



Sabemos que buscar los servicios públicos de salud mental y de abuso de sustancias puede ser complicado y abrumador, especialmente para

quienes enfrentan desafíos de salud.

La Oficina de Asuntos del Consumidor y Familia (OCFA, por sus siglas en inglés) está aquí para ayudarle a ser más capaz y consciente de lo que puede hacer por su recuperación.

Respetaremos su situación y sus circunstancias únicas, al mismo tiempo escucharemos su historia personal y sus valores culturales con empatía, compasión y respeto.

## Podemos ayudar

Comuníquese con nosotros si está buscando o recibiendo servicios de BHRS (Servicios de Salud del Comportamiento y de Recuperación del Condado de San Mateo, por sus siglas en inglés). Podemos ayudarle a:

- ▶ Orientarse en el sistema de BHRS;
- ▶ Averiguar cómo obtener los servicios y beneficios para los cuales es elegible;
- ▶ Obtener información sobre ayudas y recursos disponibles para los consumidores/clientes y familiares, incluyendo centros de bienestar y

organizaciones dirigidas por consumidores/clientes;

- ▶ Expresar y resolver cualquier inquietud o problema sobre sus derechos individuales, incluyendo quejarse de los servicios que recibe de un proveedor de BHRS.

## El Equipo OCFA



Somos un equipo cultural y étnicamente diverso de consumidores y familiares. Tenemos experiencia personal en el camino de la recuperación de los

desafíos de salud mental y el uso de sustancias. También hemos vivido los desafíos, discriminación y estigma de vivir con estos problemas.

Creemos que las personas pueden recuperarse, y se recuperan cuando se les proporciona los recursos y las oportunidades necesarias.

Comuníquese con nosotros, *su bienestar y su recuperación nos importan mucho.*

### Oficina de Asuntos del Consumidor y Familia

**800.388.5189**

Se habla español.

Correo electrónico: [ocfa@smcgov.org](mailto:ocfa@smcgov.org)

Sitio web: [www.smchealth.org/OCFA](http://www.smchealth.org/OCFA)

## La Visión de OCFA

Que todas las personas y familias que viven con, o que están a riesgo de enfermedades de salud mental o de abuso de sustancias, y que residen en el Condado de San Mateo, sean escuchadas, valoradas y apoyadas para llevar una vida gratificante y saludable, libre de la discriminación y del estigma.

## La Misión de OCFA

Proporcionar los medios para que los consumidores de BHRS y sus familiares participen y tengan voz en cada nivel del sistema y tengan acceso al proceso de resolución de problemas. Estamos dedicados a capacitar e informar al Sistema de Salud del Comportamiento (BHRS) acerca de la cultura del consumidor y la de su familia para que se apoyen las fortalezas de cada persona.

## ¿Qué es la recuperación?

La Recuperación es el proceso por el cual mejoramos nuestro bienestar. Es decir, el proceso por el cual aprendemos a llevar una vida satisfactoria, plena, con sentido y propósito, incluso con las limitaciones causadas por los desafíos de salud.

## Recursos Importantes

### Números de emergencia:

- ▶ Emergencias de vida o muerte: llame al 911
- ▶ Servicios Psiquiátricos de Emergencia (PES, por sus siglas en inglés): (650) 573-2662
- ▶ Línea de ayuda para el abuso de alcohol y drogas: (650) 573-3950
- ▶ Línea de prevención de suicidios, las 24 horas: (800) Suicide o (800) 784-2433
- ▶ Línea de crisis para jóvenes, las 24 horas: (650) 579-0350

### Números telefónicos importantes:

- ▶ Información sobre todos los servicios para la comunidad: 211
- ▶ Línea de apoyo para padres, las 24 horas: (888) 220-7575
- ▶ (BHRS Access Team): Ofrece información y evaluaciones, y refiere a especialistas para los servicios de salud mental/abuso de sustancias: (800) 686-0101
- ▶ NAMI (National Alliance on Mental Illness), Condado de San Mateo: (650) 638-0800  
[www.namismc.org](http://www.namismc.org)
- ▶ Heart & Soul: Organización dirigida por consumidores: (650) 343-8760  
[www.heartandsoulinc.org](http://www.heartandsoulinc.org)
- ▶ Voices of Recovery: Organización dirigida por clientes para la recuperación del abuso de sustancias: [www.voicesofrecovery-sm.org](http://www.voicesofrecovery-sm.org)

## Recursos Importantes

### Sitios web útiles:

- ▶ Sitio web de OCFA:  
[www.smchealth.org/OCFA](http://www.smchealth.org/OCFA)
- ▶ Behavioral Health & Recovery Services (Servicios de Salud del Comportamiento y Recuperación):  
[www.smchealth.org](http://www.smchealth.org)
- ▶ Línea de apoyo para adolescentes (Foro):  
[www.onyourmind.net](http://www.onyourmind.net)
- ▶ Network of Care:  
[www.sanmateo.networkofcare.org/mh](http://www.sanmateo.networkofcare.org/mh)
- ▶ Community Information Program-Peninsula: El sistema de la biblioteca detalla los recursos locales:  
<http://cip.plsinfo.org>

Usted tiene derecho a servicios de interpretación gratuitos.  
Pregunte a cualquier empleado.



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  
FAX: 650.573.2934  
email: [ocfa@smc.gov](mailto:ocfa@smc.gov)  
[www.smchealth.org/OCFA](http://www.smchealth.org/OCFA)

06/12 2k

# Oficina de Asuntos del Consumidor y Familia

*Apoyamos su camino  
hacia el bienestar y la recuperación*

Oficina de Asuntos del  
Consumidor y Familia  
Teléfono: 800.388.5189  
FAX: 650.573.2934  
[www.smchealth.org/OCFA](http://www.smchealth.org/OCFA)