



**Cualquier persona.  
Cualquier problema.  
En cualquier lugar.**



Visita  
**988NM.ORG**  
para más información



HEALTH CARE  
AUTHORITY

- ¿Está preocupado por su seguridad o la de alguien que conoce?
- ¿Tiene problemas controlando emociones fuertes?
- ¿Se siente desesperado, confundido o enojado?
- ¿Está preocupado por su consumo de alcohol o de drogas?
- ¿Necesita ayuda para encontrar servicios comunitarios en su localidad?
- ¿Tiene alguna preocupación y quiere platicar con alguien ajeno a su situación actual?

## CÓMO FUNCIONA

### LLAMADA

<p><b>PRESIONE</b></p> <p><b>1</b></p> <p>para conectarse con la Línea de Miembros del Servicio/ Veteranos (en inglés)</p>	<p><b>PRESIONE</b></p> <p><b>2</b></p> <p>para conectarse en español</p>	<p><b>PERMANEZCA EN LA LÍNEA</b></p> <p>para conectarse con un centro local de llamadas; si el centro local no está disponible para contestar su llamada, esta será transferida a un centro nacional de respaldo</p>
--	--	--

### TEXTO O CHAT



Las personas que envíen la palabra **“AYUDA”** por mensaje de texto al 988 son conectadas con un centro de crisis equipado para responder a mensajes de texto.



El chat está disponible a través de la página web de Lifeline en [988lifeline.org/chat](https://988lifeline.org/chat)

## 988 APOYO INMEDIATO

Asistencia gratuita, privada y confidencial 24/7 por teléfono, texto o chat.

Si se siente abrumado por la vida o por sus emociones y no sabe a quién acudir, el 988 está aquí para escucharle y proporcionarle apoyo individual y privado por parte de una persona atenta, comprensiva y sin prejuicios que le ayude a superar estos momentos. No importa cuáles sean las circunstancias, no espere para buscar ayuda.

## EL 988 NO ES EL 911. EL 988 ES PARA

- Problemas familiares o de relaciones personales
- Estrés laboral o escolar
- Ansiedad por el dinero o la vivienda
- Duelo, pérdida o soledad
- Abuso de alcohol o drogas
- Autolesiones

@988NewMexico

