*Esta hoja ayudará a encontrar una asistencia médica mental cerca de su hogar. En paginas 3-4 clínicas en Houston son listado.*

|  |
| --- |
| **SERVICIOS DE EMERGENCIA**  *24 horas a día, 365 días a año* |
| Intervención de crisis: **1 (800) SUICIDE || (713) HOTLINE || (713) 529-TEEN || 713-526-8088 (Español)**  <http://www.crisishotline.org/>  NeuroPsychiatric Center (NPC) Crisis Facility: **línea de asistencia 713-970-7070**   * 1502 Taub Loop, Houston 77030. Al lado de Ben Taub Hospital. * Adultos, adolescentes y niños pueden entrar sin cita y recibir ayuda médica sin seguro * Si no tienes transporte para una emergencia, llame al NPC Mobile Crisis Outreach Team a 713-970-7520. * <http://www.mhmraharris.org/Crisis-And-Emergency-Services.asp> |

|  |  |
| --- | --- |
| **SERVICIOS DE NO-EMERGENCIA** | |
| **Línea de Texas Health and Human Services Commission 2-1-1 Referencia**   * Visita [www.211texas.org](http://www.211texas.org), anotas su código postal y ver los recursos disponibles en su área. Haz clic en el “Mental Health” enlace a ver los recursos de la salud mental en su área. * Lista de recursos es además disponible por teléfono para los servicios sociales gratis y anónimo. Llame la línea de ayuda: dial 211 o (877) 541-7905 a hablar con un represéntate.   **Tratamiento Locador de Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)**   * <https://findtreatment.samhsa.gov/> * Busca la dirección o el código postal para los servicios sociales. Use su seguro médico, edad y otros factores para reducir los resultados para un tratamiento mejor para usted.   **Clínicas con ubicación múltiple por todo Houston** (mira paginas 2-3 para clínicas en Houston) | |
| *Legacy Community Health Clinics*   * Legacy ofrecen servicios de salud mental para adultos y niños. Contacte con la línea de la salud mental, por favor llame: (713) 351-7360. * Aceptan la mayoría de los seguros médicos. * Ofrecen una escala de pago por aquellos sin seguro médico. Si crees que cualificas para tarifas reducidas por favor llame (832) 548-5000 para información de asistencia financiera. * <http://www.legacycommunityhealth.org/services/behavioral-health/>   *Harris Health System*   * La salud mental para adultos y niños * Asistencia financiera (“La tarjeta dorada”) para los que no tienen seguro. El Programa de Asistencia Financiera: (713) 566-6509. * El Centro de Citas Para Pacientes: (713) 526-4243. * <http://www.hchdonline.com/>   *Catholic Charities*   * Solo servicios profesionales de asesoramiento. * Aceptan algunos planes de seguro, ayuda de pago si es necesario. * Llame (713) 874-6590 o (866) 649-5862. * <http://www.catholiccharities.org/our-services/strengthening-families/counseling-services/> | *The Harris Center for Mental Health and IDD*   * El Proveedor de Salud Mental para el Estado de Texas. * Llame al Centro Elegible para encontrar una ubicación y aprender más de las opciones de pago: (713) 970-7070. * <http://www.mhmraharris.org>   *Family Services of Greater Houston*   * Servicios profesionales de asesoramiento. * Aceptan la mayoría de los seguros médicos. * Ofrecen una escala de pago por aquellos sin seguro médico. * Llame al (713) 861-4849, pulsa la opción 4 para información de citas. * <http://www.familyservices.org/>   *Interface-Samaritan Counseling Centers*   * Servicios Cristianos de asesoramiento por licenciada terapeuta. Se respeta diferentes religiones. * Aceptan la mayoría de los seguros médicos. * Ofrecen una escala de pago por aquellos sin seguro médico. * Terapeutas bilingües disponibles. * Solicite una cita: (832) 779-4357 |

**GRUPOS DE APOYO**

**National** **Alliance** **for** **the** **Mentally** **Ill** **(NAMI)**: **NAMI** **Metropolitan** **Houston**

* Grupos de apoyo para individuos y miembros de la familia, clases y asistencia con referencias. Llame 713-970-4419.
* <http://www.namigreaterhouston.org>

**Depression** **and** **Bipolar** **Support Alliance Formally (DMDA)**

* Por favor deja un mensaje a 713-600-1131; alguien te llamará de vuelta con información sobre los grupos de apoyo.
* <http://www.dbsahouston.org/>

**RECURSOS PARA NUEVAS MADRES**

"Cuidar a tu bebé significa cuidarte a ti misma. Aunque puede ser difícil con un recién nacido, tienes que descansar, comer bien y hacer ejercicios con regularidad para tu salud mental. La ayuda siempre es disponible si necesitas. Si sientes presión o que estés deprimido con tu nuevo papel como madre y estés interfiriendo con su capacidad a cuidar a tu bebé, habla con tu médico para un tratamiento.

Para consejos para padres, llame nuestros profesionales al Texas Children’s Parent Advice Line (**832-824-1777)**.

Para necesidades urgentes, llame a Hope Line a **1-800-PPD-MOMS (1-800-773-6667)**, un recurso gratuito y confidencial para depresión postparto o visite el sitio web para [Postpartum Support International (PSI)](http://www.postpartum.net/) para información y ayuda en su zona.

