

Prevención

- Estudios muestran que muchas personas que intentan suicidarse muestran señales de advertencia de su intento antes de actuar.
- Algunos de las señales de una persona en situación de riesgo son:
 - Depresión
 - Cambio en los patrones de sueño
 - Alimentación (comer más / menos)
 - Regalando sus posesiones más preciadas
 - Falta de interés en las actividades normales
 - Acumulación de medicamentos
 - Embotamiento emocional/falta de expresión
 - Expresando desesperanza
 - Recaída a drogas/alcohol

Recursos

- LINEA DIRECTA PARA SUICIDIO & CRISIS 1-855-278-4204
- ATENCION URGENTE DE SALUD MENTAL 1-408-885-7855
- LÍNEA NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO PARA VETERANOS 1-800-273-8255 PRESS 1
- ASOCIACION DE VETERANOS DE PALO ALTO 1-800-455-0057
- LÍNEA DE AMISTAD/PERSONAS MEYORES 1-800-971-0016
- ENTRENAMIENTO DE PREVENCIÓN DE SUICIDIO GRATIS 1-408-885-3723
- ALIANZA NACIONAL DE LA ENFERMEDAD MENTAL 1-408-453-0400

Intervención

Cundo una persona sufre, es una de mas.

- Cuando sientas que no hay esperanza, NO estas solo.

¿Necesita Ayuda?
Servicios de Suicidio y Crisis
1-855-278-4204
Llamada Gratis
24 horas/ 7 días

Recursos

- ALIANZA NACIONAL DE LA ENFERMEDAD MENTAL 1-408-453-0400
- ZEPHYR SERVICIOS DE ENTRADA 1-408-792-2140
- EMQ CRISIS MÓVIL 1-408-379-9085
- SERVICIOS PSIQUIATRICOS DE EMERGENCIA 1-408-885-6100
- ATENCION URGENTE DE SALUD MENTAL 1-408-885-7855
- EMERGENCIA 24/7 Llamar 911 Pregunte por un Oficial CIT
- LÍNEA DIRECTA PARA ADOLESCENTES 24/7 1-888-247-7717
- THE LGBTQ YOUTH SPACE 1-408-343-7940

Postvención

- Nadie debe sentirse avergonzado o débil debido a un intento de suicidio.
- Hay muchos de nosotros que somos sobrevivientes de intento de suicidio y estamos agradecidos de estar vivos.
- Cuando usted ha perdido un ser querido por suicidio es un sobreviviente.
- Existe apoyo para usted, usted no está solo.



Recursos

- ATENCION URGENTE DE SALUD MENTAL 1-408-885-7855
- ALIANZA NACIONAL DE LA ENFERMEDAD MENTAL SECCION SANTA CLARA 1-408-453-0400
- GRUPO DE APOYO PARA SOBREVIVIENTES DE SUICIDIO 1-855-278-4204
- KARA 1-650-321-5272
- GOLDEN GATEWAY 1-408-295-5288 Alcance a las personas mayores 60+
- ALCANCE PARA SOBREVIVIENTES DE CALIFORNIA 1-925-462-6866
- CENTRO PARA VIVIR CON MUERTE 1-408-243-0222



MISION

Para ayudar a las personas en nuestra comunidad afectadas por enfermedades mentales y trastornos emocionales graves para lograr sus esperanzas, sueños y metas de calidad de vida. Para lograr esto, los servicios deben ser entregados en el ambiente menos restrictivo, no estigmatizante, más accesible dentro de un sistema coordinado en comunidad y autocuidado, respetuosa de la familia de la persona y sus seres queridos, idioma, cultura, etnicidad, género e identidad sexual.

VALORES

Nosotros creemos sin reservas que:

- Todas personas tienen derecho a salud mental y el bienestar
- Todas las personas deben ser tratadas con justicia, respeto y dignidad de una manera cultural y lingüísticamente competente
- Con tratamiento y apoyo efectivo, la recuperación de una enfermedad mental se puede lograr
- Los consumidores participen activamente en su propia recuperación y sus objetivos de tratamiento
- Consumidores y sus familias estén en el centro del desarrollo, entrega, ejecución y evaluación de su tratamiento

PROGRAMA DE PREVENION DE SUICIDIO DEL CONDADO
DE SANTA CLARA
1-408-885-3982



MISION

La misión de CalMHSA es proporcionar a condados miembros una estructura administrativa/fiscal flexible, eficiente y eficaz enfocado en asociaciones de colaboración y juntar los esfuerzos en:

- Desarrollo e implementación de estrategias y programas comunes
- Integridad fiscal, protección y manejo de riesgo colectivo
- Rendición de cuentas a nivel estatal, regional y local

VALORES

CalMHSA promoverá continuamente

- Eficiencia, experiencia, innovación, responsabilidad y calidad;
- Transparencia y aportación de los interesados;
- Prevención e intervención temprana;
- Colaboración de la comunidad; competencia cultural;
- Reconocimiento de que las características geográficas pueden requerir intervenciones únicas del programa;
- Sistema de salud mental dirigido por cliente/familia para niños, jóvenes en edad de transición, adultos, adultos mayores;
- Enfoque en bienestar, incluida la recuperación y resistencia;
- Experiencias e interacciones de servicios integrados; (integración puede ocurrir en otros sistemas, como la atención primaria, servicios de envejecimiento, educación, etc.)
- Fuerza laboral de salud mental pública calificada, culturalmente competente y diversa con conocimientos y habilidades para trabajar con poblaciones de edad específica y racial, étnica y culturalmente diversas.

Prevención de Suicidio y Crisis



Un recurso para usted y
sus seres queridos

