

RECURSOS PARA SOBREVIVIENTES DE TRAUMA (ACTUALIZADO EN ENERO DE 2026)

Recursos de salud mental

- *Si tiene pensamientos suicidas o pensamientos de hacerse daño, llame a una de estas líneas de crisis:*

**Línea directa de crisis
móvil Adapt 24/7**

866-260-8000

**Línea de crisis 24/7 del
Centro de Suicidio y
Crisis del Norte de
Texas**

214-828-1000

**Línea Nacional de
Prevención del
Suicidio**

800-273-8255

- **Fundación Americana para la Prevención del Suicidio** – <https://afsp.org/>

La misión de la Fundación Americana para la Prevención del Suicidio (AFSP) es salvar vidas y brindar esperanza a quienes se han suicidado. Fundada en 1987, la AFSP es una organización de salud voluntaria que ofrece a quienes se han suicidado una comunidad nacional, empoderada por la investigación, la educación y la defensa de los derechos humanos, para combatir esta importante causa de muerte.

Encuentre un profesional de salud mental: La AFSP creó una página que ofrece una descripción general y recursos para encontrar un profesional de salud mental en su zona. Puede encontrarla en:

<https://afsp.org/encuentre-un-profesional-de-salud-mental/>

- **Asociación Estadounidense de Ansiedad y Depresión (ADAA)** - <https://adaa.org/>

ADAA crea conciencia sobre las causas y los mejores tratamientos para la ansiedad, la depresión y los trastornos relacionados mediante la difusión de ciencia de vanguardia, la promoción de la práctica clínica basada en evidencia y la educación de los profesionales y el público.

Comunidades de apoyo de salud mental en línea gratuitas y anónimas: La Asociación de Ansiedad y Depresión de Estados Unidos (ADAA) ofrece cuatro comunidades de apoyo gratuitas, anónimas y seguras entre pares, diseñadas para ayudar a personas, familias y cuidadores con respecto a la depresión y la ansiedad, el trastorno depresivo mayor, el TEPT, etc. Únase en:

<https://healthunlocked.com/apoyo-para-la-ansiedad-y-la-depresion>

¿Sufre de trastorno de estrés postraumático (TEPT)? Explore los recursos para el TEPT del Centro Nacional para el TEPT. Ya sea veterano, un ser querido o un profesional de la salud, el Centro Nacional para el TEPT ofrece una amplia gama de herramientas y materiales educativos para ayudarle a comprender y manejar el TEPT. Puede encontrarlos en:

<https://adaa.org/entender-la-ansiedad/trastorno-de-estres-postraumatico-recursos-VA>

- **Salud Mental de América del Gran Dallas** -<https://mhadallas.org/>

Mental Health America of Greater Dallas (MHA Dallas) es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) que trabaja para promover el bienestar mental mediante la educación comunitaria y la promoción de políticas. En resumen, MHA Dallas actúa como catalizador para identificar, evaluar y responder a las necesidades de salud mental en la comunidad.

Encuentra ayuda Con la extensa lista de proveedores y recursos de MHA Dallas, podrá obtener más información sobre enfermedades individuales y sus tratamientos. Puede acceder a ellos a través de:

Sitio web <https://mhadallas.org/encuentraayuda/> | Llama al 214-871-2420

Salud Conductual del Área Sur Dispone de una clínica sin cita previa para hablar con alguien en persona. Más información:

Dirección: 4215 Gannon Lane, Dallas, TX 75237

Lunes a viernes: 14:00 – 22:00 horas, sábado y domingo: 14:00 – 19:00 horas

Llama al 972-283-9090 | Fax 972-499-0367

Programa Peer Bridger de MHA: MHA lanzó un programa que brinda apoyo mediante mensajes de texto a personas con

- ☐ Necesidades de salud mental y adicciones. El programa es gratuito para quienes viven en Estados Unidos.

La línea de texto funciona desde las 10 a. m. hasta la medianoche (hora del Este de EE. UU.), de lunes a viernes (excepto feriados).

Si te interesa probar nuestra línea de mensajes de texto, puedes enviar un mensaje de texto con la palabra HOLA al 571-487-7456. Si lo deseas,

También puedes compartir tu nombre (real o inventado) y lo que piensas. No hay nada correcto o incorrecto.

Manera de empezar.

Evaluación de MHA: Proyección en línea en mhascreening.org es una de las formas más rápidas y fáciles de

Determinar si presenta síntomas de una afección mental. Nuestras evaluaciones son gratuitas.

confidencial y validado científicamente

Trastorno de estrés postraumático (TEPT): Obtenga más información sobre cómo se ve y cómo tratarlo en:

<https://mhanational.org/conditions/post-traumatic-stress-disorder/>

Por favor visite La Lista Nacional de Recursos de Salud Mental de Estados Unidos ofrece amplio apoyo y opciones de salud mental. Disponible en:

<https://mhanational.org/wp-content/uploads/2025/03/MHM-2025-Lista-de-recursos.pdf>

- **MetroCare** - <https://www.metrocareservices.org/>

Metrocare es el mayor proveedor de servicios de salud mental, discapacidades del desarrollo y vivienda permanente con apoyo en el condado de Dallas. A continuación, se presentan algunos de sus servicios de salud mental.

LÍNEA DIRECTA 24/7: Si usted o un ser querido está experimentando una crisis de salud mental, el equipo de crisis de Metrocare está aquí para ayudarlo.

24 horas al día, 7 días a la semana. | Llama al 214-743-1215

Línea de apoyo entre pares: Para recibir apoyo emocional que no sea de emergencia de alguien con experiencia en recuperación. ¡Busca ayuda antes de la crisis y habla con alguien que haya pasado por lo mismo!

Lunes a viernes: 7 a. m. a 12 a. m. | Llama al 469-659-6939

Clínica Westmoreland con horario extendido: Para adultos que necesitan atención inmediata, Metrocare ahora ofrece horario extendido en la Clínica Westmoreland hasta las 22:00. Puede llamar para programar una cita o presentarse en la clínica para recibir los servicios. Llame con anticipación para verificar la disponibilidad.

Lunes a viernes: 8 a. m. a 10 p. m. | 1350 N Westmoreland Rd, Dallas, TX 75211 | Llama al 214-371-6639

Para concertar una cita, por favor

visite <https://www.metrocareservices.org/mental-health-services/adults/#RequestForm>

Para obtener más información sobre los servicios de salud mental de Metrocare, por favor

visita <https://www.metrocareservices.org/servicios-de-salud-mental/crisis/>

- **Alianza Nacional de Salud Mental (NAMI) Sector Sur de Dallas**
- <https://www.nami.org/>

La visión de NAMI Dallas Sector Sur es promover una comunidad libre de estigma y de apoyo para todos los niños, jóvenes, adolescentes, adultos, familias y miembros de la comunidad afectados por enfermedades mentales, para que puedan prosperar en sus comunidades. Logramos esto brindando educación y concientización sobre enfermedades mentales, apoyo y recursos de salud mental para familias e individuos en el Sector Sur del Condado de Dallas.

Grupo de apoyo familiar virtual NAMI. El Grupo de Apoyo Familiar NAMI ofrece a familiares y amigos la oportunidad de reunirse con otras personas que comparten sus inquietudes, intercambiar experiencias y aprender unos de otros. Las reuniones del Grupo de Apoyo son dirigidas por facilitadores capacitados por NAMI.

Horario y días de reunión: 18:00 a 19:30 h, el tercer jueves de cada mes. Es necesario registrarse para unirse al grupo de apoyo. Puede registrarse en: <https://us02web.zoom.us/meeting/register/tZ0ocu-hqzkyH9JL-yupJ60.Jaoj9xiHhHMwMe#/registro>

Encuentra más información sobre otros grupos de apoyo y educación en: <https://namitexas.org/apoyo-y-educacion/>

Línea de ayuda de NAMI: De lunes a viernes de 10 a. m. a 10 p. m., hora del este

Llamada: 1-800-950-NAMI (6264) | Mensaje de texto: 62640 | Chat: nami.org/ayuda | Correo electrónico: linea.de.ayuda@nami.org

- **Centro Nacional para el TEPT** –<https://www.ptsd.va.gov/>

El Centro Nacional para el TEPT ofrece recursos nacionales para sobrevivientes de traumas y sus familias, que incluyen información sobre el TEPT, recursos como PTSD Coach Online y videos de otros sobrevivientes y profesionales.

Llama al 1-800-273-8255

- **Instituto Nacional de Salud Mental** –<https://www.nimh.nih.gov/>

El Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH) es la principal agencia federal de investigación sobre trastornos mentales. El NIMH es uno de los 27 institutos y centros que conforman los Institutos Nacionales de Salud (NIH), la mayor agencia de investigación biomédica del mundo. El NIH forma parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS).

Obtenga más información sobre el trastorno de estrés postraumático (TEPT): Este sitio web ofrece educación sobre salud mental y el trastorno de estrés postraumático (TEPT). La información incluye signos y síntomas del TEPT, así como su tratamiento profesional.

