

Ayuda En Español

SHARE

Lifeline ofrece 24/7, servicios gratuitos en español, y no es necesario hablar inglés si usted necesita ayuda.

¿Qué pasa cuando llamo?

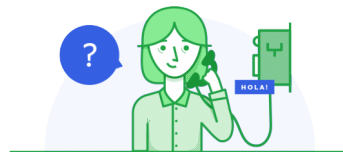
Cuando usted llama al número 1-888-628-9454, su llamada se dirige al centro de ayuda de nuestra red disponible más cercano. Tenemos actualmente 200 centros en la red y usted hablará probablemente con uno situado en su zona. Cada centro funciona en forma independiente y tiene su propio personal calificado.

Cuando el centro contesta su llamada, usted estará hablando con una persona que le escuchará, le hará preguntas y hará todo lo que esté a su alcance para ayudarle.

Yo mismo necesito ayuda

Una persona capacitada le escuchará y hablará con usted. Si es necesario, podrá darle información sobre recursos o servicios existentes en su comunidad que podrán prestarle ayuda después de la llamada. Siempre puede usted volver a llamar al número 1-888-628-9454 si lo necesita o lo desea.

¡Su llamada es confidencial!



Una persona querida necesita ayuda

Si está usted preocupado por una persona que usted sabe que está pasando por una crisis o que piensa en suicidarse, nuestros centros pueden ayudarle. Una persona calificada del centro puede:

- Darle ideas y sugerencias sobre la forma de acercarse a la persona que le preocupa. Puede ayudarle a pensar qué podría decir para alentar a esa persona querida a pedir ayuda.
- En algunos casos, el centro puede hablar en conferencia al mismo tiempo con usted y con la persona que le preocupa.
- Algunas comunidades tienen equipos móviles que pueden visitar a las personas en sus hogares. Si hay uno de esos equipos en su zona, nuestro centro le pondrá en contacto con él.

Llamo para pedir información sobre cuestiones de salud mental

Algunos datos sobre la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis

- Las llamadas son gratuitas desde cualquier teléfono en los Estados Unidos.
- Nuestras líneas funcionan las 24 horas todos los días de la semana, de modo que usted puede ponerse en contacto con una persona capacitada en cualquier momento en que lo necesite.
- Su llamada es confidencial; esto significa que la persona que le escucha hará todo lo posible por no divulgar su identidad.
- Prestamos servicios en inglés (988) y en español (1-888-628-9454)
- Somos la única red nacional de respuesta a situaciones de crisis con financiación del Gobierno Federal.

#BeThe1to

[Cómo y por qué pueden ayudar los 5 pasos](#)

Latinx Therapy

Therapy for Latinx

Therapy for Latinx



Vale La Pena Vivir

Prestamos Servicios En Español

1-888-628-9454

Call The Veterans Crisis Line

988[CHAT WITH VCL](#)

Servicio de interpretes disponible solamente por teléfono

.....

FAQ

CONTACT US

DONATE

MEDIA RESOURCES



[Ayuda En Español | Info For Deaf & Hard of Hearing](#)



THE 988 SUICIDE & CRISIS LIFELINE (FORMERLY KNOWN AS THE NATIONAL SUICIDE PREVENTION LIFELINE 1-800-273-TALK) 988LIFELINE.ORG is a registered service mark of the Substance Abuse and Mental Health Services Administration. The 988 Suicide & Crisis Lifeline is administered by Vibrant Emotional Health.

