

2024-2025

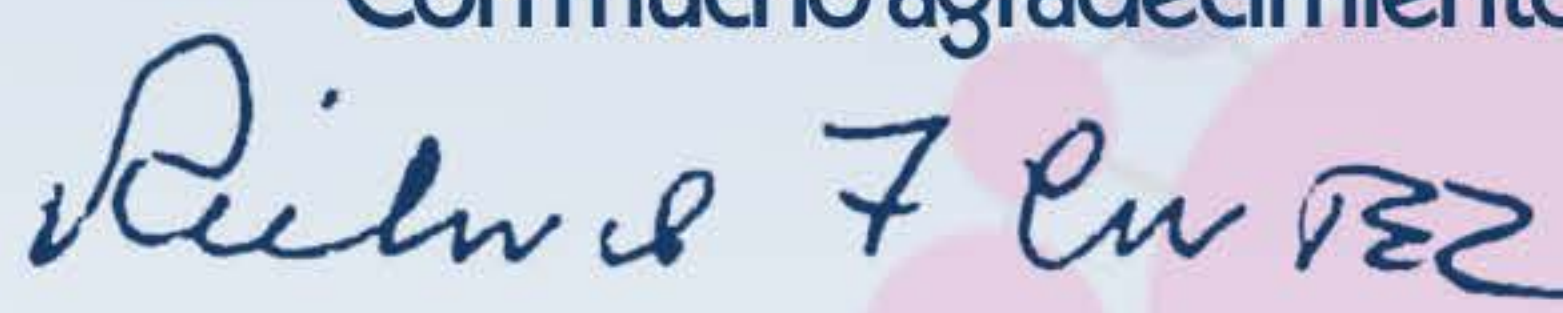
GUÍA DE RECURSOS *para el* BIENESTAR MENTAL

Mensaje del Juez del Condado de Hidalgo

Nos complace compartir con ustedes la última edición de la Guía de Recursos para el Bienestar Mental, una herramienta integral diseñada para ofrecer información esencial y apoyo a nuestra comunidad. Creada con la valiosa asistencia de nuestra Coalición de Salud Mental, esta guía proporciona recursos esencial para ayudarles a navegar los desafíos de la salud mental y encontrar el apoyo que necesiten. Esperamos que esta información les sea útil al tomar medidas para mejorar su bienestar mental. Juntos, podemos construir una comunidad más sana y unida.

¡Hablemos de esperanza! Manténgase al día con la iniciativa para el bienestar de la Salud Mental del Condado de Hidalgo, visitando nuestro sitio web en www.hidalgocounty.us/hcmhc y siguiendo nuestras redes sociales.

Con mucho agradecimiento,



Richard F. Cortez, Hidalgo County Judge



Temas de esta edición:

- CONSEJERÍA
- EDUCACIÓN
- CONSEJERÍA PARA DUELO
- ABUSO DE SUSTANCIAS
- SERVICIOS DE APOYO
- LÍNEA DIRECTA
- CRISIS

#LaSaludMentalImporta

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:

Esta guía no es una lista completa de todos los recursos disponibles en el condado. Si un recurso no aparece en esta lista, no significa que no exista o que no sea importante. La referencia aquí de cualquier producto comercial específico, proceso o servicio por nombre comercial, marca registrada o del fabricante, no necesariamente constituye ni implica su respaldo, recomendación o preferencia por parte de la oficina del Juez del Condado de Hidalgo. El material proporcionado en esta publicación se presenta en forma resumida, es de naturaleza general y se proporciona sólo para fines informativos públicos.

CONSEJERÍA

DHR Health Behavioral Hospital

- Servicios psiquiátricos, consejería sobre abuso de sustancias y otros servicios de apoyo al bienestar mental
- Servicio hospitalario de salud conductual para niños, adolescentes y adultos. Servicios de salud conductual geriátrica (956) 362-4357

dhrhealth.com/services/behavioral-health/



El Milagro Clinic

- Servicios de salud conductual y consejería
- Transportación disponible si es necesaria para citas (956) 213-6400

milagroclinic.org



The Groves Assessment and Psychotherapy

- Terapia pediátrica, terapia familiar, psicoterapia y terapia de grupo
- Diagnóstico de los trastornos de salud mental (956) 800-5679

thegrovespsych.com



Hope Family Health Center

- Terapia para trauma, duelo complicado, y terapia de duelo
- Servicios de apoyo entre pares (956) 994-3319

hopefamilyhealthcenter.org



McAllen Vet Center

- Consejería sobre salud mental para veteranos, cónyuges, y dependientes (proporcione su DD214) (956) 631-2147

va.gov/mcallen-vet-center

Methodist Healthcare Ministries of South Texas

- Consejería sobre salud mental para personas de bajos ingresos y sin seguro (956) 655-4619

mhm.org



Mujeres Unidas

- Consejería informada en trauma para víctimas de violencia domestica y agresión sexual. Línea de 24 horas para intervención de crisis. Servicios de apoyo, refugio de emergencia y apoyo de transiciones de alojamiento.