Llama al 1-866-615-6464 (gratis) |

Visita <http://www.nimh.nih.gov/health/topics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd/index.shtml>

- **NHS Inform; Guía de autoayuda para el TEPT y el TEPT complejo**
–<https://www.nhsinform.scot/enfermedades-y-condiciones/salud-mental/guias-de-autoayuda-para-salud-mental/guia-de-autoayuda-para-el-TEPT-y-el-TEPT-C/>

Estudie una guía de autoayuda para el TEPT y el TEPT complejo basada en la Terapia Cognitiva Centrada en el Trauma (TF-CT). Puede encontrar más información sobre salud mental y guías de autoayuda en:

<https://www.nhsinform.scot/enfermedades-y-condiciones/salud-mental/>

- **Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA) -<https://www.samhsa.gov/find-support>**

La Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA) es la agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. que lidera las iniciativas de salud pública para promover la salud conductual del país. SAMHSA busca que las personas con, afectadas por o en riesgo de padecer trastornos de salud mental y abuso de sustancias reciban atención, alcancen el bienestar y prosperen. A continuación, se presentan algunos recursos útiles en PDF sobre temas e inquietudes de salud mental:

- Conozca sus derechos (<https://www.samhsa.gov/resource/recovery/conozca-sus-derechos>): Esta hoja informativa ofrece orientación para personas y familias sobre dónde recurrir para obtener ayuda y qué hacer si cree que se están violando sus derechos.
- No sé cómo: Serie para padres (<https://www.samhsa.gov/resource/recovery/no-sé-cómo-ser-padre-serie>): En esta serie web "No sé cómo", exploramos diferentes temas como el trauma, la depresión y más para brindarles a los padres herramientas para navegar y brindar apoyo para diversas condiciones de salud mental.

Recursos generales sobre el abuso de sustancias

- **Metrocare -<https://www.metrocareservices.org/>**

Metrocare ofrece amplio apoyo y recursos para el abuso de sustancias. Sus programas de abuso de sustancias se centran en la planificación de la recuperación centrada en la persona y con enfoque en el trauma, en un entorno terapéutico ambulatorio. Los servicios son proporcionados por un Consejero Licenciado en Dependencia Química (LCDC) y se prestan según sus objetivos, fortalezas y necesidades personales. A continuación, se enumeran algunos de los servicios que ofrecen:

- Evaluaciones y planes de recuperación centrados en la persona
- Asesoramiento individual con coaches de recuperación certificados
- Asesoramiento grupal
- Apoyo de especialistas pares certificados
- Atención integral de equipos interdisciplinarios
- Psicoeducación
- Educación sobre riesgos para la salud en relación con el VIH/ETS/TB/Hepatitis/Dejar de fumar
- Trabajo por pasos (incluidos los 12 pasos)
- Introducción a AA / NA

Para programar una evaluación de admisión,

Correo electrónico IOPSOPReferrals@metrocareservices.org | Llama al 469-705-9170

Los clientes pueden esperar recibir una llamada el siguiente día hábil.

Para obtener más información sobre los servicios de abuso de sustancias de Metrocare, por favor visite <https://www.metrocareservices.org/sud/>

- **Autoridad de Salud Conductual del Norte de Texas (NTBHA)**
-<https://ntbha.org/>

Programa de extensión, detección, evaluación y derivación (OSAR): Para personas con consumo de sustancias o trastornos concurrentes, que ofrece intervención breve y vinculación con tratamientos y servicios de recuperación. Si tiene alguna pregunta o busca tratamiento,

Llama al 844-275-0600 | Correo electrónico osar@ntbha.org

Puente del condado de Kaufman: El Puente del Condado de Kaufman ofrece diversos servicios para ayudar a quienes necesitan conectarse con proveedores y recursos de salud mental y atención al consumo de sustancias para los residentes de los condados de Dallas, Ellis, Hunt, Kaufman, Navarro y Rockwall. Los servicios incluyen:

- Vinculación con proveedores de salud mental
- Recargas urgentes de medicamentos psiquiátricos
- Evaluación psiquiátrica
- Detección del consumo de sustancias y trastornos concurrentes
- Asistencia con beneficios estatales y federales, incluidos el Seguro Social, Medicaid y Medicare
- Vinculación con especialistas en recuperación entre pares

Para comunicarse con el puente del condado de Kaufman,

Correo electrónico Coordinadores de atención de SouthandEast@ntbha.org | Llama al (496) 780-9159

Trabajador de salud comunitario (TSC): El programa CHW ofrece derivaciones y conexión con servicios de atención al consumo de sustancias, salud mental y médicos, además de otros servicios y recursos comunitarios para aumentar la retención en los servicios de atención al consumo de sustancias y salud mental. Para contactar,

Correo electrónico chwrightreferral@ntbha.org

Grupos de coordinación de recursos comunitarios (CRCG): Los CRCG son grupos interinstitucionales locales compuestos por agencias públicas y privadas. Juntos, desarrollan planes de servicio para personas y familias cuyas necesidades solo pueden satisfacerse mediante la coordinación y cooperación interinstitucional. Puede encontrar información sobre los CRCG de otros condados en el sitio web estatal de los CRCG; a continuación, se presenta la información del CRCG del condado de Dallas:

- Se reúne el segundo lunes de cada mes a la 1:00 p. m.
- Coordinadora: Peggy Alexandre

- Instrucciones especiales: Envíe su solicitud completa por correo electrónico o fax a más tardar el primer día del mes para ser incluido en el CRCG de ese mes. Los casos se agregan a la agenda por orden de llegada y se puede atender un número limitado de casos cada mes. Una vez recibida y aceptada su solicitud para un CRCG, nos pondremos en contacto con usted para informarle sobre los detalles de la reunión. Puede dirigirse al coordinador del CRCG para cualquier consulta.
- Solicitud:
<https://ntbha.org/wp-content/uploads/2020/12/CRCG-Application-Dallas-Update-Dec-2020.pdf>

Para comunicarse con el CRCG del condado de Dallas:

Correo electrónico palexandre@ntbha.org | Llamar al 469-523-0528 | Fax 214-366-9417

- **Lugar de rehabilitación-**<https://www.rehabspot.com/>

Rehab Spot es un centro de información que se centra en educar a las personas sobre el proceso de tratamiento: desde la selección y las expectativas durante el tratamiento hasta la reincorporación a una vida sin drogas. Su objetivo es reducir el estigma de la adicción y empoderar a quienes tienen problemas de salud mental para que encuentren el tratamiento que merecen. Contacte hoy mismo con un proveedor de tratamiento para encontrar un centro de rehabilitación:

Llama al 877-648-4288

- **Opciones de tratamiento para el abuso de sustancias, tanto residenciales como ambulatorios**

Tratamiento residencial Es una opción más intensiva en la que la persona reside en un centro de tratamiento durante un tiempo mientras recibe atención estructurada, terapia y apoyo en un entorno seguro y libre de sustancias. Este nivel de atención suele ser útil para quienes necesitan una supervisión cercana o un respiro de los factores desencadenantes de su vida diaria.

Tratamiento ambulatorio permite que una persona viva en casa mientras asiste a sesiones de tratamiento programadas, como asesoramiento, terapia de grupo o programas educativos, durante la semana.

*En los gráficos a continuación se encuentran las opciones para **Opciones de tratamiento por consumo de sustancias, tanto residenciales como ambulatorias** en el Área del condado de Dallas. Para obtener más información sobre la admisión o la instalación en sí, Por favor llame usando los números de teléfono proporcionados.*

Opciones de tratamiento residencial por consumo de sustancias			
Nombre	DIRECCIÓN	Tipo	Número de teléfono

De regreso a casa	5300 University Hills Blvd., Dallas, TX 75241	Residencial	214.941.3500
Nexo	8733 La Prada, Dallas, 75228	Residencial/ambulatorio, SOLO MUJERES	214.321.0156
Mansión Turtle Creek	2707 Calle Routh, Dallas 75201	Residencial/ambulatorio	214.871.2483
Casa de la serenidad	1535 W. Mockingbird Lane, Suite 400, Dallas, TX	Residencial	214.819.0567, 214.819.0568

Opciones de tratamiento ambulatorio por consumo de sustancias			
Nombre	DIRECCIÓN	Tipo	Número de teléfono
Grupo Addicare de Texas	2722 W. Kingsley #115, Garland, TX 75042	Paciente externo	972.278.4760
Centro de Mi Salud	628 Centre St, Dallas, TX 75208	Paciente externo	214.941.0798
Desafío de Dallas	201 S. Tyler, Dallas, TX 75208	Programa ambulatorio para jóvenes	214.942.5166
Asesoramiento de primer paso	219B Sunset Ave #101, Dallas	Paciente externo	214.942.880

Servicios psicoterapéuticos integrados	2121 Main #100, Dallas, TX	Paciente externo	214.331.1200
Clínica para dejar de fumar de Parkland	5102 Harry Hines Blvd, séptimo piso. Dallas, TX 75235	Paciente externo	214.590.5691
Casa Fénix	2345 Regan Street, Dallas, TX 75219	Programa ambulatorio para jóvenes	214.999.1044
Consejeros de Remedy Addictions	2528 N Fitzhugh Ave, Dallas, TX 75204	Paciente externo	972.253.0000
Consejería de consuelo	1475 Prudential Dr. Dallas, TX 75235	Paciente ambulatorio, no dentro de la red NTBHA	214.522.4640
S.T.E.P. (Clínica de metadona)	1705 MLK Blvd., Dallas, TX 75215	Paciente externo	214.421.9100

Recursos sobre el abuso del alcohol

- **Grupos familiares de Al-Anon –www.al-anon.org**

Al-Anon es un programa de apoyo mutuo para personas cuyas vidas se han visto afectadas por el consumo de alcohol de otra persona. Al compartir experiencias comunes y aplicar los principios de

Al-Anon, las familias y amigos de personas con problemas de alcoholismo pueden lograr cambios positivos en sus situaciones individuales, independientemente de si la persona con problemas de alcoholismo admite su problema o busca ayuda. Encuentre una reunión hoy mismo en:

<https://al-anon.org/al-anon-meetings/encuentra-una-reunion-de-al-anon/>

- **Alcohólicos Anónimos**—<https://www.aa.org/>

Alcohólicos Anónimos es una comunidad de personas que se reúnen para resolver su problema con la bebida. Asistir a las reuniones de A.A. es gratuito. No hay requisitos de edad ni de educación para participar. La membresía está abierta a cualquier persona que desee hacer algo para solucionar su problema con la bebida. El propósito principal de Alcohólicos Anónimos es ayudar a los alcohólicos a lograr la sobriedad.

