



# Apoyo para la salud mental y del comportamiento



## Proveedores de servicios de apoyo entre pares

Hay cuatro tipos diferentes de proveedores de servicios de apoyo entre pares. Cada uno de ellos le ofrece esperanza y apoyo para su salud. Estos especialistas ofrecen apoyo para las mismas situaciones que ellos están afrontando o para situaciones similares.

Los **Peer Support Specialists (especialistas de apoyo entre pares)** se están recuperando de una adicción a las drogas o al alcohol o de un padecimiento de salud mental. Ellos apoyan a otras personas que enfrentan dificultades similares.

Los **Peer Wellness Specialists (especialistas de bienestar entre pares)** se están recuperando de una adicción a las drogas o al alcohol o de un padecimiento de salud mental. Ellos tienen experiencia en el manejo de los padecimientos de salud física, tales como la diabetes, las enfermedades del corazón o los problemas auditivos o visuales. Estos especialistas apoyan a otras personas que se están recuperando de una adicción a las drogas o al alcohol y de un problema de salud física.

Los **especialistas de apoyo a familias** son padres de un niño(a) que ha tenido experiencia con el sistema de acogida, la falta de vivienda, la adicción a las drogas o al alcohol, los padecimientos de salud mental, los problemas de aprendizaje u otras dificultades. Ellos le ayudan a atender las necesidades complejas de su hijo(a).

**Póngase en contacto con nosotros para obtener más información**

**Teléfono**  
**888-970-2507**

TTY: 711  
Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.

**Email**  
[MedicaidMSS@PacificSource.com](mailto:MedicaidMSS@PacificSource.com)

[PacificSource.com/  
Medicaid](https://www.pacificsource.com/medicaid)

**¿Necesita ayuda inmediata?**

Si usted o algún conocido está teniendo una crisis emocional o suicida, llame a la [Línea Nacional de Prevención del Suicidio](https://www.nationalpreventionline.org).

**Llame al 988, TTY: 711**

  
**PacificSource**  
Community Solutions

Continúa al reverso >

Los **especialistas de apoyo a jóvenes** tienen 33 años de edad o menos. Es posible que tengan experiencia con el sistema de acogida, la falta de vivienda, la adicción a las drogas o al alcohol, los padecimientos de salud mental, los problemas de aprendizaje u otras situaciones difíciles, por lo que pueden ofrecer ayuda a las personas que enfrentan estas dificultades. También proporcionan un apoyo entre jóvenes.

Lo invitamos a que nos llame si tiene alguna duda sobre los especialistas de apoyo entre pares. Llámenos al **888-970-2507**, TTY: 711.



## Obtenga ayuda de su línea de crisis local, dependiendo del lugar donde usted vive

Si usted está teniendo una crisis de salud mental o de salud del comportamiento, puede hablar con alguien cerca de su hogar. Consulte los números de teléfono de los servicios locales para casos de crisis en InTouch, su portal seguro para miembros del plan, o en su manual del miembro.

Inicie una sesión o cree una cuenta de InTouch en [InTouch.PacificSource.com/Miembros](https://InTouch.PacificSource.com/Miembros).



## Apoyo continuo para su salud mental

Usted puede elegir entre distintos tipos de proveedores de salud, incluyendo terapeutas, Trabajadores de Servicio Social (THW), psiquiatras y consejeros en nuestro directorio de proveedores en línea.

Visite [ProviderDirectory.PacificSource.com/Medicaid](https://ProviderDirectory.PacificSource.com/Medicaid).

Tenga en cuenta que usted pudiera tener acceso a proveedores de servicios de apoyo entre pares que no aparecen en el directorio de proveedores. Podemos ayudarle a ponerse en contacto con un proveedor. Llame al **888-970-2507**, TTY: 711.



## Apoyo para casos de crisis adaptado a sus necesidades

Estas son algunas organizaciones adicionales que pueden ayudar si usted tiene necesidades específicas de salud mental y del comportamiento.

### Línea de ayuda para el alcohol y las drogas

**800-923-4357**, TTY: 711

Envíe la frase

RecoveryNow por mensaje de texto al 839863

[LinesForLife.org/Alcohol-and-Drug-Helpline](https://LinesForLife.org/Alcohol-and-Drug-Helpline)

### Línea de ayuda para adolescentes

**877-968-8491**, TTY: 711

Envíe la frase teen2teen por mensaje de texto al 839863

[OregonYouthLine.org](https://OregonYouthLine.org)

### Línea de ayuda militar de Oregon

**888-457-4838**, TTY: 711

Envíe la frase MIL1 por

mensaje de texto al 839863

[LinesForLife.org/mh/](https://LinesForLife.org/mh/)

### Línea de apoyo de Oregon Behavioral Health

**800-923-4357**, TTY: 711

[LinesForLife.org/OBHSL](https://LinesForLife.org/OBHSL)

### Línea de ayuda de soledad para personas mayores

**503-200-1633**, TTY: 711

[SeniorLonelinessLine.org](https://SeniorLonelinessLine.org)

### Línea de acceso al tratamiento Recovery Now

Para trastornos de uso de sustancias nocivas.

**855-612-5576**, TTY: 711

[TreatmentAccessLine.org](https://TreatmentAccessLine.org)

---

No es necesario que usted sea referido para hablar con un Trabajador de Servicio Social (THW). Si usted desea acceder a estos servicios por cuenta propia, a esto se le conoce como una auto-referencia. Si usted desea hablar con un Enlace de THW o recibir los servicios de un THW en su comunidad o en el consultorio de su proveedor de salud, por favor llame al **541-640-8742**, TTY: 711. Para hablar con nuestro equipo de Especialistas de Apoyo a Miembros (MSS), llame al **541-330-2507**, TTY: 711 o sin costo al **888-970-2507**. Le avisaremos por correo postal en caso de que cambie su enlace.

Usted puede recibir este documento en otro idioma, impreso en una letra más grande o de cualquier otra manera que sea mejor para usted. También puede solicitar un intérprete. Esta ayuda es sin costo. Llame al 800-431-4135 o por TTY al 711. Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.

You can get this document in another language, large print, or another way that's best for you. You can also request an interpreter. This help is free. Call 800-431-4135 or TTY 711. We accept all relay calls.