

Ejemplos de cómo explicar el Día 988

El Día 988 es el martes, 9/8/2026.

Esta tradición en crecimiento crea conciencia sobre la [línea 988 para suicidio y crisis](#), y la necesidad continua de apoyo para la salud mental, y cada año se centra en un tema diferente.

El tema de 2026 es: "988 razones: su razón es motivo suficiente", nos recuerda que usted no tiene que estar en crisis para comunicarse con 988. Sea lo que sea que usted esté enfrentando, grande o pequeño, su razón para buscar apoyo es razón suficiente para llamar o enviar un texto al 988, o chatear en 988lifeline.org.

El Día 988 destaca cómo las comunidades, las organizaciones y las personas que apoyan la salud mental están generando entusiasmo positivo en torno al 988 con formas creativas y divertidas propias para crear conciencia en todo Estados Unidos. Si usted necesita inspiración para lo que puede hacer en el Día 988, vea algunas de las actividades que otros ya están planeando en la [página Participe en el Día 988](#).

Cómo participar en el Día 988

1. **Planifique sus actividades para el Día 988** (o use el trabajo que ya está haciendo para otras conmemoraciones en septiembre, como el Mes Nacional de la Prevención del Suicidio o el Mes de la Recuperación). Algunas ideas creativas incluyen: crear obras de arte que expresen el **tema del Día 988**, lanzar una campaña de “dibujos con tiza en la acera” o asociarse con organizaciones o negocios locales para ayudar a difundir información sobre el 988.
2. **Use el kit de herramientas del Día 988** para obtener materiales digitales e impresos hechos específicamente para el Día 988. El kit de herramientas incluye materiales en inglés y español, y recursos listos para usar en redes sociales, hojas informativas, lenguaje de muestra y otros recursos digitales.
3. **El martes 9/8, use el hashtag #988Day** en las redes sociales para compartir sus actividades y promover el tema del Día 988 de este año, “988 razones”.

Más sobre la línea 988 para suicidio y crisis

La línea 988 ofrece acceso las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a consejeros culturalmente competentes que pueden ayudar a las personas que están pasando por angustia relacionada con la salud mental. Visite el [sitio web de 988](#) para obtener más información sobre lo que puede esperar cuando se comunique con 988 por teléfono, por texto o por chat.