Encuentra una reunión: <https://www.aa.org/encuentra-aa>

Reuniones en Dallas: Oficina Central del Intergrupo AA de Dallas (<https://www.aadallas.org/>) es el lugar oficial para encontrar reuniones de Alcohólicos Anónimos en el área de Dallas. Toda la información sobre las reuniones proviene directamente de grupos locales de AA. Si busca reuniones de AA cerca de usted, encontrará muchas opciones en Dallas aquí: <https://www.aadallas.org/reuniones/>

- **Anillo de vida**—<https://lifering.org/>

LifeRing Secular Recovery es una organización de personas que comparten experiencias prácticas y apoyo para la sobriedad. Hay tantas maneras de vivir sin drogas y alcohol como historias de personas sobrias exitosas. La red de apoyo de LifeRing ofrece vías basadas en la abstinencia, seculares y de autoempoderamiento para quienes buscan lograr y mantener la recuperación. Únase a una reunión en línea hoy mismo en:

<https://meetings.lifering.org/meetings/?scope=only>

- **Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo (NIAAA) del NIH** —<https://www.niaaa.nih.gov/>

La misión del Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo es generar y difundir conocimientos fundamentales sobre los efectos adversos del alcohol en la salud y el bienestar, y aplicar esos conocimientos para mejorar el diagnóstico, la prevención y el tratamiento de los problemas relacionados con el alcohol, incluido el trastorno por consumo de alcohol, a lo largo de la vida.

Navegador de tratamiento del alcohol del NIAAA: La búsqueda de tratamiento para el alcohol puede resultar abrumadora, y el Navegador puede ayudarle a tomar una decisión difícil e importante, indicándole el camino hacia un futuro saludable. La guía de 3 pasos del Navegador ofrece orientación experta para enfocar y apoyar sus esfuerzos. Le ayudaremos a encontrar atención de mayor calidad y con respaldo científico que pueda aumentar sus posibilidades de éxito. Utilice el Navegador en:

https://alcoholtreatment.niaaa.nih.gov/how-to-find-alcohol-treatment?_gl=1*rk1pi3*_ga*MTEwMDEyNjE4LjE3Njg0MjAxMjA.*_ga_E2D8B2PVE9*czE3Njg0OTc2NzkkbzlkZzEkdDE3Njg0OTc3MjMkajE2JGwwJGgw

Tratamiento para los problemas de alcohol: Cómo encontrar y obtener ayuda: Esta guía está dirigida a personas, familiares y amigos, que buscan opciones para abordar sus problemas de alcoholismo. Su propósito es servir como recurso para comprender las opciones de tratamiento disponibles y qué considerar al elegir entre ellas. Información disponible en:

<https://www.niaaa.nih.gov/publications/brochures-and-fact-sheets/treatment-alcohol-problems-finding-and-getting-help>

- **Recuperación INTELIGENTE**-<https://smartrecovery.org/>

SMART Recovery es un enfoque innovador para la recuperación de adicciones. SMART significa Entrenamiento de Autogestión y Recuperación. Es más que un acrónimo: es un método transformador para dejar atrás las sustancias adictivas y los comportamientos negativos y llevar una vida de autoestima positiva y disposición al cambio. SMART ofrece reuniones y recursos especializados para diversas comunidades, incluyendo familiares y amigos, veteranos y más. Para encontrar una reunión en línea o presencial cerca de usted, visite:

<https://meetings.smartrecovery.org/meetings/?coordinates=50&location=Dallas%2C+TX>

Drogas Recursos contra el abuso

- **Sociedad Estadounidense de Medicina de las Adicciones (ASAM)**-<https://www.asam.org/>

ASAM es una comunidad profesional dirigida por médicos para quienes previenen, tratan y promueven la remisión y la recuperación de la enfermedad de la adicción, y para brindar recursos para la innovación, el avance y la implementación continuos de la ciencia y la atención de la adicción.

Especialistas en adicciones y directorio médico de ASAM: Los especialistas en adicciones son médicos y psiquiatras especializados en adicciones que cuentan con una certificación de subespecialidad en medicina de adicciones. Para encontrar un médico de ASAM, consulte el Directorio de Médicos de ASAM en:

<https://my.asam.org/membership/physicianSearch>

Evaluación de las necesidades de tratamiento de la adicción: Cada persona tiene necesidades diferentes en cuanto al tratamiento de adicciones. Al comenzar con el nivel de atención adecuado, puede aumentar considerablemente las probabilidades de éxito. Realice la evaluación de necesidades gratuita en:

<https://www.treatmentconnection.com/assessment>

- **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Prevención de sobredosis**

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades financian investigaciones nacionales y se especializan en educación para la salud, recursos y concientización. Algunos medicamentos, como los opioides recetados, pueden ayudar a aliviar el dolor a corto plazo, pero también conllevan riesgos graves y posibles complicaciones, por lo que deben recetarse y usarse con precaución. Los CDC destacan que las mejores maneras de prevenir las muertes por sobredosis de opioides son mejorar la prescripción de opioides, reducir la exposición a ellos, prevenir el uso indebido y tratar el trastorno por consumo de opioides.

Centro de educación y aprendizaje para la prevención de sobredosis La División de Prevención de Sobredosis de los CDC trabaja para reducir las muertes por sobredosis y los daños relacionados mediante la creación y difusión de materiales y recursos de prevención de sobredosis en todo el país. Estos recursos se pueden encontrar en: <https://www.cdc.gov/prevencion-de-sobredosis/recursos-de-comunicacion/centro-de-recursos.html>

Tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias (SUD): Para obtener más información sobre qué son los SUD y las mejores prácticas de tratamiento, visite: <https://www.cdc.gov/prevencion-de-sobredosis/tratamiento/index.html>

Recursos para la prevención de sobredosis: Acceda a recursos sobre la importancia de la prevención de sobredosis y manténgase actualizado con las noticias de la División de Prevención de Sobredosis. <https://www.cdc.gov/prevencion-de-sobredosis/recursos-de-comunicacion/index.html>

Términos de uso común en referencia a opioides y sobredosis de drogas: <https://www.cdc.gov/prevencion-de-sobredosis/glosario/index.html>

- **Detox.com** - <https://www.detox.com/>

Detox.com es un directorio de centros de tratamiento acreditados a nivel nacional que ofrecen programas de desintoxicación para la adicción al alcohol y las drogas. En nuestro sitio, también compartimos artículos informativos sobre el abuso de sustancias y la desintoxicación, así como historias inspiradoras de recuperación. Para encontrar centros de desintoxicación en su zona,

Llama al 800-996-6135 | Visita <https://www.detox.com/listings/>

Centros de desintoxicación de Dallas: En Dallas hay 18 centros de desintoxicación para pacientes hospitalizados, 21 para pacientes ambulatorios y 3 con asistencia médica. Explore las opciones de tratamiento para la adicción al alcohol, los opiáceos o los medicamentos recetados y comience su recuperación hoy mismo.

<https://www.detox.com/texas/dallas/>

Información sobre el TEPT y la adicción: Cómo reconocer los signos y encontrar el tratamiento adecuado

<https://www.detox.com/ptsd>

- **Encontrar servicios de tratamiento por consumo de sustancias**

Hay varias formas de encontrar servicios de tratamiento por consumo de sustancias para adultos, como por ejemplo contactando directamente al programa de consumo de sustancias, a su oficina local de extensión, detección, evaluación y derivación (OSAR), a la autoridad local de salud mental o a la autoridad local de salud conductual.

Salud y Servicios Humanos - Ubicaciones de servicios por consumo de sustancias:<https://txdshsea.maps.arcgis.com/apps/instant/nearby/index.html?appid=bc7fa0d73d6049acaf5e7c98e5497fc4&sliderDistance=10>

Búsqueda de proveedores de servicios de extensión, detección, evaluación y derivación (OSAR):<https://www.hhs.texas.gov/services/mental-health-substance-use/mental-health-substance-use-resources/outreach-screening-assessment-referral>

Autoridad local de salud mental o salud conductual:<https://www.hhs.texas.gov/services/mental-health-substance-use/adult-substance-use-services>

- **Narcóticos Anónimos (NA)-**<https://na.org/>

Narcóticos Anónimos es una organización global y comunitaria con una membresía multilingüe y multicultural. Los miembros de NA celebran cerca de 76,000 reuniones semanales en 143 países. Ofrecemos recuperación de los efectos de la adicción mediante un programa de doce pasos, que incluye la asistencia regular a las reuniones grupales.

Encuentra una reunión: Las reuniones de NA pueden ser presenciales o virtuales. Para encontrar reuniones presenciales de NA cerca de ti, selecciona "Buscar NA cerca de ti" a continuación para encontrar la comunidad de NA más cercana y obtener información actualizada y precisa sobre las reuniones. Para reuniones en línea, selecciona "Buscador de reuniones virtuales". Visita el enlace a continuación para comenzar:

<https://na.org/meetingsearch/>

Reuniones en Dallas: Actualmente hay 63 grupos en el área de Dalla, que ofrecen un total de 287 reuniones semanales. Siga el enlace a continuación para obtener más información:

<https://dallasareana.org/reuniones/>

- **Grupos familiares de Nar-Anon -** <https://www.nar-anon.org/>

Los Grupos Familiares Nar-Anon están dirigidos principalmente a quienes conocen o han conocido la desesperación por la adicción de alguien muy cercano. Los Grupos Familiares Nar-Anon son una comunidad mundial para personas afectadas por la adicción de otra persona. Como programa de doce pasos, ofrecemos nuestra ayuda compartiendo nuestra experiencia, fortaleza y esperanza. Encuentre una reunión hoy mismo en:

<https://www.nar-anon.org/encuentra-una-reunion>

Recursos de refugio/vivienda

- **Recursos seleccionados del Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Dallas (DCHHS)**

-<https://www.dallascounty.org/departments/dchhs/>

El DCHHS es un departamento de salud pública acreditado a nivel nacional, responsable de brindar servicios sociales y de salud que protegen la salud y el bienestar de más de 2.6 millones de personas que viven en el condado de Dallas. La misión del DCHHS es optimizar y proteger la salud y el bienestar de todos los residentes del condado de Dallas y apoyar el logro de mejores resultados de salud para todos.

