

Recursos de Salud Mental

Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Adolescente www.aacap.org
 Fundación Americana para la Prevención del Suicidio www.afsp.org
 Asociación Americana de Psicología www.apahelpcenter.org
 Asociación de Ansiedad y Depresión de América www.adaa.org
 Fundación de la mente equilibrada (trastornos del estado de ánimo)
www.thebalancedmind.org
 Iniciativa de construcción de puentes www.buildingbridges4youth.org
 Fundación Bipolar para Niños y Adolescentes: The Balanced Mind Foundation
www.thebalancedmind.org
 Depresión y Alianza de Apoyo Bipolar www.dbsalliance.org
 Centro de Recursos para la Depresión www.aacap.org/cs/Depression.ResourceCenter
 Depression Toolkit Centro de Depresión de la Universidad de Michigan
www.depressiontoolkit.org
 Harvard Means Matter www.hsph.harvard.edu/means-matter
 HEARD Alliance www.heardalliance.org
 Guía de ayuda Recursos para la gestión de la salud mental y emocional
www.helpguide.org
 Salud de los Niños www.kidshealth.org/teen/your_mind
 Mayo Clinic: Resilience www.mayoclinic.com/health/resilience
 Alianza Nacional contra la Enfermedad Mental Stanislaus www.namistanislaus.org
 Asociación Nacional de Salud Mental (NMHA) www.nmha.org
 Practico Sabio: Lo que funciona en la salud mental de los niños www.practicewise.com
 Equipo de Referencia de Salud Mental del Condado de Stanislaus: Servicios de
 Comportamiento y Recuperación 888-376-6246 or www.stancounty.com/bhrs/
 Stanislaus Servicios de Emergencia Psiquiátrica 209-558-4600 available 24/7
 Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental Administrativo (SAMHSA)
www.samhsa.gov/children
 Línea de vida para la prevención del suicidio www.suicidepreventionlifeline.org
 Centro de Recursos para la Prevención del Suicidio www.sprc.org

Líneas directas

Servicios Regionales de Prevención del Suicidio y Crisis 800-273-8255
 Línea de Crisis de la Juventud de California 800-843-5200
 Soluciones comunitarias (crisis juvenil y estrés parental) 24hrs 408-683-4118
 Salud Mental Nacional de América 800-273-TALK or 888-628-9454 (Spanish)
 Reach Out Foro en Línea (entrenados compañeros, supervisados por profesionales)
us.reachout.com
 Línea Telefónica Nacional de Reach Out Boys 800-448-3000

Trevor Project Línea de Vida (intervención de crisis LGBTQ) 866-488-7386
Línea de Apoyo para Jóvenes 888-977-3399
YWCA Centro de Crisis de Violación 24 horas crisis line 650-493-7273

Recursos de Libros Para Padres: Salud Mental y Resiliencia

Beardslee, William. Out of the Darkened Room: When a Parent is Depressed: Protecting the Children and Strengthening the Family. 2002

Rapee, Ronald et al. Helping your anxious child: A step by step guide. 2000.

Manassis, Katharina & Levac, Anne Marie. Helping your teenager beat depression: A problem-solving approach for families. 2004.

Lezine, DeQuincy and Brent, David. Eight Stories Up: An Adolescent Chooses Hope over Suicide. 2008.

Bourne, Edward. The Anxiety & Phobia Workbook. 2005.

Riera, Michael. Uncommon Sense for Parents with Teenagers. 2004.

Phelan, Thomas. Surviving Your Adolescents: How to Manage and Let Go of Your 13-18 year olds. 1998.

Sachs, Brad. The Good Enough Child: How to Have an Imperfect Family and Be Totally Satisfied. 2001.

Apter, Terri. The Confident Child: Raising Children to Believe in Themselves. 1997.