



Introducción

Marzo de 2025

Marzo es el mes de concientización sobre las autolesiones y el 1 de marzo es el día de concientización sobre las autolesiones.

Este mes tiene como objetivo generar conciencia, aumentar la comprensión, reducir el estigma y ofrecer apoyo a quienes se autolesionan.

Aproximadamente el 4% de la población de EE. UU. utiliza la autolesión como una forma de afrontar la situación. La autolesión se distingue de otras formas de autolesión en que no hay intención de morir ni intención suicida. También llamadas autolesiones no suicidas, estas actividades pueden incluir cortarse o quemarse, pellizcarse o rascarse, golpearse, perforarse o hacerse daño de otro modo. Estas actividades se utilizan a menudo como una estrategia para controlar el estrés, acabar con los sentimientos de entumecimiento, sentir una sensación de control cuando de otro modo se siente impotente o abrumado, o como un acto de autocastigo. La autolesión es común entre adolescentes y adultos jóvenes y la edad de aparición suele ser entre los 12 y los 14 años. Una vez que una persona utiliza la autolesión como mecanismo de afrontamiento, puede convertirse en un hábito o adicción dependiendo de la respuesta fisiológica generada que puede reducir el dolor. Las estrategias para reducir la autolesión y sustituir estas acciones por habilidades de afrontamiento y gestión del estrés más saludables pueden incluir buscar ayuda profesional para procesar los desencadenantes y las habilidades de afrontamiento alternativas; ponerse en contacto con alguien de confianza para recibir apoyo; participar en otras actividades que creen la misma respuesta fisiológica, como correr, bailar o hacer yoga; practicar la reducción de daños mediante el uso de cosas que impacten su sistema de manera similar a la autolesión, pero que no sean dañinas, como sostener un cubo de hielo durante un breve período, chupar un limón o chasquear una banda elástica.

La Línea Nacional de Crisis 988 es un recurso para comenzar a buscar apoyo y recursos. Para buscar tratamiento, hable con su proveedor de atención primaria o comuníquese con la línea de acceso a la salud mental al 1-800-555-5906. Si es necesario, llame al 911 para una emergencia médica o a la Línea de Crisis al 1-855-838-0404 si la autolesión se vuelve abrumadora o tiene un elemento suicida. Obtenga más información [en Marzo es el mes de concientización sobre la autolesión | Psychology Today](#)

Este mes es un recordatorio de que está bien hablar sobre el dolor emocional.

behavioral health & recovery services
Mendocino County

**1 DE MARZO
DIA DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LAS AUTOLESIONES**

SI USTED SE SIENTE ESTRESADO, AISLADO, ABRUMADO O NECESITA APOYO, LLAME A LA LÍNEA CALDA: 1-707-472-2311 O LLAMADA GRATUITA AT 1-833-955-2510

SI USTED ESTÁ EXPERIMENTANDO UNA CRISIS DE SALUD MENTAL (UN PELIGRO PARA UNO MISMO U OTROS) Y NECESITA AYUDA INMEDIATA, LLAME: 1-855-838-0404

WWW.MENDOCINOCOUNTY.GOV/DEPARTMENTS/BEHAVIORAL-HEALTH-AND-RECOVERY-SERVICES



Un Condado Seguro y Saludable Marzo de 2025

Tratamiento del trastorno por consumo de sustancias (SUDT)

SUDT está trabajando para formar un grupo de trabajo sobre opioides y cuenta con agencias dispuestas a ser parte de este esfuerzo. La respuesta y los comentarios han sido positivos. Se reunieron el 26 de



febrero y ahora están trabajando para organizar la próxima reunión y un plan sobre cómo podemos hacer que nuestro condado sea más seguro frente a las sobredosis.

SUDT tiene NARCAN, pruebas de COVID-19, tiras reactivas de fentanilo y tiras reactivas de xilazina en nuestro vestíbulo para que las personas a las que prestamos servicios puedan acceder fácilmente a ellas.



Salud Mental

BHRS se asocia con la Alianza de Bienestar Indígena para brindar programas de bienestar culturalmente específicos y están entusiasmados de estar presente en su Iniciativa de Reingreso con participación de la Justicia. Este evento, que se llevó a cabo el 6 de marzo de 2025, incluyó una presentación magistral de Al Pooley, fundador y presidente de la Asociación de Paternidad y Familias Nativas Estadounidenses, y una oportunidad para que la comunidad se comunicara con los proveedores de servicios y accediera a los recursos.