Lista de recursos comunitarios del condado de Dallas(última actualización

2025):<https://www.dallascounty.org/Assets/uploads/docs/hhs/human-services/DCHHS-Social-Services-Complete-Resources-List-as-of-03.2025.pdf>

Lista de referencias comunitarias del condado de

Dallas:<https://www.dallascounty.org/Assets/uploads/docs/hhs/ehap/English-DALLAS-COUNTY-COMMUNITY-REFERRAL-LIST.pdf>

La información proporcionada en las listas de recursos anteriores se proporciona de buena fe, pero no podemos garantizar su exactitud ni respaldar ni recomendar ningún proveedor de servicios específico. Para obtener más información sobre sus programas, servicios y requisitos, comuníquese directamente con los proveedores o llame al 2-1-1 (www.211texas.org) para obtener más referencias.

- **Programa de Vivienda Colaborativa para Comunidades Saludables (Condados de Hunt y Navarro)** -<https://ntbha.org/nuestros-recursos/>

Healthy Community Collaborative es un programa de subvenciones financiado por el estado proporcionado a través de la Autoridad de Salud Conductual del Norte de Texas (NTBHA) que brinda asistencia a personas con trastornos de salud mental y/o uso de sustancias que residen en Caza en los condados de Navarra. Los servicios prestados incluyen:

- Refugio de emergencia, asistencia para el alquiler, pago de servicios públicos, desvío de vivienda, muebles, depósitos

Para contactar:

Correo electrónico Coordinadores de atención de SouthandEast@ntbha.org | Llama al (469) 780-9159

- **Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos (HUD)** -www.hud.gov

HUD es la oficina gubernamental que ofrece información sobre vivienda pública, compra de vivienda, alquiler, discriminación, vivienda relacionada con FEMA y más. HUD también proporciona una lista de asesores de vivienda, así como información sobre cómo evitar la ejecución hipotecaria. Para encontrar

su oficina local de HUD, haga clic en la pestaña "Información del Estado" en la barra superior, luego en su estado y luego en "Contactar con mi oficina local". Si desea información sobre vivienda pública, visite aquí: https://www.hud.gov/program_offices/public_indian_housing/pha/contacts y seleccione su estado en el menú desplegable. Para más información,

Llama al 202-708-1112 o al 202-708-1455

- **Opciones de refugio en el condado de Dallas**

Refugios Proporcionan alojamiento temporal y seguro a personas y familias que sufren de falta de vivienda, violencia doméstica u otras crisis. Suelen cubrir necesidades básicas como alojamiento, comidas y acceso a servicios de apoyo, a la vez que facilitan el acceso a vivienda y recursos a largo plazo.

*En los gráficos de la página siguiente se encuentran las opciones para **Opciones de refugio en el área del condado de Dallas** Para obtener más información sobre la admisión o el refugio en sí, Por favor llame utilizando los números de teléfono proporcionados.*

Refugio para hombres			
Nombre de la organización	DIRECCIÓN	Número de teléfono	Correo electrónico o sitio web
El puente	1818 Corsicana St., Dallas, TX 75201	214-670-1124	https://www.bridgehrc.org/refugio-nocturno
Centro de la calle Austin	1717 Jeffries St., Dallas, TX 75226	214-428-4242	https://austinstreet.org/obtener-ayuda/
Ejército de Salvación	5302 Harry Hines Blvd., Dallas, TX 75235	214-424-7000	https://www.salvationarmyusa.org/usn/proveer-refugio/

Refugio para hombres

Fundación Dallas Life	1100 Cadiz, Dallas, Tx 75215	214-421-1380	https://dallaslife.org/servicios/comidas-refugio/
Misión del Evangelio de la Unión	3211 Irving Blvd, Dallas, TX 75247	214-637-6117	https://ugmdallas.org/refugio-y-vivienda-para-mujeres-y-ninos/
Barracón	1818 S. Ervay St., Dallas, TX 75215	214-426-5515	

Refugio para mujeres

Nombre de la organización	DIRECCIÓN	Número de teléfono	Correo electrónico o sitio web
Centro de Esperanza de la Misión Evangélica de la Unión	4815 Cass St., Dallas, TX 75235	214-638-2988	https://ugmdallas.org/refugio-y-vivienda-para-mujeres-y-ninos/

Refugio para mujeres

El puente	1818 Corsicana St., Dallas, TX 75201	214-670-1124	https://www.bridgehrc.org/refugio-nocturno
Fundación Dallas Life	1100 Cadiz, Dallas, Tx 75215	214-421-1380	https://dallaslife.org/servicios/comidas-refugio/
Centro de la calle Austin	2929 Hickory St., Dallas, TX 75215	214-421-1380	https://austinstreet.org/obtener-ayuda/

Viviendas de transición y de vida sobria

Nombre de la organización	DIRECCIÓN	Número de teléfono	Correo electrónico o sitio web

Arca de seguridad	3230 Alta Mesa, Dallas, Tx 75241	469-556-2893	
Un mañana más brillante	928 Bluebird, Irving, Texas 75061	972-254-4003	
Coalición Interreligiosa de Vivienda	5612 Ross Ave, Dallas, Texas 75206	214-827-7220	
Casa Oxford		214-706-2943	www.texasoxfordhouses.org/Dallas
El lugar de nuestro amigo	2501 Oak Lawn Ave., Suite 500, Dallas, TX 75219	214-520-6268	
Fe HUMA		214-229-9179	

Camino de regreso a casa	899 N. Stemmons Freeway, Dallas, TX 75207	214-742-1971	
Crisis de la vivienda	4210 Junius St., Dallas, TX 75246	214-221-0037	

Entornos de vida de vivienda y recuperación

Nombre y sitio web de la organización	DIRECCIÓN	Número de teléfono	Tipo de organización
Plaza de la ciudad https://www.citysquare.org/	1610 S Malcolm X Blvd, Dallas, TX 75226	214-823-8710	Centro de distribución de alimentos/Banco de alimentos
El puente https://www.bridgehrc.org/	1818 Corsicana St, Dallas, TX 75201	214-670-1507	Centro de recuperación para personas sin hogar en el condado de Dallas

<p>Casa Oxford</p> <p>https://www.oxfordhousetx.org/</p>	<p>5406 Gaston Ave, Dallas, TX 75214</p>	<p>469-730-2947</p>	<p>Hogares de recuperación de adicciones autogestionados y autosuficientes</p>
<p>Puerto del alma</p> <p>https://www.soulsharbordallas.org/</p>	<p>13134 Nile Dr, Dallas, TX 75253</p>	<p>972-286-1940</p>	<p>Una comunidad de recuperación para hombres sin hogar</p>
<p>Autoridad de Vivienda de Dallas</p> <p>https://dhantx.com/</p>	<p>3939 N Hampton Rd, Dallas, TX 75212</p>	<p>214-951-8300</p>	<p>PROPORCIONAR VIVIENDAS DE CALIDAD ASEQUIBLES Y ACCESO A RECURSOS DE APOYO EN TODO EL NORTE DE TEXAS</p>
<p>Club 24 horas</p> <p>https://www.dallas24hourclub.org/</p>	<p>4636 Ross Ave, Dallas, TX 75204</p>	<p>214-823-3200</p>	<p>Servicio para personas sin hogar en Dallas</p>
<p>Ejército de Salvación</p>	<p>5554 Harry Hines Blvd. Dallas, TX 75235</p>	<p>214-630-5611</p>	<p>Tienda Familiar y Centro de Rehabilitación para Adultos</p>

<p>Homebase para Vivienda</p> <p>(http://homebaseforhousing.org)</p>	<p>4054 McKinney Ave, Dallas, TX 75204</p>	<p>214-520 -6308, ext. 340</p>	<p>Asistencia transicional y de emergencia basada en la fe (transporte, alojamiento, referencias). SOLO HOMBRES</p>
<p>Servicios familiares interreligiosos</p>	<p>1651 Matilda St, Dallas, TX 75206</p>	<p>214-827 -7220</p>	<p>Asistencia transicional y de emergencia basada en la fe (transporte, alojamiento, derivaciones). SOLO PARA MUJERES – parte de Daniel's Den</p>
<p>La guarida de Daniel (condado de Ellis) y la casa del samaritano</p>	<p>507 W Jefferson St, Waxahachie, TX 75165</p>	<p>972-938 -0103</p>	<p>Vivienda provisional basada en la fe para los ciudadanos de Ennis; habilidades para la vida, capacitación.</p>
<p>A-Cross (Condado de Ellis)</p>	<p>505 S Sherman St, Ennis, TX 75119</p>	<p>972-872 -9828</p>	<p>Proporciona vivienda provisional a personas y familias locales que se encuentran sin hogar o al borde de quedarse sin hogar debido a una crisis.</p>
<p>Programas de quema de árboles</p>	<p>5445 La Sierra Dr #204. Dallas, TX 75230</p>	<p>972-632 -7374 y 877-883 -3375</p>	<p>Centro de tratamiento de adicciones en Dallas</p>

