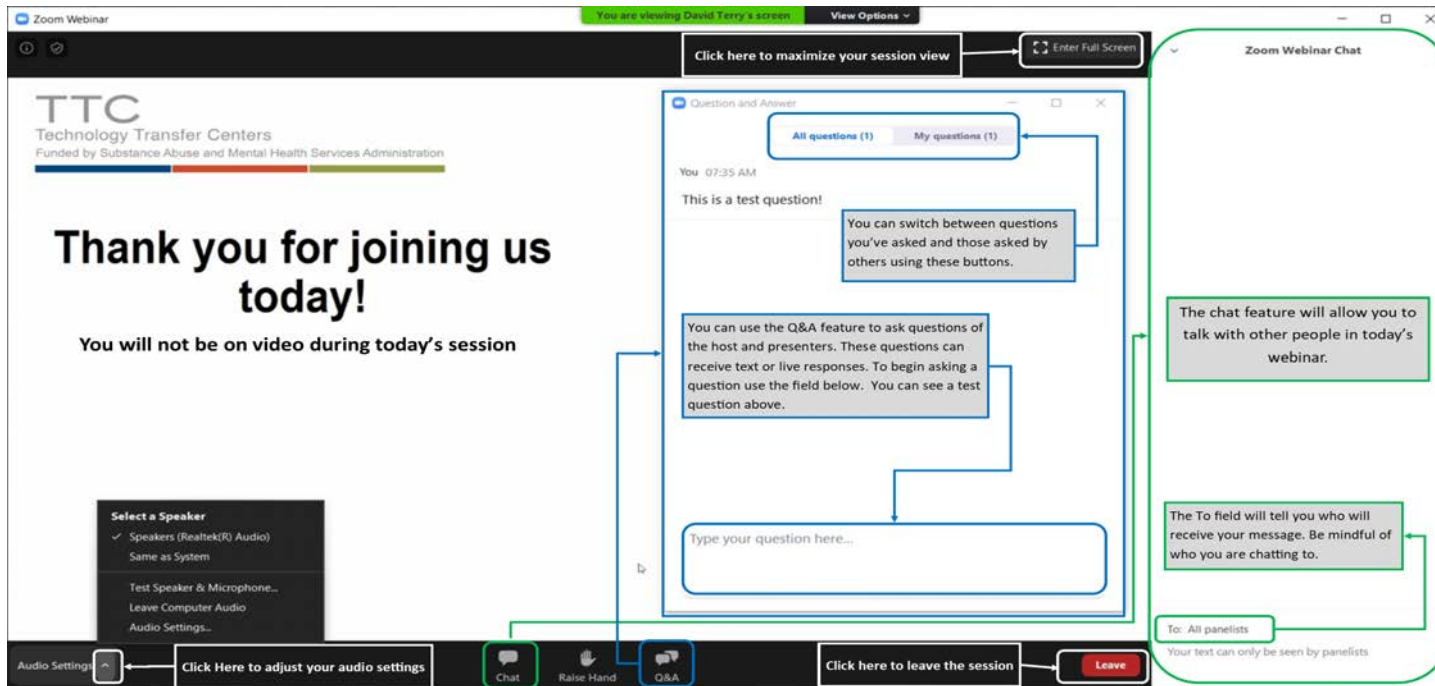


# La Plataforma Zoom



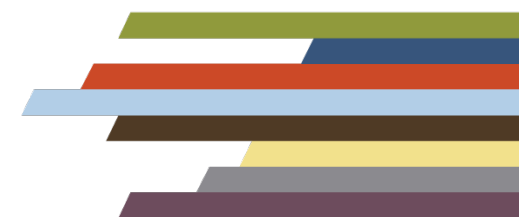
**Todos los asistentes están silenciados durante la presentación. La sesión de hoy será grabada. Se enviará por correo electrónico un enlace a las diapositivas de la presentación y una grabación del seminario web. Los certificados de asistencia se enviarán por correo electrónico.**



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Prevención del Suicidio Durante La Pandemia Del COVID-19

*Katty Rivera M. Ed.*



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

# Sobre nosotros:

El MHTTC del Noreste y el Caribe proporciona 5 años (2018 - 2023) de financiamiento para:

- Desarrollar la capacidad de la fuerza laboral de salud conductual para brindar prácticas prometedoras y basadas en evidencia a las personas con enfermedades mentales.
- Abordar la gama completa de servicios que abarcan la prevención, el tratamiento y el apoyo para la recuperación de enfermedades mentales.
- Capacitar a la fuerza laboral relacionada (policía / socorristas, proveedores de atención primaria, servicios vocacionales, etc.) para brindar servicios efectivos a personas con enfermedades mentales

## ***Salud Mental Escolar***

SAMHSA ha proporcionado fondos adicionales para apoyar la capacitación y la consulta directamente a las escuelas y organizaciones comunitarias relacionadas en el área de salud mental escolar.

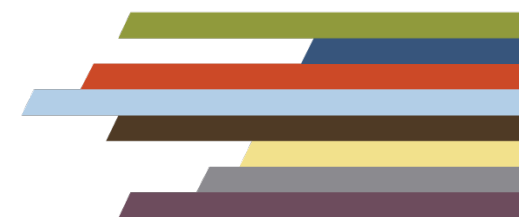
Ofrecemos seminarios en línea nacionales, capacitaciones de desarrollo profesional y servicios intensivos de asistencia / consulta técnica sobre temas de salud mental escolar, incluida la prevención del suicidio, enfoques informados sobre el trauma, primeros auxilios de salud mental para jóvenes y más.



