

Información para las familias: Los primeros pasos para buscar ayuda

Si le preocupan las emociones o el comportamiento de su hijo, puede empezar por hablar con sus amigos, integrantes de la familia, su consejero espiritual, el consejero escolar de su hijo o su pediatra o médico de cabecera acerca de sus inquietudes. A continuación se enumeran las principales fuentes de información sobre las opciones para ayudar a su hijo. La información de contacto de los recursos locales se muestra por condado en el reverso de esta hoja.

Buscar ayuda

El **pediatra** de su hijo puede hablar con usted sobre sus inquietudes y hacer derivaciones para tratamientos.

Su **compañía de seguro** puede brindarle la lista de los profesionales de la salud mental de su red de atención médica.

Los **psicólogos escolares**, capacitados en psicología y educación, pueden ayudar a los niños y jóvenes académica, social, conductual y emocionalmente. Pueden formar parte del equipo del Plan de Educación Individualizada (IEP, en inglés) y realizar evaluaciones académicas y psicológicas.

Las **Agencias de Servicios Básicos** (CSA, en inglés) o las **Autoridades Locales de Salud del Comportamiento** (LBHA, en inglés) son agencias locales responsables de planificar, administrar y supervisar los servicios públicos de salud mental de una región específica de Maryland. Muchas CSA y LBHA cuentan con especialistas que coordinan servicios para niños y adolescentes que no tienen seguro médico.

Los **asesores de sistemas o familias** brindan apoyo individual a las familias. Cada condado de Maryland tiene asesores que pueden ayudar a las familias a acceder a los recursos del sistema de salud mental de Maryland, comprender los problemas de salud mental de su hijo, encontrar el tipo de ayuda adecuado y brindar apoyo durante todo el proceso. Los asesores de familias son padres que han cuidado a un niño con necesidades especiales y se han capacitado para ayudar a otras familias. Cualquier padre o cuidador puede contactarse con un asesor a fin de solicitar asistencia para su hijo, de 0 a 21 años, con necesidades especiales. Los servicios de asesoramiento no tienen costo alguno.

Las **líneas de consultoría telefónica del condado** (warmlines) son líneas comunitarias de llamadas para remisiones de servicios atendidas por personas capacitadas que suelen estar disponibles las 24 horas del día. Estos números de teléfono están destinados a abordar ciertas preguntas e inquietudes cuando no está en peligro la vida.

Las **organizaciones de educación y defensa en relación con la salud mental** se dedican a ayudar a los integrantes de la familia a encontrar ayuda para el niño.

- **Asociación de Salud Mental de Maryland (MHAMD)**. Es una organización estatal de educación y defensa. Los programas y los servicios varían según la sección. www.mhamd.org
La MHAMD ofrece información y recursos sobre las protecciones del seguro médico, la Ley de Paridad y la Ley de Atención Médica Asequible en www.mhamd.org/information-and-help/paying-for-care/maryland-insurance-protections/.
- **Mental Health First Aid** capacita a madres, padres y cuidadores para que reconozcan los problemas de salud mental, sepan cómo acceder a los servicios y brinden apoyo a los jóvenes que padecen problemas de salud mental. www.mhfamaryland.org
- **Coalición de familias de Maryland (MCF)**. Cuenta con asesores familiares y ofrece capacitación y apoyo de defensa a las familias. www.mdcoalition.org
- **Asociación Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI, en inglés)**. La sede de Maryland se dedica a la educación, el apoyo y la defensa de las personas con enfermedades mentales, sus familias y la comunidad en general. www.namimd.org

Es importante recordar que muchos niños y familias aprovechan otros servicios y apoyos distintos de los proveedores tradicionales. A menudo, estos servicios se brindan junto con otras formas de servicios. Numerosas investigaciones evidencian que para muchos niños resulta beneficioso participar en actividades extracurriculares, deportes y organizaciones comunitarias y religiosas.

Contactos del kit de recursos para la familia de CMHM por condado

En estos teléfonos encontrará la ayuda que busca. Incluso si no es el número actual, quienes respondan le brindarán el número correcto.