Ayudando a abrir los ojos de las personas, C ^a	100 N Main St #631, Corsicana, TX 75110	903-872 -8101	Mujeres embarazadas y no embarazadas 18 años o más Puede tener hijos hasta 6 años.
Casa de Recuperación Rosewood, Inc.	9 Renrick Drive, Greenville, TX 29609	844-942 -3185	Asistencia transicional y de emergencia basada en la fe (transporte, alojamiento, referencias). SOLO HOMBRES
Casa segura de Bridges	800 W Belt Line Rd, Cedar Hill, TX 75104	469-272 -4441	Asistencia transicional y de emergencia basada en la fe (transporte, alojamiento, derivaciones). SOLO PARA MUJERES – a parte de la guarida de Daniel

Recursos de transporte

- **Programa de tarifa reducida para discapacitados del sistema de tránsito rápido del área de Dallas**

Los Servicios de Paratransito de DART ofrecen transporte público de puerta a puerta para personas con discapacidad que no pueden usar los servicios de autobús o tren de DART. También ofrecen capacitación para personas que cumplen con los requisitos de la ADA y que pueden usar los servicios de autobús o tren. Para contactar:

Llama al 214-515-7272

- **Clientes de Medicaid que no tienen otro medio de transporte**

El Programa de Transporte Médico (MTP) del Departamento de Salud de Texas está disponible. Para solicitar servicios de transporte médico:

Llama al 1-800-762-6917

- **Mi viaje Dallas** - www.myridedallas.org

My Ride Dallas puede conectar a los residentes del área de Dallas con diversas opciones de transporte accesible. Usar los servicios de My Ride Dallas es gratuito. Por favor, pregunte si las opciones de transporte tienen costo. Ayudamos a los adultos mayores, las personas con discapacidad y la población en general a comprender el transporte disponible en el condado de Dallas. MyRide Dallas también ha creado una coalición de agencias, proveedores de transporte, miembros de la comunidad, personas mayores y personas con discapacidad dedicada a mejorar las opciones de transporte en el condado de Dallas. Para más información, por favor:

Llama al 972-855-8084 | Correo electrónico ccravens@respectthetech.tech

- **Transicare** - <https://www.transicare.com/>

Transicare comenzó como una empresa de transporte tras reconocer que los pacientes con problemas de salud mental corrían el riesgo de quedar excluidos entre los distintos niveles de atención. Transicare se esfuerza por crear servicios de transporte especializados que satisfagan las necesidades de las personas y, a la vez, ofrezcan una alternativa segura y económica al transporte en ambulancia o para agentes del orden público. Las tarifas comienzan en \$75 y se basan en el kilometraje, además de recargos por necesidades involuntarias y de contención.

tetrapléjico y parapléjico Recursos

- **Red Nacional ADA** - <https://adata.org/>

La Red Nacional de la ADA proporciona información, orientación y capacitación sobre cómo implementar la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA) para apoyar la misión de la ADA de garantizar la igualdad de oportunidades, la participación plena, la vida independiente y la autosuficiencia económica de las personas con discapacidad. Los especialistas en la ADA ayudan a las familias a abordar preguntas complejas sobre una amplia gama de temas relacionados con la ADA, como adaptaciones razonables en el trabajo, códigos de construcción para nuevos proyectos, vivienda accesible y la transición de la escuela al trabajo. Los especialistas en la ADA también atienden preguntas sobre otras leyes de discapacidad, como la Ley de Vivienda Justa, la Ley de Educación para Personas con Discapacidades y la Ley de Rehabilitación. Para obtener más información, comuníquese con:

Llama al 1-800-949-4232 | Para enviar una pregunta https://adata.org/correo_electronico

- **Asociación Estadounidense del Dolor Crónico** - <https://www.acpanow.com/>

La ACPA es una organización sin fines de lucro, 501(c)(3), cuya misión es brindar apoyo entre pares, educación, esperanza y motivación a personas que viven con dolor y a quienes las tratan. Nos esforzamos por concientizar a la comunidad médica, a los legisladores y al público en general sobre los problemas de vivir con dolor físico y emocional. Nuestra visión es motivar a quienes padecen dolor a

buscar atención médica de calidad, optimizar las visitas a los consultorios médicos y prevenir enfermedades crónicas.

Recursos descargables de la ACPA: Estos recursos de la ACPA pueden ser una herramienta importante para que las personas comuniquen su(s) condición(es) de dolor durante las consultas médicas. Recursos disponibles en: <https://www.acpanow.com/pdf-resources.html#/>

Guía de recursos de ACPA y Stanford para el manejo del dolor crónico: La ACPA cree que las personas con dolor crónico se benefician de estar bien informadas sobre sus medicamentos. Este conocimiento puede aliviar los temores que pueden interferir con el aprovechamiento máximo de los medicamentos. La Guía de Recursos de la ACPA para el Manejo del Dolor Crónico no pretende servir como consejo médico para su afección ni para sus necesidades de medicación. Recuerde que la mejor fuente de información sobre su salud y sus necesidades de medicación es un diálogo abierto con su médico tratante. Para acceder a la Guía Integrada de Terapias Integrales para el Dolor, visite: https://www.acpanow.com/uploads/9/9/8/3/99838302/acpa_stanford_resource_guide_2024.pdf

- **Sociedad Americana de Trauma –**<https://www.amtrauma.org/default.aspx>

Durante más de 55 años, la Sociedad Americana del Trauma (ATS) ha trabajado para reducir las consecuencias del trauma mediante el fortalecimiento de todos los componentes del sistema de atención. Sabemos que la supervivencia y la recuperación dependen de mucho más que el simple tratamiento médico. Requieren sólidas iniciativas de prevención, sistemas de atención coordinados y apoyo a largo plazo para los sobrevivientes y sus familias. Nuestra misión se basa en la educación, la defensa, la infraestructura y el empoderamiento que, en conjunto, salvan vidas y reconstruyen el futuro. La ATS aborda el trauma antes, durante y después de una lesión. Esto significa prevenir las lesiones antes de que ocurran, garantizar un tratamiento de la más alta calidad cuando ocurren y brindar el apoyo a largo plazo que los sobrevivientes necesitan para reconstruir sus vidas.

Llama al 800-556-7890 o al 703-538-3544 | Correo electrónico info@amtrauma.org

Red de Sobrevivientes de Traumas (TSN) - <https://www.traumasurvivorsnetwork.org/> La Red de Sobrevivientes de Trauma (TSN), creada por la Sociedad Americana de Trauma, tiene como objetivo apoyar a los pacientes con trauma y a sus familias durante sus estancias hospitalarias y facilitar su recuperación. TSN ofrece información práctica, apoyo entre pares y recursos para el desarrollo de habilidades. En colaboración con centros de trauma, TSN fomenta comunidades en línea y ofrece capacitación a profesionales de la salud. Para encontrar grupos de apoyo para sobrevivientes de lesiones, visite:

https://www.traumasurvivorsnetwork.org/grupos_de_apoyo_para_sobrevivientes_de_lesiones/

Sabías...? El Centro Médico Metodista de Dallas (MDMC) tiene un Centro TSN!

Centro TSN del MDMC Nos esforzamos por brindar a cada paciente y familiar atención compasiva y apoyo en momentos difíciles. El Centro Médico Metodista de Dallas es un centro de traumatología de nivel I, con un departamento de urgencias de 59 camas y un hospital de 556. A través de nuestra Red de Sobrevivientes de Trauma, buscamos brindar servicios de apoyo tanto a pacientes como a familiares que, de otro modo, no estarían disponibles ni incluidos durante una hospitalización traumática. Visite nuestro sitio web a continuación para obtener más información:

<https://www.traumasurvivorsnetwork.org/centros-de-trauma-142/>

- **Ley de Estadounidenses con Discapacidades –www.ada.gov**

El sitio web de la ADA ofrece información y asistencia técnica sobre la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA). Desde respuestas a preguntas frecuentes hasta documentos legales oficiales, ADA.gov tiene todo lo que necesita para comprender sus derechos y responsabilidades bajo la ADA. Aquí encontrará información básica para comprender las áreas que cubre la ADA, orientación más detallada sobre algunos temas de la ADA y documentos legales que son exigibles ante un tribunal. Para más información:

De lunes a viernes, llame al 800-514-0301 o al 1-833-610-1264 | Correo electrónico Disability.Outreach@usdoj.gov

- **Programa de Apoyo a Pares y Familias (PFSP) de la Fundación Christopher y Dana Reeve**
-<https://www.christopherreeve.org/todays-care/get-support/get-a-peer-mentor/>

El Programa de Apoyo entre Pares y Familias (PFSP) es el programa nacional de mentoría entre pares de la Fundación Reeve. El objetivo del PFSP es brindar apoyo emocional fundamental, así como información y recursos locales y nacionales a personas con parálisis, sus familias y cuidadores. Siempre que es posible, el programa conecta a personas con parálisis con mentores certificados de edad, ubicación, género y nivel de lesión o tipo de condición paralizante similares. Para más información.

Llama al 800-539-7309 | Correo electrónico Peer@Reeve.org

- **Salud Administración de Recursos y Servicios (HRSA): Encuentre un centro de salud** -<http://findahealthcenter.hrsa.gov/>

Los Centros de Salud de HRSA le atienden; incluso si no tiene seguro médico, usted paga lo que pueda según sus ingresos. Los centros de salud ofrecen servicios que incluyen chequeos médicos cuando se encuentra bien, tratamiento médico cuando está enfermo, atención integral durante el embarazo y vacunas y chequeos médicos para sus hijos. Algunos centros de salud también ofrecen servicios de salud mental, abuso de sustancias, salud bucal y/o visión. Comuníquese directamente con el centro de salud para confirmar la disponibilidad de servicios específicos y programar una cita.

