



It's Up to Us[®]

crear un San Diego saludable y solidario

Un boletín especial que cubre temas de salud mental para los habitantes de San Diego



Edición 37

Acerca del boletín

Ver luchar a un ser querido nunca es fácil. Si un amigo, familiar, vecino o compañero de trabajo pasa alguna vez por una crisis relacionada con la salud mental, las drogas o el alcohol, este boletín le ayudará a conocer los pasos que puede seguir para apoyarlo.

Este boletín es parte de la campaña *It's Up to Us* (Depende de nosotros), desarrollada por la Agencia de Servicios de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego, y apoya la visión Live Well San Diego (Viva bien San Diego) del condado para promover una comunidad saludable, segura y próspera. Al fomentar la conciencia, promover el diálogo y brindar acceso a recursos locales, queremos inspirar bienestar, reducir el estigma y evitar suicidios en todos los habitantes de San Diego, con un énfasis particular en las poblaciones más afectadas y en mayor riesgo de San Diego.



Escanee para leer más boletines comunitarios.

Up2SD.org[®]
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

Línea de Acceso y Crisis de San Diego

888-724-7240

Línea de la Vida Nacional de Suicidio y Crisis

988

Recursos comunitarios

211

Hay que enfocarnos en: Comprender las crisis relacionadas con la salud mental, las drogas o el alcohol

En caso de una emergencia relacionada con la salud mental o el consumo de sustancias, existen servicios disponibles para ayudar a las personas a ponerse en contacto con ayuda profesional. Los servicios de intervención y respuesta ante crisis ayudan a garantizar que los trabajadores de emergencias y oficiales de aplicación de la ley se les llame solo en situaciones que requieran atención inmediata.

Las emergencias relacionadas con la salud mental y el consumo de sustancias, también conocidas como emergencias psiquiátricas o crisis de salud del comportamiento, son situaciones en las que las acciones, los sentimientos o el comportamiento de una persona pueden llevarla a hacerse daño, o a otros, o a dificultar el cuidado de sí misma. Este tipo de situaciones suelen implicar sentimientos de desesperanza o impotencia que pueden conducir al consumo de alcohol o drogas. Si un ser querido para por una crisis de este tipo, es importante saber cómo conseguir el apoyo que necesita.

4 servicios clave que debe conocer

Línea de Acceso y Crisis de San Diego (San Diego Access & Crisis

Line, ACL) 888-724-7240 Si necesita información o ayuda para encontrar recursos, este es un buen lugar para comenzar. A continuación se muestran otros servicios con los que también puede ponerse en contacto. Puede llamar a la ACL si desea recibir información sobre programas, apoyo para usted, o una referencia a un especialista.

Unidades de Estabilización de Crisis Estos son centros que se localizan en la comunidad y también cerca o dentro de diferentes hospitales del Condado de San Diego. Estos centros se diseñaron para prestar servicios de estabilización a personas que experimentan una crisis.

Servicios para pacientes ambulatorios Estos servicios los proporcionan las clínicas de salud mental del Condado de San Diego, así como otros proveedores. Aceptan citas para quienes padecen trastornos de salud mental o por consumo de sustancias, y pueden aceptar citas urgentes sin cita previa.

Servicios de respuesta ante crisis Cuando llama a la ACL, un operador capacitado responde su llamada y le pregunta sobre la situación que enfrenta. Según sus respuestas, el operador determina si deben enviarse ciertos servicios de intervención y respuesta ante crisis, como el Equipo Móvil de Respuesta ante Crisis (Mobile Crisis Response Team, MCRT) o servicios de emergencia.

Información: Programa del Equipo Móvil de Respuesta ante Crisis (MCRT)

El Equipo Móvil de Respuesta ante Crisis (Mobile Crisis Response Team, MCRT) es un servicio de respuesta ante crisis que se puso en marcha en el Condado de San Diego en enero de 2021. Los MCRT responden, evalúan y mitigan situaciones de crisis, y pueden enviarse después de que un miembro de la comunidad se comunica con la ACL o con los servicios de emergencia.

