

A quien llamar en una crisis:

- Llame al 911 y dígales que es una emergencia de salud mental. Pida que envíen a un oficial que tenga entrenamiento especializado en CIT- ellos manejan emergencias de índole de salud mental.
- Intervención de Crisis y Prevención del Suicidio: **650.579.0350, 1.800.SUICIDE**
- Servicios de Emergencia Psiquiátricos: **650.573.2662**

Donde buscar ayuda en el Condado de San Mateo:

San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services
ACCESS Team: **800.686.0101**

Oficina de Asuntos del Consumidor y Familia del Condado de San Mateo

Teléfono: **800.388.5189**

Español: **650.573.2189**

www.smhealth.org/BHRS/OCFA

A quien puede llamar para recibir apoyo

- Apoyo para padres—24 hrs: **888.220.7575**
- Línea de Crisis para jóvenes—24hrs: (10-17 años): **650.367.9687** o www.onyourmind.net
- Drogas y Alcohol—24 hrs: **650.573.3950**

Sitios de web para información y apoyo:

- www.smhealth.org/BHRS
- www.sanmateo.networkofcare.org/mh
- www.NAMIsmc.org
- www.UACF4hope.org
- www.SAMHSA.gov

Necesita acceso a una computadora para chequear sitios para mas información?
Visite su biblioteca local.

Para bajar una copia de este folleto en ingles o otro idioma, visite www.smhealth.org/BHRS/OCFA.



Behavioral Health and Recovery Services
Office of Consumer and Family Affairs
1950 Alameda de las Pulgas, Suite 155
San Mateo, CA 94403
Teléfono: 800.388.5189
Español: 650.573.2189
FAX: 650.573.2934
www.smhealth.org/BHRS/OCFA

09/10 1M SP

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

¿Que puedo hacer?

Donde encontrar Ayuda en el Condado de San Mateo

SAN MATEO COUNTY
BEHAVIORAL HEALTH AND
RECOVERY SERVICES
www.smhealth.org/BHRS

Que debo hacer:

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

Comience llamando a:

- El doctor de su niño.
- La línea de recursos de su seguro de salud.
- La Oficina de NAMI San Mateo (Alianza Nacional para Enfermedades Mentales) al **650.638.0800**. Su llamada será regresada por alguien que pueda proveer la información, apoyo y conexiones a recursos en la comunidad.
- San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services. Access Team: **800.686.0101**. Ellos pueden ayudarle en como obtener servicios del Condado.

¿No tiene seguro de salud?

Si usted o su hijo/a no tiene seguro de salud llame al **Health Coverage Hotline** al **650.616.2002** para recibir información.

Si usted nota un comportamiento peligroso en su hijo/a:

- Llévelos al Servicio de Emergencia Psiquiátrica en el Centro Medico del Condado de San Mateo
222 W. 39th Ave, San Mateo
650.573.2662.
- Si no puede hacerlo de una manera segura, llame al 911 y solicite un oficial con entrenamiento CIT — ellos tienen experiencia con personas que tienen problemas de salud mental.

Información que es conveniente llevar al hospital o a la primera cita:

Historia Medica de cualquier:

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

Información de Seguro de Salud:

- Seguro Privado
- Medi-Cal/Health Plan of San Mateo
- Healthy Kids/Families

De que hablar o preguntar en la primera conversación.

- Mi hijo/a tiene _____ años. Estoy preocupada porque _____.
- La primera vez que note un cambio en el comportamiento de mi hijo/a fue _____.
- Esto ha afectado nuestra relación de la siguiente manera _____.
- ¿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 apoyo y servicios para mi hijo/a y para mí?

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.

Si su hijo/a es mayor de 18,

es legalmente un adulto. Esto significa que el/ella debe dar consentimiento para que el personal pueda compartir información con usted.