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





# Aumente su conocimiento y habilidades

¡Manténgase al día con las últimas prácticas, recursos y tecnologías efectivas!

Suscríbase para recibir nuestros correos electrónicos.  
¡Todas las actividades son gratis!

<https://bit.ly/2mpmpMb>

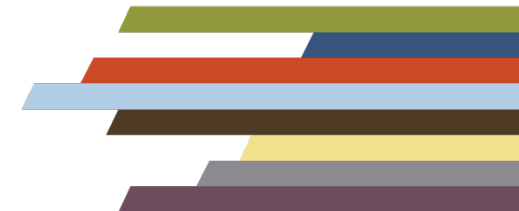


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# ¡Queremos sus comentarios!

Nuestro financiamiento proviene de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), que requiere que evaluemos nuestros servicios.

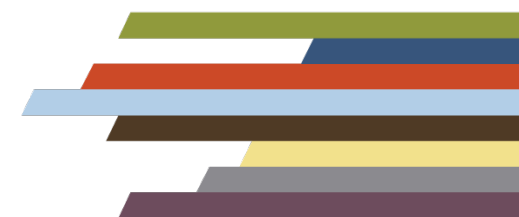
Agradecemos sus comentarios honestos y ANÓNIMOS acerca de este evento, que proporcionarán información a SAMHSA Y nos ayudarán a planificar nuestros programas. Sus comentarios sobre esta capacitación nos ayudarán a desarrollar capacitaciones que sean relevantes para sus necesidades profesionales actuales. ¡Por lo tanto, sus comentarios cuentan!



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Información sobre grabación de video

## ***Nota:***

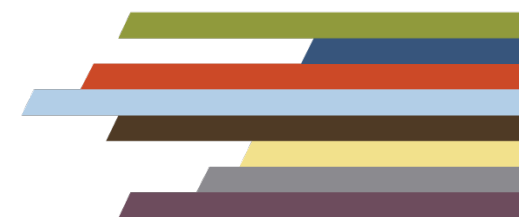
Grabaremos este seminario web y lo publicaremos en nuestro sitio web junto con las diapositivas de presentación y cualquier recurso relevante.



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Sus interacciones con nosotros

## Preguntas y respuestas

- Las preguntas y respuestas se realizarán al final de la presentación.
- Escriba sus preguntas en la función de preguntas y respuestas (Q & A) en Zoom ubicada en la barra de opciones (coloque su cursor sobre la barra de opciones).
- Tenga en cuenta que su pregunta será visible para todos los participantes.

## Chat y encuestas

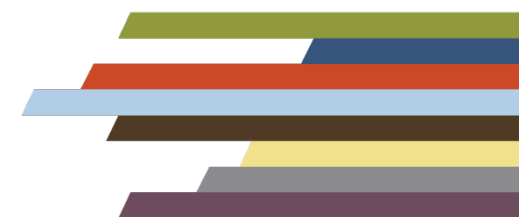
- A lo largo del seminario web, le solicitaremos su opinión.
- Utilice las funciones de Chat o Encuesta en Zoom ubicadas en la barra de opciones.
- Usted puede controlar quién puede ver sus comentarios en el chat.



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Descargo de responsabilidad

Esta presentación fue preparada para la Red MHTTC bajo un acuerdo cooperativo de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA). Todo el material que aparece en esta presentación, con la excepción de la información tomada directamente de fuentes con derechos de autor, esta en el dominio público y puede ser reproducido o copiado sin permiso de SAMHSA o de los autores. Se agradece la citación de la fuente. Por favor, no reproduzca ni distribuya esta presentación por una tarifa sin una autorización específica por escrito del MHTTC del Noreste y el Caribe.

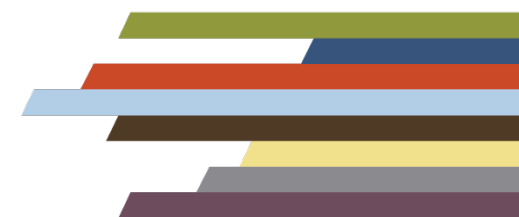
Esta presentación será grabada y será publicada en nuestro sitio web. En el momento de esta presentación, la Doctora Elinore F. McCance-Katz es la Subsecretaria de SAMHSA. Las opiniones expresadas en esta presentación son las opiniones de los presentadores y no reflejan la posición oficial del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS) o SAMHSA. No se debe inferir ningún apoyo o respaldo oficial del DHHS, SAMHSA, por las opiniones descritas en esta presentación.



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





# Nuestra Presentadora:



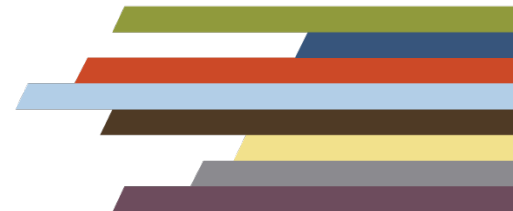
**Katty Rivera M.Ed.**



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Objetivos:

