema emocional, de salud mental o de abuso de alcohol o drogas:

Llame

- Al doctor de su hijo/a
- La línea de recursos de salud mental de su seguro médico. Si su hijo/a no tiene seguro médico llame a Unidad de Cobertura de Salud del Condado de San Mateo al (650) 616-2002
- Centro de Llamadas ACCESS San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services al (800) 686-0101

Que decir

- Mi hijo/a tiene _____ años. Estoy preocupada porque _____
- La primera vez que noté un cambio en su comportamiento fue _____
- ¿Cómo puedo averiguar si mi hijo/a tiene un problema emocional/salud mental o de abuso de sustancias como el alcohol o drogas?
- ¿Cómo puedo obtener ayuda y servicios para mi hijo/a y para mí?

.....
Cualquier persona de 18 años o más es considerado un adulto. Esto significa que el/ella debe dar su autorización para que el personal de Salud del Comportamiento pueda compartir información con usted.

Información importante para la primera cita u hospitalización

1. Historia Médica

- Cualquier enfermedad severa
- Discapacidad
- Alergias
- Medicación
- Cualquier hospitalización
- Nombres e información de contacto de los médicos de su hijo/a.

2. Información de Seguro Médico

- Seguro Privado
- Medi-Cal

Señales de Alerta y Factores de Riesgo para el estrés emocional

Obtenga más información sobre las señales de estrés emocional de los niños, adolescente y adultos en www.bit.ly/MHWarningSigns

Cuando este buscando servicios de salud mental, el personal puede solicitar hablar con su hijo/a sin que usted este presente. No se alarme esto es normal.