Recursos para amputados

- **AMPOWER –<https://hangerclinic.com/pacientes/apoyo-emocional/>**

La misión de AMPOWER es empoderar y fortalecer a las personas afectadas por amputaciones o diferencias en las extremidades mediante la mentoría entre pares, la educación y el trabajo en

comunidad. Consiste en una red nacional de mentores entre pares capacitados que se han recuperado y rehabilitado con éxito tras una amputación y desean compartir sus experiencias personales con usted.

Solicitar una visita de pares Los mentores de AMPOWER pueden conectar con usted y sus seres queridos en persona, por teléfono o en línea. Pueden ayudar a: (1) Responder a diversas preguntas básicas sobre el proceso de recuperación, el uso de prótesis y las preocupaciones de la vida diaria. (2) Brindar apoyo emocional, con una comprensión directa del proceso de duelo. (3) Compartir información y recursos. Para solicitar una visita de un mentor, complete este formulario:

<https://fs24.formsite.com/hangerforms/m5cndodwj5/index.html>

- **Coalición de Amputados –www.amputee-coalition.org**

La Coalición de Amputados es la principal organización nacional dedicada a mejorar la calidad de vida de las personas con pérdida o diferencia de extremidades. Mediante la defensa, la educación y el apoyo mutuo, ayudamos a las personas y a sus familias a construir una base sólida para un futuro mejor.

Solicitar una visita de pares: El Programa de Visitantes Pares Certificados de la Coalición de Amputados le ofrece la oportunidad de conectar con alguien que realmente lo comprende. Nuestros visitantes pares certificados son voluntarios capacitados, dispuestos a escuchar, compartir sus propias experiencias y ayudarle a sentirse apoyado en cada paso del camino. Ya sea que se enfrente a una amputación reciente, esté considerando una o se esté adaptando a la vida con una diferencia en las extremidades, estamos aquí para ayudarle. Complete el formulario de Solicitud de Visita Par a continuación para contactar con un CPV hoy

mismo: <https://acsupport.amputee-coalition.org/acton/media/46977/psr>

Llama al 888/267-5669 | Correo electrónico peersupport@amputee-coalition.org

Únase a la Comunidad de la Coalición de Amputados: Forma parte de un poderoso movimiento que empodera a personas con pérdida y diferencia de extremidades. Mantente informado, inspirado y conectado, todo sin costo alguno. Para unirlo, sigue este enlace: <https://acsupport.amputee-coalition.org/acton/media/46977/join>

Recursos comunitarios del condado de Dallas: Para encontrar recursos específicos para amputados en Dallas, visite: https://nllrc.amputee-coalition.org/resources?search%5Bfilter_by%5D=&search%5Bquery%5D=dallas&search%5Bradius%5D=100

Conexión de CA: Si ya está registrado en la Coalición de Amputados, puede iniciar sesión y activar su perfil de AC Connect hoy mismo. AC Connect es el principal espacio virtual para conectar a la comunidad de personas con pérdida y diferencias en las extremidades. AC Connect se centra en usted. Es su lugar para aprender continuamente, desarrollar un sentido de pertenencia y ganar visibilidad. Siga este enlace para más información: <https://community.amputee-coalition.org/home>

Comprender la pérdida de extremidades y las diferencias en las extremidades La misión de la Coalición de Amputados es ayudar a las personas afectadas por la pérdida de extremidades y empoderarlas para que alcancen su máximo potencial mediante la educación, el apoyo y la defensa, así como para promover la prevención de la pérdida de extremidades. Recursos e información para niños,

adultos y familias. Para más información, visite: <https://www.amputee-coalition.org/resources/understand-limb-loss>

- **Oficina de Política de Empleo para Personas con Discapacidad:**
–<https://www.dol.gov/agencies/odep>

La Oficina de Políticas de Empleo para Discapacitados (ODEP) es la única agencia federal no reguladora que promueve políticas y coordina con empleadores y todos los niveles de gobierno para aumentar el éxito en el lugar de trabajo de las personas con discapacidades.

Información sobre adaptaciones en el lugar de trabajo: Según el Título I de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA), una adaptación razonable es una modificación o ajuste a un puesto de trabajo, al entorno laboral o a la forma habitual de hacer las cosas durante el proceso de contratación. Según las directrices de la ADA, este sitio web detalla y proporciona recursos de información sobre adaptaciones laborales: <https://www.dol.gov/agencies/odep/program-areas/employers/accommodations>

Recursos sobre lesiones cerebrales

- **Asociación Estadounidense de Lesiones Cerebrales**
–<https://www.biausa.org/>

La Asociación Estadounidense de Lesiones Cerebrales (BIAA) trabaja para promover la concientización, la investigación, el tratamiento y la educación para mejorar la calidad de vida de adultos y niños afectados por lesiones cerebrales. La BIAA se dedica a ampliar el acceso a atención médica de calidad y a fomentar la concientización y la comprensión de las lesiones cerebrales. Cuenta con una red de afiliados estatales, delegaciones locales y grupos de apoyo.

Centro de recursos: Vea, transmita y descargue recursos, videos, materiales de concientización y más sobre lesiones cerebrales. Algunas opciones aplicables:

- Vivir con una lesión cerebral: [https://biausa.org/public-affairs/media?category\[\]=Vivir con una lesión cerebral](https://biausa.org/public-affairs/media?category[]=Vivir con una lesión cerebral)
- Ser cuidador: [https://biausa.org/public-affairs/media?category\[\]=Ser%20un%20Cuidador](https://biausa.org/public-affairs/media?category[]=Ser%20un%20Cuidador)

Para obtener información sobre lesiones cerebrales únicamente, llame al 1-800-444-6443

- **Línea cerebral** –<https://www.brainline.org/>

BrainLine ofrece educación y recursos sobre lesiones cerebrales y TEPT para sobrevivientes adultos y pediátricos y sus familias. Se centra en el tratamiento y la recuperación de síntomas de TCE de moderados a graves en adultos y niños.

Llama al 703.998.2020 | Correo electrónico información@BrainLine.org

- **La esperanza sobrevive** –<https://hopesurvives.org/>

En Hope Survives, nos dedicamos a crear un futuro mejor para los sobrevivientes de lesiones cerebrales y sus familias. Nos esforzamos por abordar las necesidades mentales, emocionales y espirituales de quienes las han sufrido. Nuestro enfoque familiar reconoce que las lesiones cerebrales afectan a toda la familia, no solo al sobreviviente, y crea espacios donde cada miembro puede encontrar comprensión, fortaleza y esperanza. A través de la educación, la conexión y el apoyo incondicional, les recordamos a los sobrevivientes y a sus familias que la sanación es posible y que la esperanza realmente perdura.

Esperanza después de una lesión en la cabeza Grupo de apoyo para lesiones

cerebrales: Esperanza Después de una Lesión Cerebral es una comunidad en línea inspiradora que ofrece apoyo, conexión y recursos muy necesarios para sobrevivientes de lesiones cerebrales y sus familiares. A través de grupos de apoyo por Zoom y una presencia activa en línea, conectamos con los sobrevivientes donde se encuentran: ofreciéndoles esperanza, compasión y comprensión. Encuentre más información e inscríbase aquí: <https://hopesurvives.org/hopeafterheadinjury>

- **Centro de Traducción del Conocimiento de Sistemas Modelo (MSKTC)**-<https://msktc.org/>

El Centro de Traducción de Conocimientos de los Sistemas Modelo (MSKTC) es un centro nacional operado por los Institutos Americanos de Investigación® (AIR®). El MSKTC colabora con investigadores de los Sistemas Modelo para traducir información de salud a un lenguaje y formatos fáciles de entender para las personas con lesión medular (LM), lesión cerebral traumática (LCT) y quemaduras, así como para quienes las apoyan. El centro realiza investigaciones sobre traducción de conocimientos, brinda apoyo a los beneficiarios de los Sistemas Modelo y desarrolla y difunde recursos gratuitos basados en la investigación para ayudar a mejorar los resultados de rehabilitación y la calidad de vida de las personas con LME, LCT y quemaduras. Estos materiales basados en la evidencia están disponibles en diversos formatos, como documentos PDF imprimibles, videos y presentaciones.

- **Sociedad de Cuidados Neurocríticos** –<https://www.neurocriticalcare.org/>

La Neurocritical Care Society (NCS) se enorgullece de ser la única sociedad profesional que representa a equipos multidisciplinarios de proveedores de cuidados neurocríticos de todo el mundo cuya misión es mejorar los resultados de los pacientes con enfermedades neurológicas potencialmente mortales.

Recursos y publicaciones: Desde publicaciones científicas revisadas por pares hasta un flujo constante de contenido en línea, incluyendo libros, podcasts, guías y más, la Sociedad de Cuidados Neurocríticos ofrece una variedad de recursos y publicaciones para profesionales de cuidados neurocríticos, pacientes y familias. Para consultar los recursos, siga este enlace: <https://www.neurocriticalcare.org/Recursos-Publicaciones/Recursos-Publicaciones>

Recursos para lesiones de la médula espinal

- **Columna vertebral** -<https://www.backbonesonline.org/>

BACKBONES existe para ayudar a las personas con lesiones o enfermedades de la médula espinal (LME) y a sus familias a conectar con sus comunidades. Lo logramos mediante la creación de eventos y

experiencias que promueven la concienciación e involucran a personas de todas las capacidades. Para más información.

Envíe un correo electrónico a info@backbonesonline.com o llámenos al 224-424-3475.