Todos los servicios son confidenciales

(956) 630-4878

mujeresunidas.org

Nuestra Clinica Del Valle

- Servicios de salud conductual y consejería (956) 787-0787, Presione 5

nuestraclinicadelvalle.org

Nueva Luz Foundation

- Consejería para trauma y TEPT, con servicios especializados para veteranos, víctimas de delitos, y elementos de emergencia

(956) 351-5653

nuevaluzfoundation.org



@nuevaluzfoundation



Nueva Luz Foundation

South Texas Health System Behavioral

- Tratamiento integral y confidencial hospitalario de salud mental
- ICP- Unidad de Cuidados Críticos Avanzado
- Evaluaciones de salud mental las 24h/7d (956) 388-1300

southtexashealthsystembehavioral.com



@stxhealthsystem



South Texas Health System Behavioral

Tropical Texas Behavioral Health

- Consejería sobre salud mental y recuperación por el consumo de sustancias (800) 813-1233

ttbh.org



@tropicaltexasbh



Tropical Texas Behavioral Health

Sólo para estudiantes universitarios matriculados

South Texas College Counseling and Student Accessibility Services

- Consejería en salud mental para estudiantes matriculados
- Asistencia con servicios para personas discapacitadas y/o adaptaciones en salones de clase

(956) 872-2173

studentservices.southtexascollege.edu/counseling

UTRGV Counseling Center

- Ofrece diferentes servicios de consejería basado en la necesidad del estudiante

(956) 665-2574

utrgv.edu/counseling

EDUCACIÓN

Shrink Box

- Guía o herramienta que ofrece educación sobre cómo buscar tratamiento de salud mental

shrinkbox.org



Shrink Box



@shrinkbox

Texas A&M AgriLife Extension Service

- Educación comunitaria de salud mental
- Clases de conciencia plena y/o atención plena (956) 383-1026



Hidalgo AgriLife Extension



CONSEJERÍA

UNIVERSITARIA



CONSEJERÍA PARA DUELO

Children's Bereavement Center RGV

- Terapia centrada en el duelo y apoyo para niños, adolescentes, adultos jóvenes y sus familias
- Grupos de apoyo entre pares, consultas para padres, campamentos y capacitación en institutos para sobrellevar el duelo



nllasos@cbc-rgv.org
cbc-rgv.org

Compassionate Friends

- Consejería entre pares para quienes han perdido a un ser querido

(877) 969-0010

compassionatefriends.org



@thecompassionatefriends



ABUSO DE SUSTANCIAS

A Vision For You Help Center

- Recuperación por abuso de sustancias, mentoría, y entrenamiento de vida

(956) 720-1397

avisionforyouhc.com

A Vision for You Help Center

Alcoholics Anonymous

- Grupo de apoyo para alcohólicos en recuperación y para aquellos que desean dejar de beber

(800) 930-3215

aargvdist10.org

Palmer Drug Abuse Program

- Terapia ambulatoria del trastorno por abuso de sustancias en jóvenes y adultos

(956) 687-7714

pdapmcallen.org

@palmerdrugabuseprogram_mcallen

Palmer Drug Abuse Program-McAllen

@DrugPalmer



SERVICIOS DE APOYO

Angels of Love

- Proporciona apoyo entre pares, consejería informada en traumas y apoyo para víctimas y sus familias en casos de violencia doméstica, agresión sexual, tráfico humano, y acoso

(956) 972-0685 angelsoflove.love
officialangelsoflove@gmail.com

@angelsoflovergv

Angels of Love RGV

- Servicios de apoyo para niños víctimas de maltrato, pérdida de un hijo, peligro infantil, descuido o riesgo de abuso infantil
- Servicios de apoyo para adultos con discapacidad