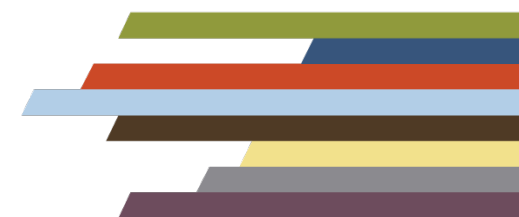
- Disipar los mitos sobre el suicidio
- Identificar signos y síntomas de alguien que pueda tener pensamientos suicidas
- Identificar factores de riesgo
- Entender cómo tener una conversación significativa sobre el suicidio
- Desarrollar la conciencia de cómo intervenir y ayudar a una persona que puede tener tendencias suicidas
- Proporcionar recursos y fuentes de referencia



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



*Cuando está lo suficientemente  
oscuro, puedes ver las estrellas.*

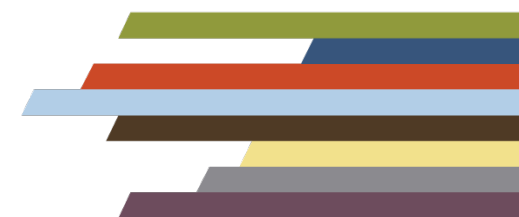
*R. W. Emerson*



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Datos Mundiales

- Cerca de 800 000 personas se suicidan cada año.
- Por cada suicidio, hay muchas más tentativas de suicidio cada año. Entre la población en general, un intento de suicidio no consumado es el factor individual de riesgo más importante.
- El suicidio es la tercera causa de muerte para los jóvenes de edades comprendidas entre los 15 y los 19 años.
- El 79% de todos los suicidios se produce en países de ingresos bajos y medianos.
- La ingestión de pesticidas, el ahorcamiento y las armas de fuego son algunos de los métodos más comunes de suicidio en todo el mundo.

Fuente:<https://www.who.int/es>

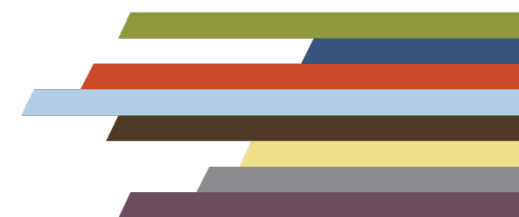


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

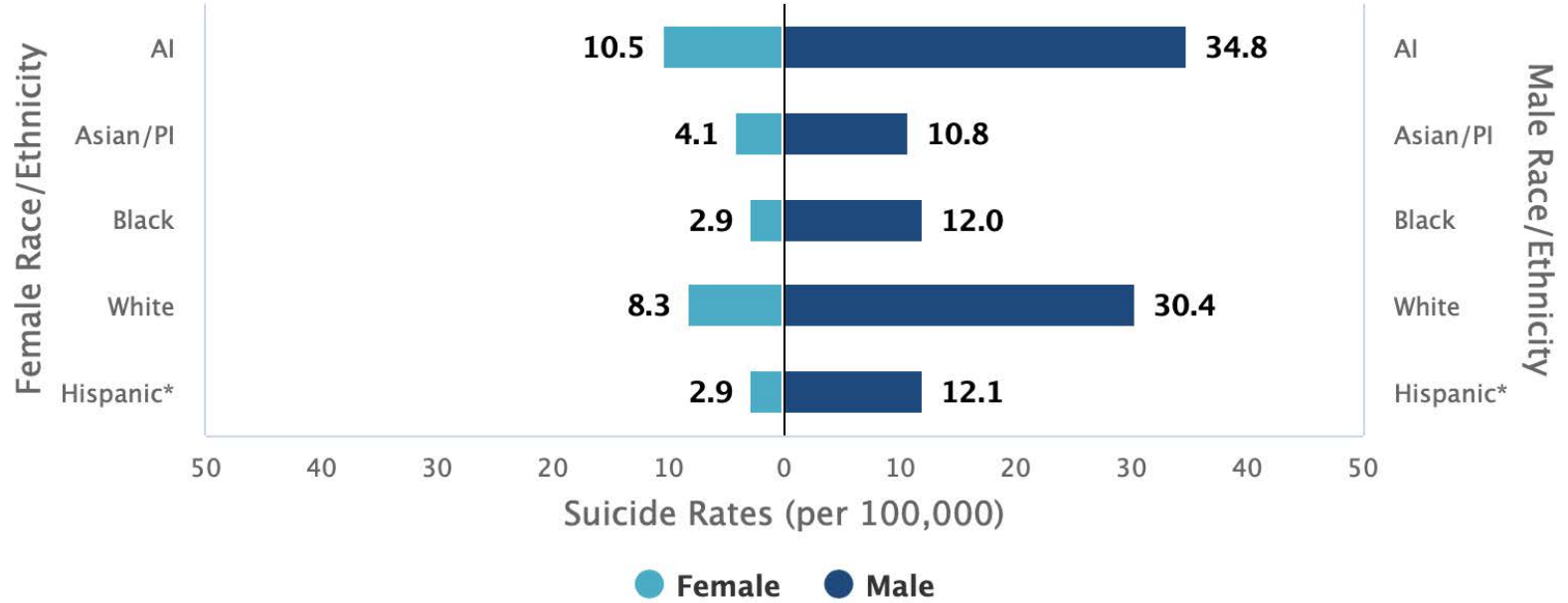
Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



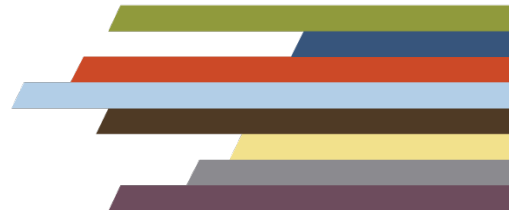
# El suicidio y la comunidad Latinx en EEUU

Suicide Rates by Race (per 100,000; 2018)  
Data Courtesy of CDC



\*Persons of Hispanic origin may be of any race; all other racial/ethnic groups are non-Hispanic  
AI = American Indian, PI = Pacific Islander

(Fuente: [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov))



# Algunas estadísticas sombrías

- Del 1999 a 2018, la tasa de suicidios aumentó en un 35%.
- La tasa de suicidio en los hombres fue de 3.5 a 4.5 veces mas alta que la tasa de las mujeres durante todo ese tiempo.
- En los hombres, la tasa aumentó un 28% de 17.8 en el 1999 a 22.8 en 2018.
- En las mujeres, la tasa aumentó un 55%, de 4.0 en 1999 a 6.2 en el 2018.

