
¿En Crisis y Necesita Ayuda Inmediata Ahora?

Si se encuentra en crisis y necesita ayuda inmediata, por favor haga una de las siguientes cosas:

- Llame al 911.
- Repórtese a la sala de emergencias de su hospital local.
- Llame gratuitamente a la línea de ayuda de Lifeline Network al **1-800-273-TALK (8255)**.
- Si es usuario de TTY, sírvase llamar al número TTY de la línea de ayuda: 1-800-799-4889.
- Para obtener asistencia en español 24 horas al día, llame al 1-888-628-9454.

La Línea de Ayuda es una línea directa de ayuda para crisis de la salud mental que ofrece ayuda a cualquier persona que esté experimentando angustia emocional o crisis suicida. La línea de ayuda Lifeline Network se encuentra dotada de personal experimentado en consejería de crisis 24 horas al día, siete días a la semana. La línea ofrece ayuda gratis y confidencial:

- Para cualquier persona que se sienta triste, desesperanzada o suicida.
 - Para cualquier persona que requiera de tratamiento *inmediato* de la salud mental.
 - Para familiares y amigos preocupados por un ser querido.
-



*Si usted no se encuentra en situación de crisis inmediata, comuníquese gratuitamente con BAC MAP llamando al 1-888-880-8222. Por lo general, se aceptan llamadas de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m. hora del este. Nota: Si llama después del horario de atención regular, oprima "0" para dejar un mensaje **confidencial** para que un profesional de la salud mental acreditado de MAP le devuelva la llamada.*