

Mental Health FIRST AID
from NATIONAL COUNCIL FOR MENTAL WELLBEING

Primeros Auxilios de Salud Mental de Adultos

para las Comunidades Hispanohablantes

¿POR QUÉ PRIMEROS AUXILIOS DE SALUD MENTAL?

Primeros Auxilios de Salud Mental (MHFA, por sus siglas en inglés) te enseña cómo identificar, entender y responder ante los signos de un problema de salud mental o de uso de sustancias en adultos.

En promedio,
130
personas mueren cada día por suicidio.
Fuente: American Foundation for Suicide Prevention

De 1999 a 2019,
841,000
personas murieron por sobredosis de drogas.
Fuente: Centers for Disease Control and Prevention

Cerca de
1 de cada 5
personas en EE. UU. vive con una enfermedad de salud mental.
Fuente: National Institute of Mental Health

¿QUIÉNES NECESITAN SABER DE PRIMEROS AUXILIOS DE SALUD MENTAL?

- Empleadores.
- Oficiales de la policía.
- Personal de hospitales.
- Personal especializado en la respuesta a emergencias.
- Personas solidarias.

¿QUÉ CUBRE?

- Signos y síntomas más frecuentes de los problemas de salud mental.
- Signos y síntomas más frecuentes de problemas por uso de sustancias.
- Cómo interactuar con una persona que experimenta una crisis.
- Cómo conectar a una persona con la ayuda adecuada.
- Contenidos más extensos sobre trauma, uso de sustancias y autocuidado.

Aprende cómo responder con el plan de acción de Primeros Auxilios de Salud Mental (REDES):

- **R** **iesgo** de suicidio o autolesión.
- **E** **scuchar** sin juzgar.
- **D** **ar** información con respeto.
- **E** **stimular** el uso de ayuda profesional adecuada.
- **S** **ugerir** estrategias de autoayuda y de apoyo.

TRES MODALIDADES DE APRENDIZAJE

- **Presencial (2da. Edición)** – Los participantes reciben su entrenamiento durante una sesión presencial de 7,5 horas dirigida por un instructor.

Sábado 16 de Noviembre de 2024
8:30 a. m. a 4:30 p. m.
300 Medical Drive Hampton, VA 23666
Registro: https://form.jotform.com/PreventionServices/mhfa-spanish

Fuentes:

American Foundation for Suicide Prevention. (n.d.). *Suicide statistics.* https://afsp.org/suicide-statistics/

Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.) *Drug overdose* deaths. https://www.cdc.gov/drugoverdose/deaths/index.html

National Institute of Mental Health (NIMH). (n.d.). *Mental illness.* https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/mental-illness

HAMPTON • NEWPORT NEWS COMMUNITY SERVICES BOARD

Para encontrar un curso o contactar a un Instructor de Primeros Auxilios de Salud Mental de su zona, visite a MHFA.org o envíe un email a Hello@MentalHealthFirstAid.org.