Para una cita en The Women's Place en la Pavilion for Women en el centro médico, llame **832-826-5281.**

|  |  |
| --- | --- |
| **🞎 CENTRAL DE HOUSTON (DENTRO DE LA VUELTA)** | |
| **Legacy Community Health Center – Montrose**   * 1415 California St, Houston, TX 77006   832-548-5100  **Jewish Family Services (solo asesoramiento)**   * 4131 S Braeswood Blvd, Houston, TX 77025   713-667-9336  Abierto a paciente de todos edades y orígenes. Ofrecen una escala de pago. <http://www.jfshouston.org/counselingservices.php>  **Interface-Samaritan Counseling Centers – Galleria**   * St. Phillip Presbyterian Campus   4803 San Felipe, Houston, TX 77056  832-779-4357 | **Catholic Charities – Moran Health Center**   * 2615 Fannin St, Houston, TX 77002   713-874-6590 or 866-649-5862  **Harris Health**   * Ben Taub Hospital   1504 Taub Loop, Houston, TX 77030  713-873-2000   * Thomas Street Health Center (solo pacientes con HIV/AIDS)   2015 Thomas St, Houston, TX 77009  713-873-4000   * Casa de Amigos Health Center   1615 North Main St, Houston, TX 77009  713-222-2272 |
| **🞎 NOROESTE DE HOUSTON**  **Catholic Charities** – 713-874-6590 or 866-649-5862   * St. Ignatius Loyola Catholic Church   7810 Cypresswood Dr, Spring, TX 77379   * St. John Vianney Catholic Church   625 Nottingham Oaks Trail, Houston, TX 77079  **Interface Samaritan Counseling Centers – Spring**   * St. Stephen’s United Methodist   2003 W. 43rd Street, Houston, TX 77018  713-686-8241   * Cypress Creek Christian Campus   6823 Cypresswood Drive, Spring, TX 77379  281-376-8006  **Harris Health**   * Northwest Health Center   1100 West 34th St, Houston, TX 77018  713-861-3939   * Pediatric & Adolescent Health Center – Bear Creek   5870 Highway 6, Ste. 108, Houston, TX 77084  713-873-6860   * Cypress Health Center   12340 Jones Road, Ste. 100, Houston, TX 77070  713-873-5240 | **🞎 NORESTE DE HOUSTON**  **Community Health Center** **– Lyons Clinic**  5602 Lyons Ave, Houston, TX 832-548-540  **Harris Health**   * Aldine Health Center   4755 Aldine Mail Route, Houston, TX 77039-5934  281-985-7600   * E. A. "Squatty" Lyons Health Center   1712 First Street E, Suite M20, Humble, TX 77338  281-446-4139   * Settegast Health Center   9105 North Wayside Drive, Houston, TX 77028  713-633-2020 |
| **🞎 OESTE/SUROESTE DE HOUSTON**  **Legacy Community Health Clinics**   * Bissonnet   12667 Bissonnet St, Houston, TX 77099  281-498-6100   * Baker Ripley   6500 Rookin St, Houston, TX 77074  713-351-7350   * Southwest   6441 High Star Dr, Houston, TX 77074 832-548-5000   * Mapleridge   6550 Mapleridge St, Houston, TX 77081 713-779-7200  **Catholic Charities - Ft. Bend County United Way Service Center**   * 10435 Greenbough Blvd, #200, Stafford, TX 77477   713-874-6590 or 866-649-5862  **Interface-Samaritan Counseling Centers – Katy**   * New Hope Presbyterian Campus   1359 N. Mason Road, Katy, TX 77449  713-626-7990   * Grand Lakes Presbyterian Church   60355 S. Fry Road, Katy, TX 77450  713-626-7990  **Harris Health**   * El Franco Lee Health Center   8901 Boone Road, Houston, TX 77099  281-454-0500   * Vallbona Health Center (formerly People's)   6630 DeMoss St, Houston, TX 77074-5004  713-272-2600 | **🞎 ESTE/SURESTE DE HOUSTON**  **Legacy Community Health Clinics**   * San Jacinto   4301 Garth Rd #400, Baytown, TX 77521 281-420-8400   * Baytown   6730 Independence Blvd, Baytown, TX 77521 281-421-4013   * Southpark   4450 Highland Ave, Beaumont, TX 77705  409-242-2525  **Catholic Charities – South Houston Bay Area United Way Service Center**   * 1300 Bay Area Blvd. #229, Houston, TX 77058   713-874-6590 or 866-649-5862  **Harris Health**   * Strawberry Health Center   927 E. Shaw Road, Pasadena, TX 77506-1430  713-982-5900   * Pediatric and Adolescent Health Center - Pasadena   3925 Fairmont Parkway, Pasadena, TX 77504  713-873-6300   * Gulfgate Health Center   7550 Office City Drive, Houston, TX 77012  713-495-3700   * Baytown Health Center   1602 Garth Road, Baytown, TX 77520-2410  281-837-2700   * Martin Luther King Jr. Health Center   3550 Swingle Road, Houston, TX 77047  713-547-1000 |