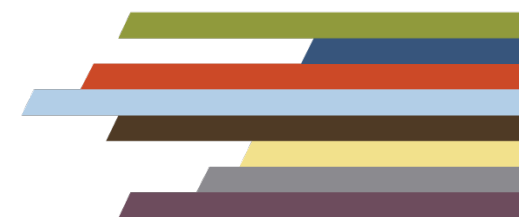
(Fuente: [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Mas estadísticas sombrías

- El suicidio es la décima causa principal de muerte en general en los Estados Unidos
- El suicidio fue la segunda causa principal de muerte entre las personas de entre 10 y 34 años de edad
- El suicidio es la cuarta causa principal de muerte entre las personas de 35 a 54 años de edad
- Hubo más de dos veces y medio más suicidios (48,344) en los Estados Unidos que homicidios (18,830)

(Fuente: [nimh.nih.com](http://nimh.nih.com))

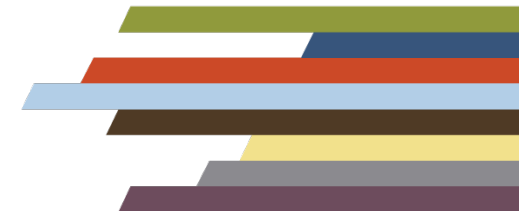


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Los números no mienten

Edad 10-14	596
Edad 15-24	6211
Edad 25-34	8020
Edad 34-44	7521
Edad 45-54	8345

(Fuente: [nimh.nih.com](http://nimh.nih.com))

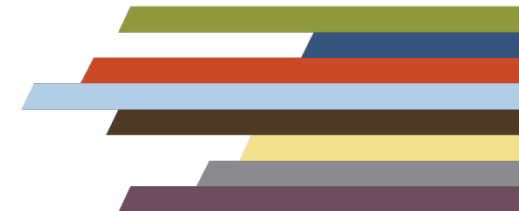


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





# El suicidio y el Covid-19

- El 5% de las universidades y escuelas secundarias en los Estados Unidos encuestados, informaron intentos de suicidio durante la pandemia
- Más del 50% de los encuestados informaron que estaban preocupados por su salud mental
- Desde el brote inicial, el 53% de estudiantes universitarios y el 62% de estudiantes de secundaria informaron haber sentido niveles altos de estrés
- El 48% de universitarios y el 51% de estudiantes de secundaria, dicen que padecen de ansiedad

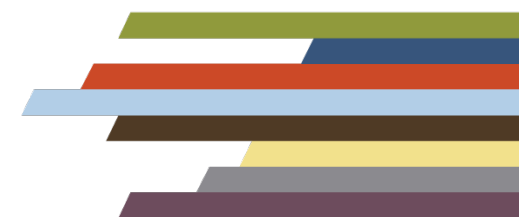
(Fuente: investor.chegg.com)



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Mitos y Realidades

## Mito

- Es peligroso preguntarle a una persona deprimida sobre el suicidio.
- La gente que quiere morir siempre encuentra un camino
- La gente se suicida de la nada.

## Realidad?

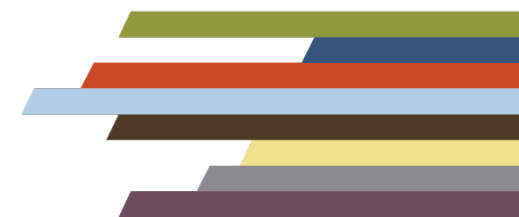
- Falso
- Falso
- Falso



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Mitos y Realidades

## Mito

- Alguien que parece no tener ningún problema no corre el riesgo de suicidarse.
- La mayoría de los suicidios ocurren durante la temporada de vacaciones de invierno.
- Cuando alguien se recupera después de tocar fondo, su riesgo de suicidio disminuye.

## Realidad?

- Falso
- Falso
- Falso



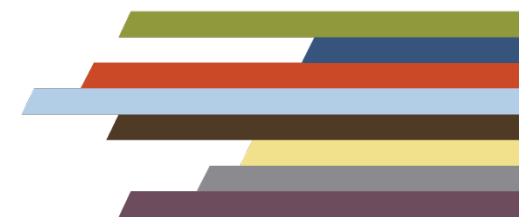
(Fuente: [www.nami.org](http://www.nami.org))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Mitos y Realidades

## Mito

- Darle a alguien un número de línea directa de ayuda es suficiente.
- Una vez que una persona tiene tendencias suicidas, siempre lo serán.
- El suicidio solo afecta a personas con diagnóstico de enfermedad mental.
- Las personas que se suicidan son egoístas y toman el camino más fácil.

