

para crisis emocionales  
o de abuso de sustancias

**LLAMADA / TEXTO / CHAT 988**

Ayuda y Esperanza en Nuevo México

**9888**

**Ayuda 24/7**



### Razones para llamar al 988

- ¿Estás preocupado por tu seguridad o la de alguien que conoces?
- ¿Tienes problemas controlando emociones fuertes?
- ¿Te sientes desesperado, confundido, enojado o solo?
- ¿Estás preocupado por tu consumo de alcohol o drogas?
- ¿Necesitas ayuda para encontrar servicios comunitarios en tu localidad?



**Visite [988NM.org](https://988NM.org)  
para más información**

@988NewMexico    