

Preguntas Frecuentes Sobre el Programa: Help Starts Here Virginia.

Guía para ayudar a otros a encontrar servicios
de salud mental, adicciones y desarrollo.

1. "¿Cómo ayudo a alguien a dar el primer paso para obtener ayuda?"

No tiene que usar las palabras perfectas. Un simple "No tienes que enfrentar esto solo, ¿quieres ayuda para encontrar tu CSB?" puede abrir la puerta. Puede dirigirlos a HelpStartsHereVirginia.org para encontrar un CSB en su comunidad. Un CSB es una agencia pública local donde ayudan a personas con problemas de salud mental y consumo de sustancias, y brindan servicios a personas con discapacidades del desarrollo. Pueden brindar servicios oportunos o ayudar a la persona que le preocupa a contactarlos. Si alguien no está del todo listo para buscar tratamiento, también puede animarlo a llamar al 988, o incluso llamar con él o ella, para recibir apoyo emocional de un profesional capacitado en crisis.

2. "¿Puedo contactar a un CSB por ellos?"

Puede ayudar con información y ánimo, pero la CSB generalmente necesita hablar directamente con la persona siempre que sea posible. Usted puede llamar para aprender cómo es el proceso.

3. "¿Qué pasa si no tienen seguro médico?"

Las CSB atienden a personas con o sin seguro médico. El costo no debe ser una razón para no buscar ayuda.

4. "¿Qué deben esperar en la primera visita?"

Un CSB generalmente presta servicios o conecta a una persona con ellos en la primera visita. Es posible que ese día reciban o no terapia o medicación, pero se irán con un plan.

5. "¿Puedo ir con ellos?"

Sí, si ellos quieren que usted esté presente. El apoyo puede ser acompañarlos, esperar en la sala de espera o ayudar con los formularios - según lo que a ellos les resulte más cómodo.

6. "¿Cuánto tiempo tomará obtener los servicios?"

Aunque todas las CSB ofrecen Acceso el Mismo Día, según su área o el tipo de servicios que se necesiten, pueden ocurrir tiempos de espera. Lo más importante es ayudarlos a mantenerse conectados durante los pasos que se deben seguir, incluso si el progreso parece lento.

7. "¿Qué pasa si están lidiando con abuso de sustancias o una adicción?"

Las CSB ofrecen apoyo para los problemas de consumo de sustancias, pero la desintoxicación hospitalaria puede requerir referencias por separado.

8. "¿Qué pasa si un niño o adolescente necesita ayuda?"

Las CSB también atienden a jóvenes. Puede llamar para saber cómo funcionan los servicios para jóvenes en su zona.

9. "¿Es privado todo lo que hablan?"

Sí. Las CSB protegen la privacidad de las personas. Solo pueden compartir información con sus terapeutas si la persona lo autoriza.

10. "¿Qué pasa si dicen que no?"

Cada persona es diferente y es posible que aún no estén listos para buscar ayuda. Puede mantenerse en contacto, mantener la puerta abierta y recordarles que la ayuda estará disponible cuando estén listos. Su "no" de hoy no es para siempre.



Para encontrar servicios accesibles
de salud mental, adicciones y
desarrollo en su comunidad, visite
HelpStartsHereVirginia.org

HelpStartsHereVirginia.org 🔍

