



RECURSOS PARA CASOS DE CRISIS PARA JÓVENES Y PADRES

LÍNEAS PARA CASOS DE CRISIS PARA JÓVENES DISPONIBLES DURANTE LAS 24 HORAS DEL DÍA, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

Línea Telefónica para Crisis y Suicidios 988: Llame o Envíe un Mensaje al 988 o Chatee en 988lifeline.org/chat.

- Número de crisis a nivel nacional para crisis de salud mental. Disponible para todas las edades.
- Presione 1 para acceder a la Línea de crisis para veteranos.
- Presione 2 para acceder a servicios en español.
- Presione 3 para recibir asesoramiento de afirmación LGBTQI+.

Línea Telefónica para Crisis de DuPage: Llame al (630) 627-1700

- Asistencia de crisis local.
 - Apoyo gratuito y confidencial disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para personas que se encuentran en crisis suicida, crisis por consumo de sustancias o que experimentan angustia emocional.
 - Consejeros de crisis altamente capacitados atienden el teléfono, escuchan a la persona que llama, comprenden cómo les afecta su problema, brindan apoyo y comparten recursos si es necesario.
- También se puede utilizar para solicitar el equipo móvil de respuesta a crisis de DuPage.
 - Equipo de un médico y un especialista de enlace que responde al individuo en crisis en la comunidad.
 - Respuesta móvil a crisis disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para jóvenes o adultos en el lugar de la crisis con el fin de brindar intervención, evaluación, apoyo, orientación y vinculación en persona a recursos o servicios apropiados.
- Servicios de crisis disponibles para jóvenes y adultos de cualquier edad, sin cargo, independientemente de la fuente del pagador.

Línea de Mensajes de Texto en Casos de Crisis: Envíe REACH al 741741

- La línea nacional de mensajes de texto está disponible para todas las personas que necesiten un asesor capacitado en crisis.

El Proyecto Trevor: (866) 488-7386; Envíe la Palabra START al 678678

- Asesoramiento nacional disponible para jóvenes LGBTQ+.

CUÁNDO LLAMAR PARA PEDIR AYUDA

Puede resultar difícil saber a quién llamar cuando usted o un ser querido está en crisis. Llamar al lugar correcto para las crisis que se enumeran a continuación le brindará la atención más rápida y adecuada.

Llame a una **Línea de Crisis** (mencionada anteriormente) si tiene algún tipo de crisis de salud mental, que incluye:

- ✓ Cuando necesite **apoyo para cualquier problema emocional**.
- ✓ **Ideación suicida:** tener pensamientos de suicidarse.
- ✓ **Ideación homicida:** tener pensamientos de matar a alguien.
- ✓ **Psicosis:** perder conexión con la realidad.
- ✓ Ayuda con la **salud mental de su hijo**.
- ✓ Asistencia para procesar u obtener **información adicional** para un ser querido.

Llame al **911** si la crisis ha avanzado a tal punto que:

- ✓ Usted u otra persona está experimentando una **emergencia médica**.
- ✓ Usted ha tomado medidas para **quitarse la vida**.
- ✓ Otra persona ha tomado medidas para **quitarse la vida**.
- ✓ Alguien no puede controlar su comportamiento, lo que le lleva a usted a creer que corre el riesgo de **hacerse daño a sí mismo o a otros sin querer**.
- ✓ Usted quiere **denunciar un delito**.

QUÉ ESPERAR DESPUÉS DE LLAMAR PARA PEDIR AYUDA

Una vez que se completa una evaluación, hay muchos cursos de acción posibles. Los profesionales involucrados recomendarán el nivel de apoyo más adecuado en función de la información que se recopiló. Los distintos niveles de apoyo podrían ser los siguientes:

- **Servicios De Asesoramiento o Apoyo Comunitario**
Servicios individualizados; la frecuencia y la ubicación se determinan según la necesidad.
- **Programa Intensivo Ambulatorio (IOP)**
Un programa terapéutico grupal donde el individuo generalmente asiste medio día, o de 3 a 5 días parciales por semana, unas pocas horas por día. Dependiendo del programa, esto podría ser durante el día o por la noche después de la escuela.
- **Programa de Hospitalización Parcial (PHP)**
El individuo estará en el programa durante el horario escolar, tradicionalmente de lunes a viernes. A menudo, el trabajo escolar se realiza entre 1 y 2 horas al día.
- **Hospitalización Para Pacientes Internados.**
El individuo permanecerá en el programa hospitalario las 24 horas del día. Estos programas están destinados a la estabilización, la reducción del riesgo y la mejora de las habilidades de afrontamiento con el objetivo de recibir el alta a los servicios menos intensivos enumerados anteriormente. Las hospitalizaciones típicas pueden ser de 2 a 14 días.
- **Tratamiento Residencial**
El nivel de tratamiento más intensivo para jóvenes con problemas graves de salud emocional y conductual. Las personas viven temporalmente en una instalación con supervisión durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Es un tratamiento integral que consta de terapia individual y grupal, atención psiquiátrica, participación familiar, además de integrar un plan y cronograma de tratamiento estructurado e individualizado. La duración de los programas varía según la necesidad, pero normalmente dura entre 30 días y 6 meses.

APOYO DE LAS ESCUELAS

Compartir información delicada puede ser difícil, pero es muy útil que el enfermero o el trabajador social de su escuela estén al tanto cuando un estudiante tiene dificultades emocionales. La información compartida se mantendrá confidencial y se utilizará para ayudar al estudiante durante el horario escolar. La información importante para compartir incluye medicamentos nuevos o adaptados, mayor frecuencia de síntomas de salud mental, hospitalizaciones por salud conductual, planes de seguridad e información de alta.

Se incentiva a los padres/tutores a firmar una autorización de divulgación de información cuando su hijo esté recibiendo algún tratamiento de salud conductual para ayudar mejor a la salud mental del estudiante durante el día escolar. Si un estudiante requiere hospitalización, la divulgación de información permite al hospital comunicarse con la escuela, solicitar las tareas y notificar a la escuela sobre el plan de alta. Si los padres/tutores tienen preguntas sobre los servicios ofrecidos a través de su escuela local, pueden comunicarse con el enfermero de la escuela o el trabajador social para obtener más información. Este esfuerzo colaborativo puede proporcionar el apoyo y los recursos necesarios para ayudar a los estudiantes a superar sus desafíos emocionales mientras asisten a la escuela.

Durante el tratamiento o después del alta, su hijo puede tener días difíciles. A los estudiantes en Illinois se les permite hasta cinco días de salud mental como ausencias justificadas de la escuela, sin el requisito de un certificado médico. Además, si un estudiante solicita un segundo día de salud mental, un consejero escolar debe comunicarse con la familia y puede derivar a ese estudiante a ayuda profesional.

RECURSOS ADICIONALES PARA PADRES Y JÓVENES

¿Está Buscando Más Recursos Y Herramientas Para Ayudar?

La página de Recursos para padres y jóvenes de BHC ofrece enlaces a recursos locales para la salud mental de los jóvenes, seminarios educativos sobre cómo mejorar y apoyar el bienestar mental y guías sobre cómo navegar por el panorama a menudo difícil de la salud mental de los jóvenes. Escanee este código QR y podrá seleccionar su idioma preferido en el sitio web.