## Realidad?

- Falso
- Falso
- Falso
- Falso



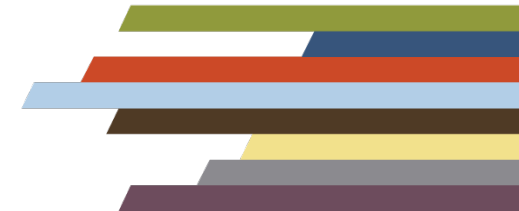
(Fuente: [www.nami.org](http://www.nami.org))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Mitos y Realidades

## Mito

- Hablar sobre el suicidio conducirá y animará a alguien a matarse.
- Nadie puede detener un suicidio.
- Solo los expertos pueden prevenir un suicidio
- Una vez que una persona decide suicidarse, nadie puede hacer nada para detenerla.

## Realidad?

- Falso
- Falso
- Falso
- Falso



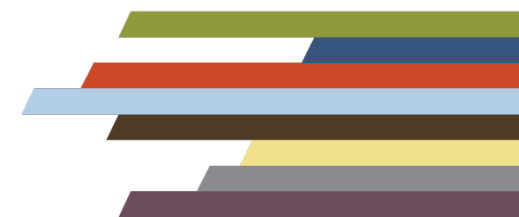
(Fuente: [www.nami.org](http://www.nami.org))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Signos y Síntomas

- Tristeza excesiva
- Cambios de humor
- Desesperación
- Problemas al dormir
- Retiro / aislamiento
- Cambios de personalidad
- Comportamiento peligroso o dañino
- Trauma reciente o crisis vital
- Cambios en la apariencia.



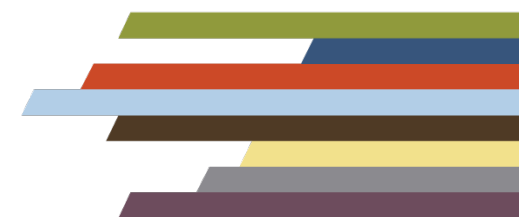
(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Signos y Síntomas

- Haciendo preparativos
- Cambios académicos
- Amenazar o hablar de suicidio
- Visión negativa de uno mismo
- Irritabilidad / Agresividad
- Sintiéndose como una carga
- Autolesión o cortarse
- Participar en actividades riesgosas
- Abuso de sustancias
- Interacciones familiares



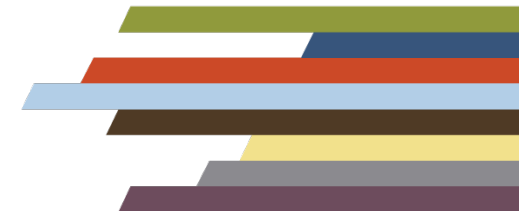
(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Signos y Síntomas

- Posesión de armas
- Pastillas de almacenamiento
- Regalar pertenencias
- Absentismo escolar
- Huyendo del hogar
- Perfeccionismo



(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))

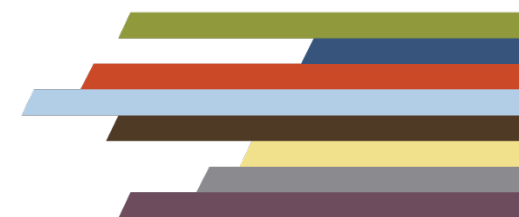


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





# Señales verbales directas

- "Quiero estar muerto"
- "Me voy a suicidar"
- "Si no \_\_\_\_\_, me voy a suicidar"
- "Si no consigo \_\_\_\_\_, me voy a suicidar"
- "Voy a acabar con todo"
- "Estoy mejor muerto que vivo"



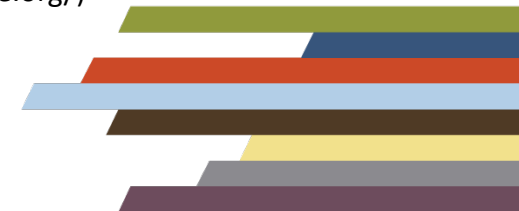
(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Señales verbales indirectas

- "No puedo soportar esto más"
- "Me pregunto quién me extrañaría si estuviera muerto"
- "La vida no vale la pena vivirla"
- "Solo quiero que termine"
- "Todos estarían mejor sin mí"
- "Ya no puedo hacer esto"
- "No le importo a nadie"



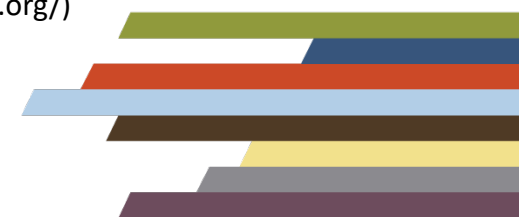
(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Factores de riesgo

- Intentos anteriores
- Deseos de muerte
- Depresión
- Uso de sustancias
- Antecedentes familiares de suicidio
- Pérdida reciente
- Orientación Sexual



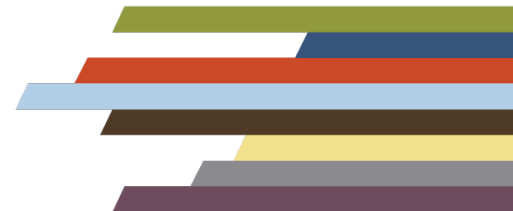
(Fuente: [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Factores de riesgo

- Decepción/desilusión
- Rechazo
- Problemas legales
- Problemas financieros
- Humillación
- Asalto
- Acoso



(Fuente: [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov))

