

¿Se siente abrumado?

Hable con alguien acerca de sus pensamientos y sentimientos.



La Línea de Prevención del Suicidio y Crisis 988 ofrece acceso a profesionales capacitados que pueden ayudar a las personas que experimentan una crisis de salud mental o consumo de drogas.

Llame al 988 ahora si necesita ayuda con cualquiera de los siguientes motivos:

- Pensamientos suicidas
- Consumo de alcohol en exceso
- Consumo de drogas
- Depresión
- Lidar con traumas