Una característica que hace que este programa sea único con respecto a otros equipos de respuesta ante crisis, como el Equipo de Respuesta ante Emergencias Psiquiátricas (Psychiatric Emergency Response Team, PERT), es que los MCRT no forman parte de las fuerzas de aplicación de la ley. Brindan una opción de respuesta alternativa a los habitantes de San Diego que experimentan una crisis relacionada con la salud mental o el consumo de sustancias. Los equipos cuentan con un médico clínico capacitado en comportamiento, un administrador de casos, y con apoyo de los compañeros. Los MCRT pueden ayudar en situaciones que cumplen criterios específicos, como en los casos en donde no hay amenazas de violencia o emergencias médicas (lea a continuación para obtener más información). Estos servicios se diseñaron para atender a la persona "ahí donde se encuentre" de una manera sensible y respetuosa.

Los MCRT llegarán y le ayudarán a entender y mitigar la situación. Le explicarán sus opciones y le recomendarán lo que puede hacer a continuación. Si lo necesita, también pueden llevarle a otro lugar para obtener más ayuda. **Su objetivo es ayudarlo a encontrar la clase de apoyo que mejor se adapte a sus necesidades.**

¿Qué brindan los Servicios de intervención y respuesta ante crisis?

MCRT Equipos que no pertenecen a las fuerzas de aplicación de la ley



PERT Fuerzas de aplicación de la ley + médico clínico



EMS Si existe una emergencia médica



Según la situación, pueden desplegarse servicios adicionales de respuesta ante crisis.

Los MCRT pueden ayudar cuando...

1. No hay lesiones que requieran respuesta médica.
2. No hay armas implicadas o no se sabe de la posesión de un arma.
3. La persona no está implicada en una actividad delictiva grave relacionada con una respuesta que justifique la participación de las fuerzas de aplicación de la ley.
4. No se sabe que la persona esté relacionada con una investigación policial en curso.
5. No existe amenaza de violencia o posible violencia inmediata, o uso de violencia hacia otros o hacia sí mismo.

Si no se ha solicitado específicamente la intervención de las fuerzas de aplicación de la ley y se cumplen todos los demás criterios mencionados anteriormente, el operador puede recomendar que se envíe un MCRT para responder a la situación de crisis.

Si aún no está seguro de qué hacer o de qué necesita, llame a la **ACL 888-724-7240** para hablar con un experto capacitado. Para obtener más información sobre estos servicios, visite sandiegocounty.gov/mcrt/ y comresearch.org/pert.php.

RECURSOS

Condado de San Diego (n.d.). *Acerca de los equipos móviles de respuesta ante crisis (MCRT)*. https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/About_MCRT.html

Condado de San Diego (16 de noviembre de 2022). *Preguntas frecuentes sobre los MCRT*. https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs/BHS_MCRT/BHS_MCRT_FAQs.html

National Alliance on Mental Illness, Condado de San Diego y Condado de Imperial. 2022 *Equipo de respuesta ante emergencias psiquiátricas (PERT)*. https://sandiego.networkofcare.org/mh/services/agency.aspx?pid=PsychiatricEmergencyResponseTeamPERT_61_2_0

Condado de San Diego (n.d.). *P.E.R.T. Equipo de respuesta ante emergencias psiquiátricas, información de la comunidad, introducción e historial del PERT*. https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/hhsa/programs/bhs/documents/pert_flyer.pdf

Community Research Foundation. 2010 *Equipo de respuesta ante emergencias psiquiátricas*. <http://www.comresearch.org/pert.php>

Up2SD.org
LINK UP FOR INFORMATION AND MENTAL HEALTH RESOURCES

Llame al 888-724-7240 para obtener ayuda en el Condado de San Diego. Apoyo gratis y confidencial en todos los idiomas, los 7 días de la semana, las 24 horas del día.

Para obtener más información sobre cómo mejorar su bienestar mental, visite: up2sd.org/topics/mental-health