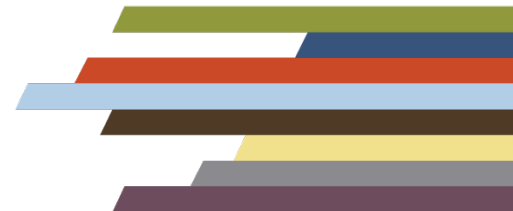


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Factores de riesgo

- Pérdida de relación íntima
- Enfermedad terminal
- Expulsión escolar
- Problemas familiares
- Pérdida de trabajo
- Muerte de un ser querido



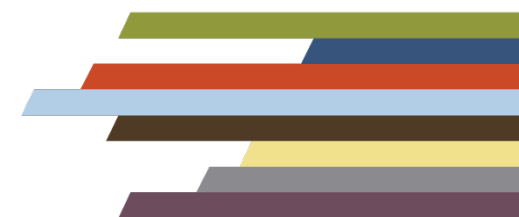
(Fuente: [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Factores Protectores Personales

- Destrezas adecuadas para resolver problemas
- Creencias culturales y religiosas
- Confianza en sí mismo.
- Sentirse parte de un grupo o comunidad
- Autoestima o autoimagen
- Habilidad de buscar ayuda
- Habilidad para mantener buenas relaciones interpersonales
- Receptividad hacia cómo otras personas manejan sus problemas
- Receptividad para aprender cosas nuevas
- Satisfacción con la vida

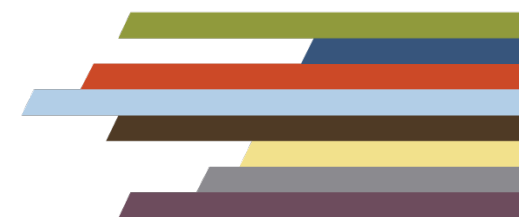
(Fuente: [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Factores Protectores Medioambientales

- Integración social
- Participación en grupo religioso o espiritual
- Relaciones positivas con sus familiares
- Mantener una red social de apoyo
- Disponibilidad de servicios clínicos efectivos
- No tener acceso a medios letales

(Fuente: [www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov))

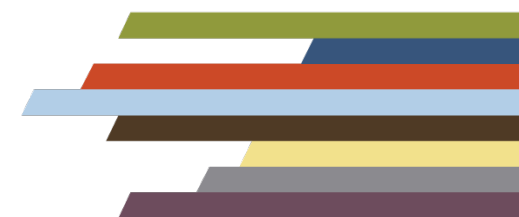


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



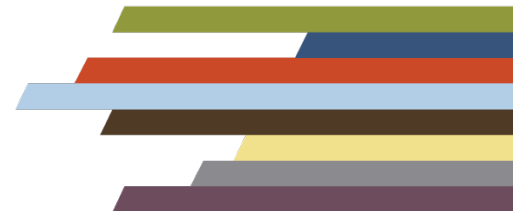
# ¡El suicidio se puede prevenir!



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





# La Conversación

## Reglas y recomendaciones

- Ubicación
- Ser persistente
- Hacer las preguntas
- Escucha atentamente
- Tolerancia
- Sin arreglar
- Tener recursos



(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))

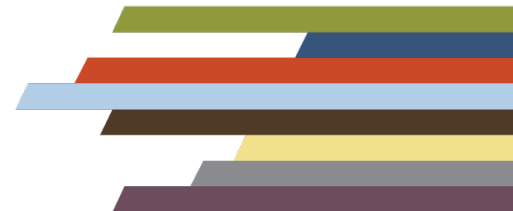


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# La Conversación

- "Parece que algo está pasando. ¿Quieres hablar sobre lo que está pasando? "
- "Me he dado cuenta de que has estado deprimido últimamente. ¿Que esta pasando?"
- "Parece que no has sido tú mismo últimamente, ¿qué pasa?"
- "Esto puede parecer una pregunta incomoda, pero me gustaría saber si realmente estás bien".

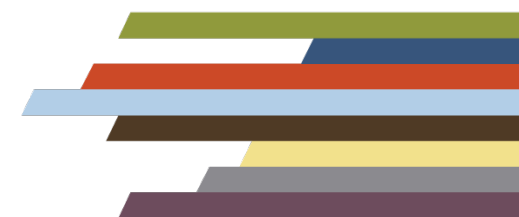
(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# La Conversación

- "Estoy preocupado por ti y me gustaría saber qué te pasa para poder ayudarte"
- "¿Hay algo de lo que quieras hablar?"
- "Sé que estás pasando por momentos difíciles, estoy aquí para ayudarte."



(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))

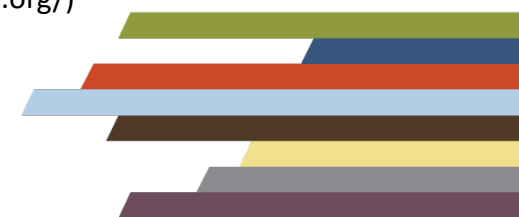


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Hacer la pregunta

- A veces, cuando la gente está muy alterada que piensan en suicidarse. Me pregunto, si tú también te sientes así.
- ¿Estás pensando en suicidarte?
- ¿Deseas estar muerto?
- ¿Estás pensando en acabar con tu vida?
- ¿Deseas irse a dormir y no despertar nunca?



