

## Estado de Nueva York-Oficina de Salud Mental COVID-19-Recursos

<https://omh.ny.gov/omhweb/covid-19-resources.html>

**Llame ahora para obtener soporte gratuito y confidencial.**

### COVID-19 Recursos

La pandemia COVID-19 ha dejado a muchos neoyorquinos ansiosos y estresados.

Más información sobre:

- ❖ Manejo de la ansiedad en tiempos difíciles
- ❖ Orientación relacionada con coronavirus para proveedores de atención médica
- ❖ Cómo puede ayudar?

### RECURSOS PÚBLICOS

Línea de ayuda de apoyo emocional de OMH: **1-844-863-9314** \*

La línea de ayuda de apoyo emocional proporciona apoyo gratuito y confidencial, ayudando a las personas que experimentan ansiedad mayor debido a la emergencia del coronavirus. La línea de ayuda está atendida por voluntarios, incluidos profesionales de la salud mental, que han recibido capacitación en asesoramiento en crisis.

Consejos para el bienestar mental:

¿Te sientes estresado por el coronavirus (COVID-19)?

Manejo de la ansiedad en una situación que provoca ansiedad:

**Consejos para enfermedades mentales:** ¿Cómo manejar el estrés y la ansiedad relacionados con COVID?

**Inglés:** <https://omh.ny.gov/omhweb/guidance/covid-19-managing-stress-anxiety.pdf>

**Español:** <https://omh.ny.gov/omhweb/guidance/covid-19-managing-stress-anxiety-spanish-us.pdf>.

**Recursos de salud mental durante una emergencia:** Las personas a menudo experimentan ansiedad, miedo e impotencia durante una emergencia. Conozca las señales y obtenga ayuda.

**Si usted está abrumado con COVID-19, ud. no está solo.**

Conéctese al soporte aquí en NY.

**ESTADO DE NUEVA YORK**

**LÍNEA DE AYUDA DE APOYO EMOCIONAL COVID-19**

1-844-863-9314

8 AM - 10 PM, 7 días a la semana

RECURSOS ADICIONALES

Orientación sobre COVID-19

Orientación provisional para proveedores de salud conductual con licencia de OMH, incluida la Guía de SaludTelemental.

Para obtener ayuda de impresión, vaya al enlace: <https://omh.ny.gov/omhweb/covid-19-resources.html>

Y se encontrará material impreso.

RENUNCIA: La Línea de Apoyo Emocional de la Oficina de Salud Mental ("OMH") ("Línea") no tiene licencia ni tratamiento de salud mental de ningún tipo, independientemente de lo que se discuta o que proporcione apoyo. Es sólo para fines de apoyo emocional. El uso de la Línea no crea ninguna relación confidencial proveedor-terapeuta de ningún tipo. La Línea no sustituye la atención médica profesional.

Si cree que está experimentando una emergencia médica o de salud conductual, llame a su médico o al 911 inmediatamente.

+++++