(956) 287-9754
cachsc.org

Children's Advocacy Center of Hidalgo and Starr Counties

@cachsc

CACHSC

Connection Center RGV

- Apoyo entre pares - con individuos certificados por el estado

(956) 539-7638, (956) 515-0747
myconnectioncenter.org

@rgvconnectioncenter

RGV Connection Center

Easterseals Rio Grande Valley

- Sesión familiar centrada en la participación de salud, seguridad y consejería entre padres e hijos
- Centro de recursos familiares que ofrece talleres de consejería para padres, navegación de recursos, y acceso a suministros para las necesidades básicas

(956) 631-9171

www.easterseals-rgv.org

Easterseals Rio Grande Valley

Gracious Hearts

- Ofrece grupos de apoyo entre pares, asistencia de vestimenta y planificación de seguridad a mujeres y niños afectados por violencia doméstica, tráfico humano, y agresión sexual

(956) 685-4070

help@graciousheartsgv.org
graciousheartsgv.org

Gracious Hearts

Hidalgo County District Attorney's Office (Mental Health Unit)

- Ayuda a quienes tienen seres queridos que se enredan en el sistema legal debido a un deterioro de su salud mental

(956) 292-7613

hidalgocountyda.com

National Alliance on Mental Illness (NAMI) Helpline

- Línea de ayuda para proporcionar recursos a quienes necesitan servicios de salud mental

Llame al: (800) 950-6264

Presione el 1: Ayuda general

Presione el 3: Ayuda para adolescentes

Envíe el mensaje "Friend" al 62640
nami.org/help

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)

- Proporciona recursos e información relacionada a la salud mental

(800) 662-4357
samhsa.gov



LÍNEA DIRECTA

Disaster Distress Hotline

- Línea de asistencia a personas que se enfrentan a situaciones difíciles o de salud mental cuando se ven afectadas por desastres

Llame o envíe mensaje al: (800) 985-5990

(presione 2 para español)

disasterdistress.samhsa.gov

@samhsagov

facebook samhsa X @samhsagov

Empower Work

- Obtenga ayuda con problemas del trabajo. Hable con un consejero capacitado en dificultades con supervisores, estrés laboral, acoso y despidos

Llame o envíe mensaje al: (800) 950-6264

empowerwork.org

@Empower_Work EmpowerWork

NAMI South Texas Rio Grande Valley

- Ofrece grupos de apoyo gratuitos, confidenciales y confiables para personas con problemas de salud mental

Llame o envíe mensaje al: (956) 569-5254

NAMISTRGV.Communication@gmail.com

@namisouthtexasriograndevalley

facebook NAMI South Texas Rio Grande Valley

National Maternal Mental Health Hotline

- Línea de apoyo de salud mental las 24h/7d para madres y sus familias antes, durante y después del embarazo

(presione 2 para español)

Llame o envíe mensaje al: (833) 943-5746

@HRSAGov

facebook HRSAGov X @HRSAGov

Escanee para ver recursos de salud mental en el Condado de Hidalgo



CRISIS

AgriStress Helpline

- Línea de apoyo en caso de crisis (24h/7d) para personas que experimentan dificultades relacionadas con asuntos agrícolas

agrisafe.org

Llame o envíe mensaje al:

(833) 897-2474

facebook AgriStressResponse

Crisis Text Line

Crisistextline.org

Envíe el mensaje "HOME" al 741741, para chatear en línea durante una crisis

@Crisistextline X @Crisistextline

Texas Youth Hotline

- Servicios confidenciales para jóvenes y familias en crisis

Llame o envíe mensaje al:

(800) 989-6884

texasyouthhelpline.org

The Trevor Project

- Línea de crisis para la comunidad LGBTQ; línea de crisis las 24h/7d (disponible sólo en inglés)

Llame al: (866) 488-7386 o

envíe el mensaje "Start" al 678678 thetrevorproject.org

@TrevorProject

facebook The Trevor Project X @TrevorProject



HIDALGO COUNTY MENTAL HEALTH COALITION

Coalición De Salud Mental Del Condado De Hidalgo

A través de importantes uniones comunitarias, nuestra coalición está construyendo un camino para crear y mantener un cambio en nuestra cultura, promoviendo el bienestar mental y desestigmatizar el cuidado de la salud mental. En conjunto con nuestras organizaciones participantes, nuestra coalición se dedica a recopilar recursos, datos y material educativo para el público en general y brindar así apoyo, compasión y esperanza a quienes viven con padecimiento de salud mental.



MENTAL HEALTH COALITION

Office of Hidalgo County Judge Richard F. Cortez