- **Instituto de Rehabilitación Baylor Scott & White: Dallas**
-<https://www.bswrehab.com/condiciones-y-servicios/rehabilitacion-de-la-medula-espinal/>

El Instituto de Rehabilitación Baylor Scott & White de Dallas está designado como Sistema Modelo para el tratamiento y la investigación de lesiones medulares. Su Programa de Especialización en Lesiones Medulares es altamente especializado y está diseñado para satisfacer las necesidades físicas y funcionales únicas de cada persona tras sufrir una LME. Para más información, visite:

Dirección: 909 N Washington Ave. Dallas, TX 75246 | Llama al 214-820-9300

- **Enfrentando la Discapacidad**-<https://facingdisability.com/resources>

FacingDisability presenta información actual sobre las lesiones de la médula espinal que se ha desarrollado trabajando con expertos médicos de los principales hospitales, universidades e instituciones de rehabilitación. 600 de los recursos más importantes sobre parálisis y lesiones medulares en internet. Seleccionados especialmente para personas con parálisis, diseñados para ayudarte a encontrar lo que necesitas.

- **SpinalCord.com: Grupos de apoyo en Texas**
-<https://www.spinalcord.com/sci-support-groups/texas>

SpinalCord.com es un recurso para sobrevivientes de lesiones de médula espinal y sus familias. Ofrecemos información sobre la anatomía de una lesión de médula espinal, información de contacto de médicos y centros de tratamiento, un directorio de grupos de apoyo en todo el país, podcasts sobre temas críticos, un blog que cubre prácticamente cualquier tema imaginable y mucho más.

- **Clínica NeuroKinetix**-<https://neurokinetixclinic.com/>

NeuroKinetix es una clínica médica con base científica especializada en atención neurológica innovadora y el desempeño para diversos diagnósticos neurológicos, como accidentes cerebrovasculares, lesiones cerebrales, conmociones cerebrales, enfermedad de Parkinson, esclerosis múltiple, lesiones de la médula espinal, neuropatía periférica y otros. Visite:

Dirección: 6913 Camp Bowie, Suite 177. Fort Worth, TX 76116 | Llamar al 682-267-9550

- **Fundación de Asistencia Neurológica (NAF)**-<https://www.neuroassistance.org/inicio>

La Fundación de Asistencia Neurológica (NAF) es una organización sin fines de lucro dedicada a ayudar a personas con lesiones de médula espinal y discapacidades a lograr la autosuficiencia y la movilidad mediante vehículos de asistencia, equipos, tecnología y modificaciones en el hogar. NAF presta servicios

en 108 condados de Texas, incluyendo las áreas metropolitanas de Dallas/Fort Worth, el área metropolitana de Houston y Austin. Para contactarnos, suscríbase a su lista de correo electrónico en:

<https://www.neuroassistance.org/contacto/correo-electronico>

- **Asociación Unida de la Columna Vertebral** –<https://unitedspinal.org>

La Asociación Unida de la Columna Vertebral se dedica a mejorar la calidad de vida de todas las personas que viven con lesiones y trastornos de la médula espinal (LME/D), incluyendo a los veteranos, y a brindar apoyo e información a sus seres queridos, cuidadores y profesionales. Su objetivo es brindar a las personas con LME/D información sobre un estilo de vida activo, apoyo mutuo, defensa y servicios que maximicen su independencia y les permitan mantenerse activos en sus comunidades. Para hacerse miembro, complete este formulario:<https://unitedspinal.org/formulario-de-membresia/>

Capítulo del Norte de Texas de la Asociación Espinal Unida: La Asociación Unida de la Columna Vertebral, Capítulo del Norte de Texas, se dedica a convertirse en un centro de información para personas con lesiones de columna en el área del Norte de Texas. Trabajamos para reunir recursos locales, mejorar la independencia, conseguir empleo, fomentar la defensa de derechos y promover el crecimiento social. Para más información, contacte con:

Llama al 214-490-9595 | Correo electrónico info@northtexasusa.org | Sitio web <https://www.northtexasusa.org/>

Mochila para nueva lesión/nuevo comienzo Para la vida después de una lesión medular. La mayoría de las personas no están preparadas para los desafíos únicos de vivir con una nueva lesión o enfermedad medular. Por eso es vital brindarles a usted, a su familia y a sus cuidadores el apoyo adecuado lo antes posible. Además de la abundante información que contiene la mochila adaptable para sillas de ruedas (más de 30 artículos), recibirá acceso prioritario a nuestro equipo de consultores del Centro de Recursos para la Médula Espinal "Pregúntenos". Para obtener su mochila, visite este sitio web: <https://www.northtexasusa.org/nueva-lesion>

Recursos para sobrevivientes de la violencia armada

- **Fiscal General de Texas: Programa de Compensación a Víctimas de Delitos** –<https://www.texasattorneygeneral.gov/victimas-del-crimen/programa-de-compensacion-para-victimas-del-crimen>

El Programa de Compensación para Víctimas de Delitos (CVC) de la Fiscalía General de Texas ayuda a las víctimas y a sus familias cubriendo gastos como facturas médicas, terapia, pérdida de ingresos y más para facilitar su recuperación. Podría ser elegible para recibir ayuda con los gastos relacionados con un delito después de un delito violento. Para más información,

Llama al 512-936-1200, 800-983-9933 (sin cargo)

- **Asistencia a víctimas de delitos con discapacidad, Inc.** –www.dcvainc.org/

Una organización sin fines de lucro que ayuda a las víctimas de delitos que quedan discapacitadas como resultado de un delito, así como a quienes ya tienen una discapacidad y se convierten en víctimas de un delito. El DCVA se compromete a ayudar a las víctimas de delitos con discapacidad y a sus familias, y a promover la concienciación sobre sus necesidades específicas entre quienes atienden a las víctimas y a su comunidad. Visite:

Llama al 817-338-0220 | Correo electrónico dcva@sbcglobal.net

- **Sobrevivientes empoderados** -<https://survivorsempowered.org/>

Survivors Empowered es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) de renombre nacional que apoya y educa directamente a sobrevivientes de violencia con armas de fuego, incluyendo, en particular, a familiares y amigos de víctimas de disparos, así como a los propios sobrevivientes. Como Sandy y Lonnie aprendieron de primera mano, los familiares y amigos sobrevivientes necesitan mucha ayuda para sanar, empezando por gestionar el impacto inmediato. Los recursos incluyen:

- Kit de herramientas para sobrevivientes en coautoría con Gabby Giffords
- Recursos de terapia de trauma y cursos de atención plena.
- Se planean retiros de terapia móviles y la expansión del desarrollo y despliegue de equipos de respuesta rápida de la organización en todo Estados Unidos para 2024.

- **Directorio de recursos para víctimas de Texas**
-<https://ivss.tdcj.texas.gov/resource-search/?filter=¤tdatetime=2023-3-15%2013:44:17&cty=DALLAS&ct0=1&ct6=1&ct7=1&ct19=1&ct20=1>

El Directorio de Recursos para Víctimas de Texas es una recopilación de agencias gubernamentales y sin fines de lucro que brindan servicios gratuitos a víctimas de delitos en Texas. El directorio permite buscar por tipo de delito, servicios prestados, tipo de organización, ubicación geográfica o nombre de la organización. Puede ampliar o reducir su búsqueda según sus necesidades, pero tenga en cuenta que buscar por múltiples parámetros limitará el número de resultados. Los resultados están organizados por recursos locales y estatales.

- **El Directorio de Servicios para Víctimas de Delitos (el Directorio)**
-<https://ovc.ojp.gov/directorio-de-servicios-para-victimas-de-delitos>

Desde su lanzamiento en 2003, el Directorio de Servicios para Víctimas de Delitos (el Directorio) ha ayudado a muchas víctimas de delitos y proveedores de servicios a encontrar programas de servicios para víctimas de delitos que no sean de emergencia en Estados Unidos y en el extranjero. El Directorio incluye información de contacto de miles de proveedores de servicios para víctimas.

- **El Proyecto Rebeldes** -<https://www.therebelsproject.org/>

El Proyecto Rebeldes busca acoger, apoyar y conectar a sobrevivientes de tragedias y traumas masivos, creando un entorno seguro para compartir recursos y experiencias únicas, y brindar educación sobre los

diversos efectos del trauma masivo. El Proyecto Rebeldes fue creado por un grupo de sobrevivientes de Columbine tras el tiroteo en el cine de Aurora en 2012.

- **Centro de recursos VictimConnect** –<https://victimconnect.org/>

El Centro de Recursos VictimConnect es una línea de ayuda telefónica, por chat y por mensaje de texto, disponible de lunes a viernes, operada por el Centro Nacional para Víctimas del Delito. Los servicios están disponibles para todas las víctimas de delitos en Estados Unidos y sus territorios. Nuestros especialistas en asistencia a víctimas reciben capacitación y mentoría exhaustivas para brindar apoyo emocional, información y referencias que empoderan a los visitantes mientras enfrentan las consecuencias físicas, emocionales, legales y financieras del delito.

24/7, llame o envíe un mensaje de texto al 1-855-484-2846

Recursos geriátricos - Sobrevivientes de trauma

- **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC); Iniciativa STEADI** –<https://www.cdc.gov/steady>

La iniciativa STEADI (Detener accidentes, muertes y lesiones en personas mayores) de los CDC ofrece educación sobre prevención de caídas basada en evidencia para adultos mayores, cuidadores y proveedores de atención médica.