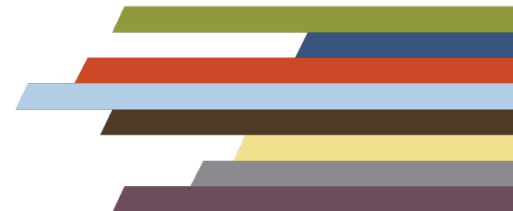
(Fuente: [www.suicidepreventionlifeline.org/](http://www.suicidepreventionlifeline.org/))



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recomendaciones

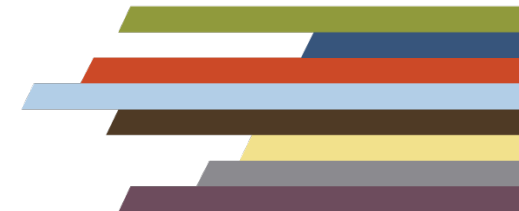
- Evite el sarcasmo
- Evite decirles cómo se sienten
- Evite decir que sabe cómo se sienten
- Reserve todos los juicios
- Manténgase alejado de su teléfono
- Enfoque y preste atención
- REALMENTE escuche



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recomendaciones

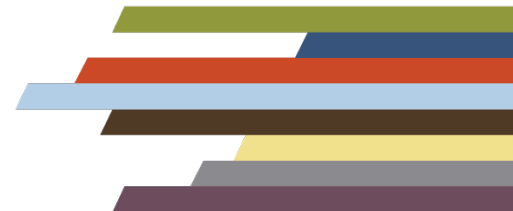
- Evite las bromas
- Ofrezca esperanza
- Utilice los recursos recomendados



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





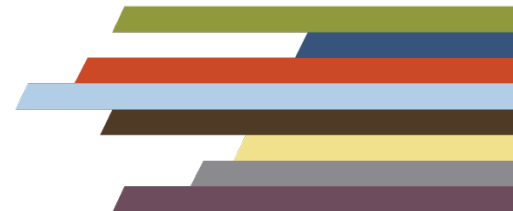
# Esperanza



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Como regla general

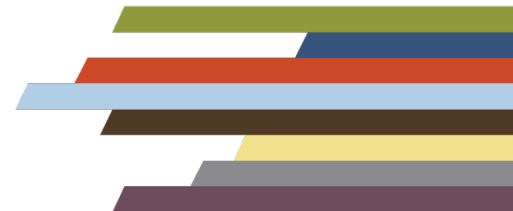
- No dejes a la persona sola
- Sugiere que hablen con alguien
- Ofrece ir con ellos
- Elige un adulto de confianza
- Elige la vida
- ¡Consigue ayuda!
- Cumplir el seguimiento apropiado
- Busca oportunidades de capacitación!



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

MHTTC

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





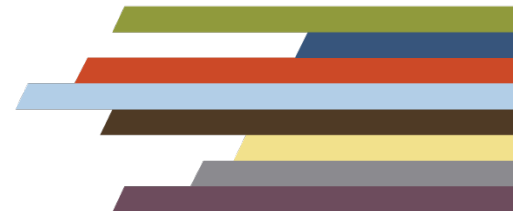
**RED NACIONAL**  
de  
**PREVENCIÓN**  
del  
**SUICIDIO**  
**1-888-628-9454**  
**prevenciondelsuicidio.org**



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recursos:

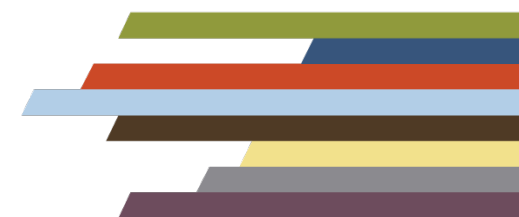
- **La Red Nacional de Prevención del Suicidio** (National Suicide Prevention Lifeline): 1-888- 628-9454. Chat en vivo: <https://suicidepreventionlifeline.org>
- **Línea de Crisis de Veteranos y Línea de Crisis Militar** (Veterans Crisis Line and Military Crisis Line): 1-800-273-8255 (presione 1). Texto a 838255. Chat en vivo: <http://www.veteranscrisisline.net>
- **The Trevor Project:** 1-866-4UTREVOR (488-7386). Para la juventud homosexual, bisexual, transgénero y que tiene preguntas sobre su propia orientación sexual (LGBTQ). <http://www.thetrevorproject.org>



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recursos:

## Información sobre la Prevención del Suicidio y el Suicidio

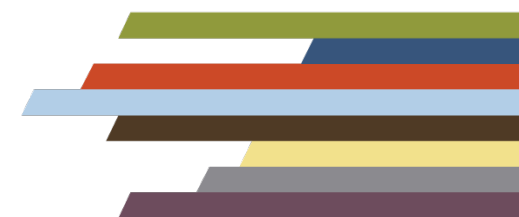
- **Centro de Recursos para la Prevención del Suicidio** (Suicide Prevention Resource Center) [www.sprc.org](http://www.sprc.org)
- **Alianza Nacional de Acción para la Prevención del Suicidio** (National Action Alliance for Suicide Prevention)  
<http://actionallianceforsuicideprevention.org>
- **Consejo Nacional para la Prevención del Suicidio** (National Council for Suicide Prevention) <http://thencsp.org>



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recursos:

