

¿No está seguro de cuándo usar el 988?

Algunos de los sentimientos que tienen las personas que contactan al 988:

“Me siento solo”

“No me siento yo mismo”

“Necesito hablar”

“Estoy abrumado”

Razones por las que las personas podrían comunicarse:

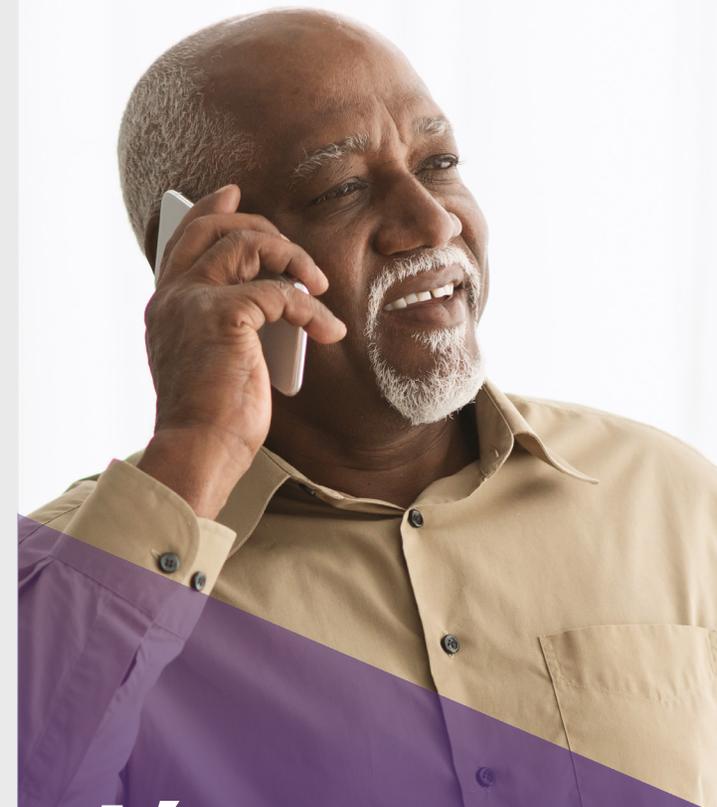
- Pensamientos suicidas
- Adicción
- Preocupación por terceros
- Problemas de alimentación e imagen corporal
- Problemas en las relaciones
- Ansiedad general
- Estrés por el COVID-19
- Abuso
- Trauma
- Soledad
- Insomnio o problemas para conciliar el sueño
- Problemas para pensar con claridad
- Cambios de ánimo intensos

988 es más que un número

Es una conexión directa con una atención compasiva y de fácil acceso.

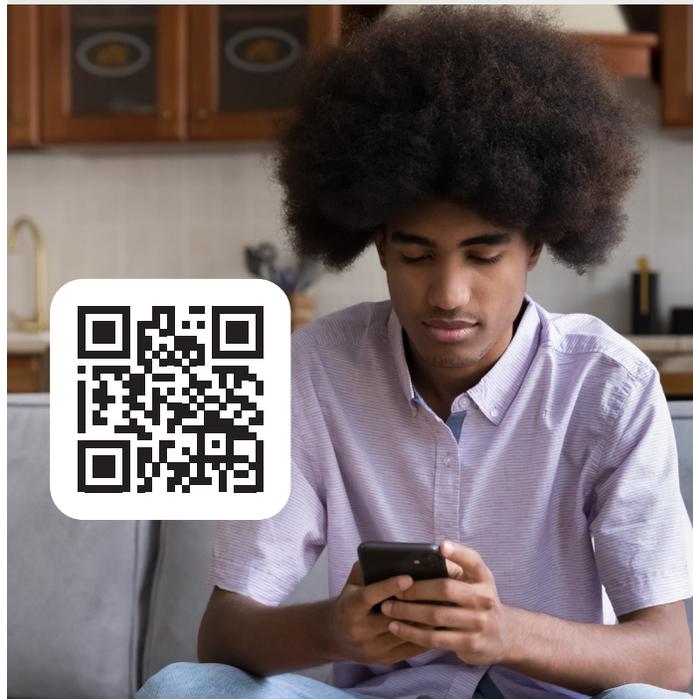
Cuando llama, chatea o envía un mensaje de texto al 988, lo conectan con consejeros capacitados que forman parte de la red de la Línea Nacional de Prevención del Suicidio.

There is hope.



Línea para situaciones de crisis 988

Un nuevo recurso para crisis en Nueva York



Office of
Mental Health

988 SUICIDE & CRISIS
LIFELINE

Preguntas frecuentes

¿Qué es el 988?

El 988 es el nuevo número de tres dígitos que conecta a las personas con la Línea Nacional de Prevención del Suicidio. Este servicio es para cualquier persona que experimente:

- tendencias suicidas
- una crisis relacionada con la salud mental o el consumo de sustancias
- cualquier tipo de malestar emocional

¿Cuál es la diferencia entre el 988 y el 911?

El 988 ofrece fácil acceso a la red de la Línea Nacional de Prevención del Suicidio y a recursos relacionados con las situaciones de crisis. Es diferente del 911, ya que aquí la atención se centra en el envío de servicios médicos de emergencia, servicios de bomberos y de la policía según corresponda. El objetivo del 988 es satisfacer las crecientes necesidades de atención a las crisis relacionadas con el suicidio y la salud mental en el país.

¿Debo pagar para usar el 988?

Comunicarse al 988 es un servicio gratis.

Talk with us.



Conozca las
SEÑALES DE ADVERTENCIA
del suicidio:



Observe los FACTS (HECHOS):

F **EELINGS (SENTIMIENTOS):** desesperanza, preocupación excesiva, sentimiento de carga, rechazo, inutilidad.

A **CTIONS (ACCIONES):** impulsividad; autolesionarse; aumentar el consumo de drogas o alcohol; regalar pertenencias; buscar una manera de morir; como guardar pastillas, obtener acceso a un arma o buscar información en línea.

C **HANGES (CAMBIOS):** especialmente en presencia de otras señales de advertencia; cambios en la actitud, el estado de ánimo, el comportamiento o la conexión social; cambio repentino en los patrones del sueño o la alimentación.

T **HREATS (AVISOS):** declaraciones específicas o inciertas o cualquier señal de muerte o suicidio; puede ser por escrito, de forma oral, a través de las redes sociales o mediante avisos no verbales.

S **ITUATIONS (SITUACIONES):** cambios en la vida que hacen que la persona se sienta abrumada, sin preparación o provocada, como una pérdida personal, el contacto con la muerte, un acoso o abuso, fracasos o meterse en problemas.

¿Qué sucede cuando me comunico con el 988?

