



Llama. Textea. Chatea. La Línea 988 está aquí para ti:

En cualquier momento y lugar.

La Línea 988 de Prevención del Suicidio y Crisis ofrece apoyo compasivo y sin prejuicios para cualquier persona que esté experimentando:

- Angustia emocional
- Problemas de salud mental
- Problemas relacionados con el consumo de sustancias
- Soledad
- Pensamientos suicidas o de autolesión

Te conectarán con un consejero capacitado, compasivo y culturalmente competente a través de la Línea 988.

POR QUÉ ES IMPORTANTE LA LÍNEA 988

La Línea 988 conecta a las personas con consejeros de una red de más de 200 centros locales de contacto ante situaciones de crisis, que ofrecen apoyo arraigado en las comunidades locales.

CUANDO TE COMUNICAS CON LA LÍNEA 988, TÚ RECIBES:

- Apoyo de alguien que se preocupa
- Ayuda para elaborar un plan para preservar tu seguridad
- Información sobre recursos locales y opciones de seguimiento

 Llama o  textea al 988, o chatea a través de 988lifeline.org/es. 

