

Recursos

Teen Line:

Llama al **1-800-852-8336** (de p.m. a 10 pm. hora del Pacífico) envía un texto que diga **“TEEN”** al **839863** (de 6 p.m. a 9 p.m. hora del Pacífico) Ofrece apoyo anónimo para adolescentes por teléfono, mensaje de texto o correo electrónico. Ningún problema es demasiado pequeño, demasiado grande o impactante para los voluntarios capacitados de Teen Line.

Línea de texto de crisis:

Envía un texto que diga **HOPE** al **741-741**

Conéctate con un consejero de crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana para recibir apoyo de salud mental basado en mensajes de texto de alta calidad e intervención en crisis.

La Red Nacional de Prevención del Suicidio:

1-888-628-9454

Una línea directa confidencial, gratuita y disponible en español las 24 horas para la prevención del suicidio disponible para cualquier persona en crisis suicida o angustia emocional.

Trans Lifeline:

1-877-565-8860

Una línea de vida 24 horas al día, 7 días a la semana, dirigida por y para personas trans, que brinda apoyo emocional y financiero directo a las personas trans en crisis.

The Trevor Lifeline:

1-866-488-7386

El Trevor Project es la organización nacional líder que brinda servicios de intervención en crisis y prevención del suicidio las 24 horas del día, los 7 días de la semana a jóvenes lesbianas, gays, bisexuales, transgénero y en duda (LGBTQ) de 13 a 24 años de edad.