

# Recursos de Salud Mental



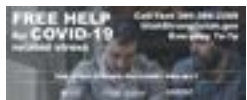
24/7 Red nacional de prevención del suicidio:  
(800) 273-TALK



24/7 Línea de ayuda para desastres: (800) 985-5990 - TEXT  
"TalkWithUs" al 66746



Línea directa de ayuda para la salud emocional: (833) 442-2211 - asesoramiento en 19 idiomas



The Utah Strong Recovery Program - Ayuda GRATUITA para el estrés relacionado con COVID-19, Llama/Text 385-386-2289, UtahStrong@utah.gov,



2-1-1 or [211utah.org](http://211utah.org) - conectarse a servicios de salud mental, uso de sustancias, cuidado infantil de emergencia



Utah Parent Center - recursos para cuidadores de personas con necesidades especiales



myStrength - salud del comportamiento app; gratis con el código: UDHSguest33



SafeUT App y texto de crisis juvenil y línea de ayuda