Jurisdicción	CSA	Asesor	Equipo móvil para casos de crisis o línea directa
En todo el estado	Línea directa para casos de crisis de Maryland Información y derivación en todo el estado de Maryland	NINGUNO	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland 2-1-1, presione 1
Allegany	Oficina del Sistema de Salud del Comportamiento (BHSO, en inglés) de Allegany 301-759-5070	Coalición de Familias de Maryland (MCF) 443-741-8329	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland 2-1-1, presione 1
Anne Arundel	Anne Arundel Co. Mental Health Agency 410-222-7858	Arundel Child Care Connections 443-782-5001	Línea para casos de crisis del condado de Anne Arundel 410-768-5522
Ciudad de Baltimore	Behavioral Health System Baltimore 410-637-1900	MCF: ciudad de Baltimore 410-235-6344	Línea de Crisis, Información y Remisiones (CI&R) de Baltimore 410-433-5175
Condado de Baltimore	Agencia de Salud del Comportamiento (BBH, en inglés) del condado de Baltimore 410-887-3828	Catholic Charities 410-252-4700	Baltimore Child and Adolescents Response System (niños y adolescentes; condado de Baltimore) 410-443-5175 Equipo para casos de crisis del condado de Baltimore 410-931-2214
Calvert	Agencia de Servicios Básicos (CSA) del condado de Calvert 443-295-8584	Center for Children 410-535-3047	Línea de ayuda ante casos de crisis en Maryland 2-1-1, presione 1
Caroline	Agencia de Servicios Básicos (CSA) del condado de Caroline 888-407-8018	MCF: Costa Media 410-479-1146	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Carroll	Autoridad de Salud del Comportamiento del condado de Carroll 410-876-4449	MCF: condado de Carroll 443-741-8255	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1
Cecil	Agencia de Servicios Básicos (CSA) del condado de Cecil 410-996-5112	MCF: costa este, condado de Cecil 443-472-8836	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Charles	Autoridad de Salud del Comportamiento del condado de Charles 301-609-5757	Center for Children 301-374-6696	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1
Dorchester	Autoridad de Salud del Comportamiento de la Costa Media 410-770-4801	MCF: costa este, condado de Dorchester 410-901-1007	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Frederick	Agencia para el Manejo de la Salud Mental (MHMA, en inglés) del condado de Frederick 301-600-1755	Asociación de Salud Mental, asesoría de sistemas 301-663-0011	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Condado de Frederick 301-662-2255
Garrett	Autoridad de Salud del Comportamiento del condado de Garrett 301-334-7440	Partnership for Children and Families, Inc. del condado de Garrett 301-334-1189	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1
Harford	Oficina de Salud Mental del condado de Harford 410-803-8726	MCF: condado de Harford 410-420-9880	Equipo para casos de crisis del condado de Harford 410-638-5248
Howard	Autoridad de Salud Mental del condado de Howard 410-313-7316	MCF: oficina central 410-730-8267	Equipo para casos de crisis del condado de Howard 410-531-6677
Kent	Autoridad de Salud del Comportamiento de la Costa Media 410-770-4801	MCF: condado de Kent/Queen Anne de la Costa Media 410-810-2673	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Montgomery	Departamento de Salud y Servicios Humanos del condado de Montgomery 240-777-1414	Federation of Families for Children's Mental Health, Inc. del condado de Montgomery 301-879-5200 x 27	Sistema para casos de crisis del condado de Montgomery 240-777-4000
Prince George	Servicios de Salud del Comportamiento del condado de Prince George 301-583-9520	Centro de Información para Niños y Familias (CFIC, en inglés) 866-533-0680	Equipo de respuesta para casos de crisis del condado de Prince George 301-429-2185
Queen Anne	Autoridad de Salud del Comportamiento de la Costa Media 410-770-4801	MCF: condado de Kent/Queen Anne de la costa este 410-810-2673	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Saint Mary	Departamento de Salud del condado de St. Mary 301-475-4330	Family ACCESS Center del condado de St. Mary 301-866-5332	Condado de St. Mary 301-863-6661
Somerset	Agencia de Servicios Básicos (CSA) del condado de Somerset 443-523-1700	Family Link de Somerset 410-651-2824	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Talbot	Autoridad de Salud del Comportamiento de la Costa Media 410-770-4801	MCF: costa este, condado de Talbot 410-901-1007	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo móvil para casos de crisis de la costa este 888-407-8018
Washington	Autoridad de Salud Mental del condado de Washington 301-739-2490	MCF: The Family Network, condado de Washington 240-313-2086	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1
Wicomico	Autoridad de Salud del Comportamiento del condado de Wicomico 410-543-6981	Partnership for Families and Children, condado de Wicomico 410-546-8155	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1
Worcester	Agencia de Servicios Básicos del condado de Worcester 410-632-3366	Worcester Youth & Family Counseling Services, Inc. 410-641-4598	Línea de ayuda para casos de crisis de Maryland: 2-1-1, presione 1 Equipo de respuesta para casos de crisis del condado de Worcester 911

Si tiene preguntas sobre el seguro, ingrese en www.mhamd.org/information-and-help/paying-for-care/maryland-insurance-protections/ o llame al 443-901-1550.