## Información sobre la Salud Mental y las Enfermedades Mentales

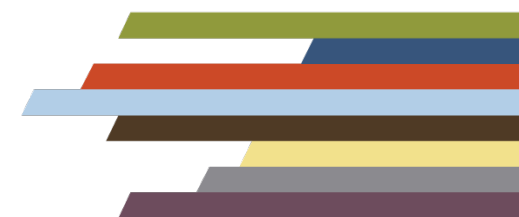
- **Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA).** [www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov)
- **National Institute of Mental Health (NIMH)** (Instituto Nacional de Salud Mental)  
[www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov)
- **Depression and Bipolar Support Alliance** (Depresión y Alianza de Apoyo Bipolar)  
[www.DBSalliance.org](http://www.DBSalliance.org)
- **Mental Health America** (Salud Mental América) [www.mentalhealthamerica.net](http://www.mentalhealthamerica.net)
- **National Alliance on Mental Illness (NAMI)** (Alianza Nacional de Enfermedades Mentales)  
[www.nami.org](http://www.nami.org)



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recursos:

Sitios web para sobrevivientes de intentos de suicidio:

- **"Con Ayuda Viene Esperanza" de La Red Nacional de Prevención del Suicidio** (National Suicide Prevention Lifeline's "With Help Comes Hope")

<http://lifelineforattemptsurvivors.org>

- **Asociación Americana de Suicidología** (American Association for Suicidology)

<http://suicidology.org/suicide-survivors/suicide-attempt-survivors>

- **La Alianza Nacional de Acción para la Prevención del Suicidio** (National Action Alliance for Suicide Prevention)

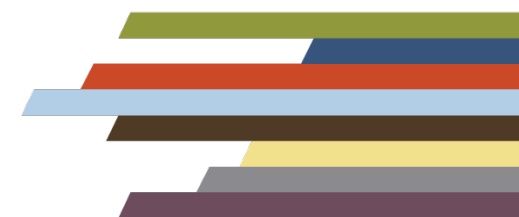
- <http://actionallianceforsuicideprevention.org/task-force/suicide-attempt-survivors/>



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Recursos Adicionales

**National Alliance for Hispanic Health** se centra en mejorar la salud y el bienestar de las personas hispanas mejorando la calidad y la disponibilidad de la atención para esta población.

[healthyamericas.org](http://healthyamericas.org)

**National Latino Behavioral Health Association** se enfoca en las grandes diferencias que existen en las áreas de acceso, uso, investigación aplicada y personal debidamente capacitado respecto a las poblaciones latinas en el ámbito de la salud del comportamiento.

[nlbha.org](http://nlbha.org)

**MANA, A National Latina Organization** representa los intereses de las mujeres, jóvenes y familias latinas en cuestiones que afectan nuestras comunidades. En especial, en el área de educación, salud y bienestar, educación financiera, igualdad de derechos y reforma migratoria.

[hermana.org](http://hermana.org)

**Life is Precious™** lleva a cabo tareas de prevención del suicidio dirigidas a jóvenes latinas mediante la combinación de asesoramiento.

[comunilife.org/lip](http://comunilife.org/lip)

**Therapy for Latinx** es una nueva base de datos que ayuda a las personas latinas a encontrar profesionales de la salud mental en sus comunidades.

[therapyforlatinx.com](http://therapyforlatinx.com)

**SanaMente** es un movimiento sobre la salud mental que comenzó en California y ofrece información basada en la cultura y recursos de salud mental y bienestar en español en su sitio web.

[sanamente.org](http://sanamente.org)



**American  
Foundation  
for Suicide  
Prevention**

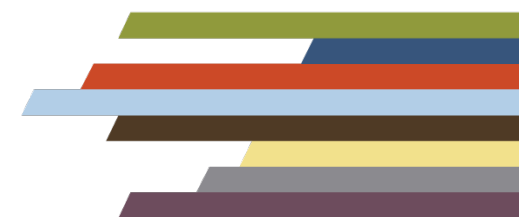


Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network

Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



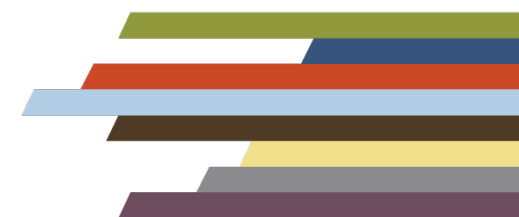
# Preguntas y Respuestas



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



# Información de evaluación

La red MHTTC recibe fondos de SAMHSA para brindar esta capacitación. Como parte de la recepción de estos fondos, debemos enviar datos relacionados con la calidad de este evento.

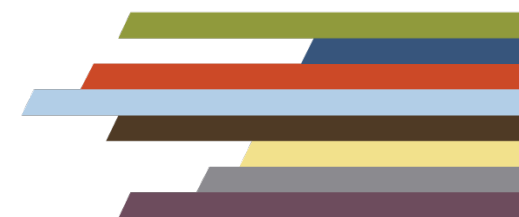
Favor de tomarse un momento para completar una breve encuesta sobre la capacitación de hoy.



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration





# ¡Conectate con nosotros!

**Teléfono:** (908) 889-2552

**Correo electrónico:** [northeastcaribbean@mhttcnetwork.org](mailto:northeastcaribbean@mhttcnetwork.org)

**Sitio Web:**

<https://mhttcnetwork.org/centers/northeast-caribbean-mhttc/home>

*¡Síguenos en las redes sociales!*

**Facebook:** Northeast & Caribbean MHTTC

**Twitter:** @necmhttc

**LinkedIn:** @Northeast and Caribbean MHTTC



Northeast and Caribbean (HHS Region 2)

**MHTTC**

Mental Health Technology Transfer Center Network  
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