Lo que ofrece: Folletos fáciles de entender, listas de verificación y materiales educativos sobre factores de riesgo de caídas, manejo de enfermedades crónicas, visión, medicamentos y seguridad en el hogar. https://www.cdc.gov/steady/patient-resources/?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/steady/patient.html

- **Servicios para adultos mayores del condado de Dallas**
–<https://www.dallascounty.org/departments/dchhs/human-services/adult-svcs.php>

Los Servicios para Adultos Mayores del Condado de Dallas supervisan 18 centros para personas mayores en todo el condado que ofrecen actividades sociales, recreativas y de bienestar, comidas nutritivas gratuitas, servicios de transporte y programación de salud para adultos mayores de 60 años.

Ubicaciones de los centros para personas mayores: El Programa de Servicios para Adultos Mayores del DCHHS atiende a residentes de 60 años o más. Hay transporte disponible para los participantes del programa. ¡Comidas nutritivas diarias de lunes a viernes! Llame al (214) 819-1860 para más información. Visite este enlace para encontrar un centro para adultos mayores cerca de usted: <https://www.dallascounty.org/departments/dchhs/human-services/senior-centers.php>

- **Departamento de Parques y Recreación de Dallas; Servicios para Personas Mayores** –<https://www.dallasparks.org/453/Programas para personas mayores>

El Departamento de Parques y Recreación de Dallas opera centros para personas mayores en todo el condado de Dallas que brindan espacios seguros para que los adultos mayores participen en actividades físicas, conexiones sociales y educación sobre salud.

Los servicios incluyen: Clases de equilibrio y movilidad, ejercicios de bajo impacto, educación sobre el bienestar y programación social, todo lo cual apoya la prevención de caídas y la recuperación después de una lesión. <https://www.dallasparks.org/Instalaciones?clear=True&categoryId=29>

- **Comidas a domicilio a través de la Asociación de Enfermeras Visitantes**
– <https://www.vnatexas.org/nuestros-servicios/comidas-sobre-ruedas/>

VNA Meals on Wheels ofrece comidas calientes, nutritivas y recién preparadas cinco días a la semana a los residentes del condado de Dallas que no pueden obtener o preparar sus propias comidas debido a una enfermedad, edad avanzada o discapacidad. Estas comidas contribuyen a la salud y el bienestar general de las personas mayores participantes, incluyendo a quienes padecen enfermedades crónicas y personas mayores frágiles que no pueden salir de casa.

Cómo aplicar: Si usted o un ser querido desea solicitar comidas a través del programa de Comidas a Domicilio de VNA, complete el formulario de solicitud de Comidas a Domicilio de VNA y envíelo a VNA para iniciar el proceso. El formulario PDF se encuentra en este enlace: https://visitingnurseassociationoftexas-ubxua.formstack.com/forms/meals_on_wheels_referral_for_m_copy

Envíe el formulario PDF por fax (214) 631-7554 | Correo electrónico: getmeals@vnatexas.org

- **Consejo Nacional sobre el Envejecimiento (NCOA)** – <https://www.ncoa.org/>

El Consejo Nacional sobre el Envejecimiento es una organización sin fines de lucro de confianza dedicada a mejorar la salud y la seguridad económica de los adultos mayores en todo el país. Sus recursos se basan en la evidencia y están diseñados específicamente para adultos mayores y sus cuidadores.

Recursos para la prevención de caídas: Materiales educativos sobre riesgos de caídas, modificaciones de seguridad en el hogar, manejo de medicamentos y mejora de la fuerza y el equilibrio. <https://www.ncoa.org/envejecimiento-saludable/prevencion-de-caidas/>

- **Agencia del Área del Centro Norte de Texas sobre el Envejecimiento (NCTAAA)** – <https://www.nctcog.org/servicios-para-el-envejecimiento>

La Agencia del Área para el Envejecimiento del Condado de Dallas y los condados aledaños ofrece servicios para ayudar a los adultos mayores a mantener su independencia y seguridad. Sus programas se centran en la prevención de caídas, el manejo de enfermedades crónicas, la asesoría sobre beneficios, el transporte y los servicios de apoyo a domicilio.

Llama al 800-272-3921 | Correo electrónico: sross@nctcog.org

Programas de prevención de caídas y salud Clases basadas en evidencia como A Matter of Balance y Stepping On para reducir el riesgo de caídas y mejorar la confianza. <https://www.nctcog.org/Servicios-para-el-envejecimiento/Clases>

- **La Fuente Senior** - <https://theseniorsource.org/>

Desde 1961, la misión de The Senior Source ha sido mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en el área metropolitana de Dallas. Como organización sin fines de lucro, servimos como el recurso de referencia para todo lo que los adultos mayores puedan necesitar, incluyendo orientación financiera, asesoramiento sobre centros de atención a largo plazo o maneras de conectar con otros a través del voluntariado.

Programa de apoyo para cuidadores: reserve una consulta de atención ¿Se siente abrumado, no sabe por dónde empezar o simplemente necesita hablar sobre un desafío? Nuestro servicio de Consulta de Cuidado le ofrece una cita dedicada y confidencial de 30 minutos con un especialista en apoyo a cuidadores. Visite este enlace para reservar su cita: <https://calendly.com/d/4jh-s6r-v2h/consultas-de-atención-prueba-round-robin>

Recursos generales

- **2-1-1 Texas** - <https://www.211texas.org/>

2-1-1 es un servicio gratuito y confidencial de información y referencias que conecta a personas y familias con recursos locales en el condado de Dallas. Especialistas capacitados ayudan a quienes llaman a encontrar servicios relacionados con salud mental, tratamiento por abuso de sustancias, vivienda y albergues, asistencia alimentaria, atención médica, servicios públicos, apoyo para víctimas de violencia doméstica y más, conectando sus necesidades con los programas comunitarios disponibles.

24/7, llame al 2-1-1 o al 877-541-7905 | Para una búsqueda más específica, visite <https://www.211texas.org/busqueda-avanzada/>

- **Alianza de Cuidadores Familiares** - <https://www.caregiver.org/>

La Alianza de Cuidadores Familiares atiende las necesidades de familiares y amigos que brindan cuidados a largo plazo a sus seres queridos en el hogar. Ofrece apoyo, información y herramientas para gestionar las complejas exigencias del cuidado. Estas incluyen apoyo y recursos en línea, guías para encontrar servicios de apoyo por estado y el Centro Nacional para el Cuidado, que aúna investigación, políticas y prácticas para desarrollar programas rentables para cuidadores. Haga clic en el enlace para obtener más información sobre cómo la FCA podría ayudarle a usted o a su familia.

- **Centro Nacional de Ayuda LGBT** - <https://lgbthotline.org/>

Apoyo entre pares, atendido por miembros de la comunidad LGBTQIA+ capacitados e identificados, sin bots ni IA, para brindar: un espacio seguro, respeto a quienes buscan nuestra ayuda, aceptación y afirmación, escucha atenta, respuestas a preguntas objetivas y recursos a nivel local, nacional e internacional. Ofrecemos esto todos los días a través de nuestras líneas directas, programas de chat en línea, servicios de correo electrónico y bases de datos de recursos en línea de acceso público.

Línea directa nacional LGBT -888-843-4564 | Días laborables: 13:00 – 22:00 CT, sábados: 11:00 – 16:00 CT

- **Línea Nacional de Atención contra la Trata de Personas**
–<https://humantraffickinghotline.org/>

La trata de personas es un delito en el que los tratantes utilizan la fuerza, el fraude o la coerción para controlar a las víctimas con el fin de que participen en actos sexuales o servicios laborales contra su voluntad. Si usted o alguien que conoce es víctima de trata de personas, comuníquese con la Línea Nacional de Atención sobre Trata de Personas:

Llama al 1-888-373-7888 | TTY: 711 | Mensaje de texto* 233733

- **PRISM Salud del Norte de Texas - <https://www.phntx.org/>**

Prism Health North Texas ofrece atención médica asequible y de calidad a Dallas y sus alrededores, independientemente de su capacidad de pago. Como Centro de Salud Federalmente Calificado (CSF), ofrecemos una variedad de servicios de salud para satisfacer las crecientes necesidades de la comunidad, incluyendo atención médica primaria, salud femenina, atención pediátrica, pruebas y tratamiento del VIH/ITS, servicios de salud mental, atención dental y acceso a farmacias.

- **El Centro HELP para la Salud y el Bienestar LGBT -<https://helpcentertx.org/>**

De vanguardia, basado en la comunidad y en constante evolución, HELP tiene una trayectoria de veintisiete años de servicios de salud y educación, destinados a prevenir el SIDA/VIH y otras ETS a través de programas innovadores, integrales y accesibles, incluidos servicios de PrEP con todo incluido, la mejor herramienta disponible para nuestra comunidad para tomar el control de su estado de VIH, disponible para cualquier persona, tenga o no seguro, SIN CARGO.

- **La Fuente Senior - <https://theseniorsource.org/>**

Desde 1961, la misión de The Senior Source ha sido mejorar la calidad de vida de los adultos mayores en el área metropolitana de Dallas. Como organización sin fines de lucro, servimos como el recurso de referencia para todo lo que los adultos mayores puedan necesitar, incluyendo orientación financiera, asesoramiento sobre centros de atención a largo plazo o maneras de conectar con otros a través del voluntariado.

Programa de apoyo para cuidadores: reserve una consulta de atención ¿Se siente abrumado, no sabe por dónde empezar o simplemente necesita hablar sobre un desafío? Nuestro servicio de Consulta de Cuidado le ofrece una cita dedicada y confidencial de 30 minutos con un especialista en apoyo a cuidadores. Visite este enlace para reservar su cita: <https://calendly.com/d/4jh-s6r-v2h/consultas-de-atención-prueba-round-robin>

Coordinadora de prevención de lesiones: Grace – 214-947-1772 para obtener recursos e información adicionales