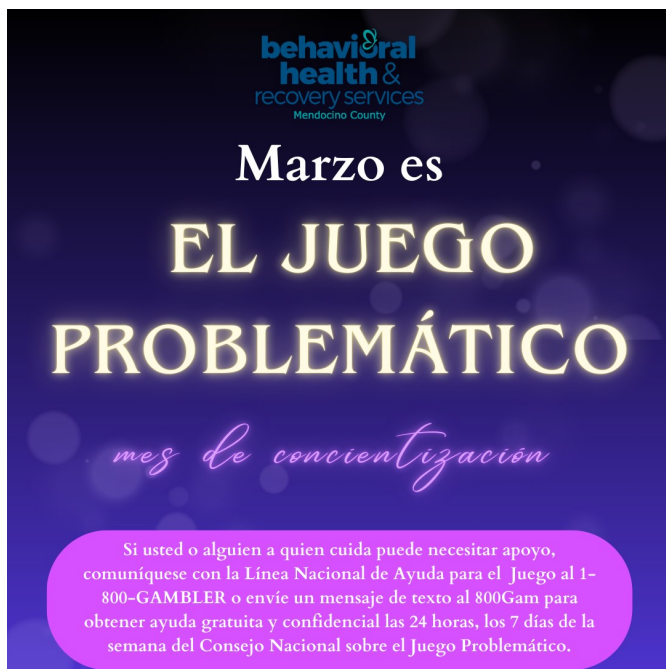
Marzo también es el mes de concientización sobre el juego problemático. Aproximadamente 2,5 millones de adultos estadounidenses padecen problemas de juego o adicción al juego. Si bien el juego es una actividad en

la que algunas personas pueden participar sin que se convierta en un problema, se determina que el juego es un problema si es perjudicial para el individuo, alterando la vida diaria hasta el punto de afectar y dañar el bienestar social, financiero, educativo, profesional o emocional. Durante el mes de marzo, BHRS reconoce y busca generar conciencia sobre los recursos para los servicios de prevención, tratamiento y recuperación.

Si usted o alguien a quien cuida puede necesitar apoyo, comuníquese con la Línea Nacional de Ayuda para el Juego al 1-800-GAMBLER o envíe un mensaje de texto al 800Gam para obtener ayuda gratuita y confidencial las 24 horas, los 7 días de la semana del Consejo Nacional sobre el Juego Problemático.

Hay recursos adicionales disponibles en:

www.ncpgambling.org/news/march-is-pgam-2025 o prob-lemgambling.ca.gov.





Una Organización Eficaz del Gobierno del Condado Marzo de 2025

Salud mental

BHRS facilita el Foro de la Ley de Servicios de Salud Mental y la Reunión Conjunta del Comité de Mejora de la Calidad cada dos meses. Durante esta reunión, el personal de BHRS y las agencias contratadas brindan información sobre los servicios ofrecidos por los proveedores de salud conductual. La reunión es una oportunidad para que las partes interesadas de la comunidad brinden información y comentarios sobre el sistema de salud conductual, además de aprender más sobre los programas y servicios ofrecidos. El próximo Foro MHSA/QIC se llevará a cabo el jueves 3 de abril de 2024 de 2:00 p. m. a 4:00 p. m. en la Biblioteca Willits 390 E. Commercial Street, Willits, CA 95490. La reunión también estará disponible a través de [Teams](#).

La Actualización del Plan Anual de la Ley de Servicios de Salud Mental y Conductual para el Año Fiscal 2025-26 estará abierta durante un período de comentarios públicos de 30 días a partir del 26 de febrero de 2025 hasta el 4 de abril de 2025. El Plan de Gastos y Programa de la Ley de Servicios de Salud Mental y Conductual se desarrolla por un período de tres años con una Actualización Anual del Plan que revisa cualquier

actualización para el próximo Año Fiscal. La Actualización del Plan fue revisada en la reunión de la Junta Asesora de Salud Conductual el 26 de febrero de 2025 y fue aprobada para entrar en el Período de Comentarios Públicos. La Audiencia de Comentarios Públicos se llevará a cabo durante la reunión de la Junta Asesora de Salud Conductual el 19 de marzo de 2025 de 1:00 p. m. a 3:00 p. m. en la Sala de Conferencias 1 en 1120 South Dora Street, Ukiah, CA 95482. Los comentarios sobre el plan se pueden enviar por correo postal o electrónico al equipo de MHSA en mhsa@mendocinocounty.gov o MHSA/BHSA 1120 S. Dora St. Ukiah, CA 95482. La Actualización del Plan Anual está disponible para su revisión en el sitio web de MHSA en [Ley de Servicios de Salud Mental | Condado de Mendocino, CA](#) y en las Oficinas de Salud Mental del Condado en 1120 South Dora Street, Ukiah, CA 95482, 790 B South Franklin Street, Fort Bragg, CA 95437, y Willits Justice Center Wellness Center, 123 E. Commercial Street, Willits, CA 95490.

Tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias (SUDT)

SUDT ha agotado todas las subvenciones. SUDT está trabajando en la subvención de YOR para la que se puede presentar una solicitud.

SUDT sigue trabajando en una solicitud de propuestas con fondos de acuerdo sobre opiáceos para la prevención e intervención de opiáceos.



Mendocino County Behavioral Health and Recovery Services

behavioral health & recovery services
Mendocino County

Mental Health Services Act (MHSA) & Quality Improvement Committee (QIC) Stakeholder Forum Schedule for 2024/2025

As part of the Community Program and Planning (CPP) Process, Mendocino County holds a series of stakeholder meetings for consumers, their families, County staff, service providers, and the community to provide the County MHSA/QIC team with input for program needs and challenges.

Dates and Times:	Location and Via Zoom:
Wednesday, August 28, 2024 12:00 pm - 2:00 pm	Point Arena, The Center 200 Main Street 95468 Via Zoom https://mendocinocounty.zoom.us/j/
Thursday October 3, 2024 2:00 pm - 4:00 pm	Covelo, Yuki Trails 23000 Henderson Road 95428 Via Zoom https://mendocinocounty.zoom.us/j/
Wednesday December 4, 2024 3:00 pm - 5:00 pm	Redwood Valley, Behavioral Health Regional Training Center 8207 East Road 95470 Via Zoom https://mendocinocounty.zoom.us/j/
Thursday February 6, 2025 3:00 pm - 5:00 pm	Ukiah, Public Health 1120 South Dora Street 95482 Via Zoom https://mendocinocounty.zoom.us/j/
Thursday April 3, 2025 2:00 pm - 4:00 pm	Willits, Library 390 E Commercial Street 95490 Via Zoom https://mendocinocounty.zoom.us/j/
Wednesday June 4, 2025 1:00 pm - 3:00 pm	Fort Bragg, Hospitality Center 101 N Franklin Street 95437 Via Zoom https://mendocinocounty.zoom.us/j/

If you have any questions please contact
Rena Ford (MHSA)
fordre@mendocinocounty.gov 707-472-2724
Robin Harris (QIC)
qaqi@mendocinocounty.gov 707-472-2360

WELLNESS • RECOVERY • RESILIENCE



Información Adicional

Marzo de 2025

Oficina del Conservador Público

La cantidad de personas bajo tutela de LPS en diciembre de 2024 y enero de 2025 fue consistente con los meses anteriores. La oficina del Conservador Público y el equipo de colocación siempre están evaluando a las personas en niveles más altos de colocación para trabajar hacia el logro de sus objetivos para ser elegibles para niveles más bajos de colocación, incluida la vivienda independiente. En diciembre de 2024 y enero de 2025, hubo más clientes colocados fuera del condado que dentro del condado debido a que necesitaban un nivel de atención más alto.

Number of Clients Placed In and Out of County			
FY 24/25	Out of County	In County	Total Number of Clients
December 2024	40	25	65
January 2025	39	25	64

LPS Conservatorship (Mental Health) Placement Costs FY 24/25			
FY 24/25	Total Costs	General Funds	Realignment Funds
December 2024	\$335,300.40	\$0	\$335,300.40
January 2025	\$337,535.09	\$0	\$337,535.09
Total (YTD)	\$2,248,995.60	\$0	\$2,248,995.60

Tutela LPS

Una tutela establecida bajo la Ley Lanterman-Petris-Short (LPS) para brindar tratamiento, supervisión y ubicación individualizados a personas que están gravemente discapacitadas como resultado de un trastorno de salud mental o deterioro por alcoholismo crónico (Sección 5350 del Código de Bienestar e Instituciones).

Discapacidad grave:

Una condición en la que una persona, como resultado de un trastorno de salud mental o de un impedimento por alcoholismo crónico, no puede satisfacer sus necesidades personales básicas de alimentación, vestimenta o alojamiento. Sección 5008(h)(1)(A) y (2) del WIC. Este término también se aplica cuando una persona ha sido acusada de un delito, ha sido declarada mentalmente incompetente según la Sección 1370 del Código Penal y cumple con los demás criterios establecidos en la Sección 5008(h)(1)(B) del WIC.

El 30 de marzo de 2025 es el Día Mundial del Trastorno Bipolar. Este día es para crear conciencia sobre el trastorno bipolar, eliminar el estigma social y la discriminación.

