



# Primeros Auxilios para la Salud Mental

Al pensar en primeros auxilios solemos hacerlo como la asistencia que se presta a quienes tienen algún problema de salud física. Pero, ¿qué ocurre con quien necesita asistencia inmediata para su salud mental?

- Primeros Auxilios para la Salud Mental (MHFA, por su sigla en inglés) es un curso de 8 horas que enseña cómo identificar, entender y responder a síntomas de un problema o de una crisis de salud mental. Filadelfia es una de las primeras áreas metropolitanas de los Estados Unidos que implementó el MHFA a gran escala.
- Una vez que obtiene el certificado de ayudante, usted es capaz de reconocer síntomas de una enfermedad mental y prestar su ayuda hasta que la persona reciba el tratamiento y la asistencia adecuados, o hasta que la crisis se resuelva.
- El Departamento de Salud Mental y Servicios de Discapacidad Intelectual de Filadelfia ofrece los cursos de MHFA **EN FORMA GRATUITA** a quienes viven, trabajan o estudian en la ciudad de Filadelfia.

## Capacítese.

Para obtener mayor información:  
visite [www.HealthyMindsPhilly.org](http://www.HealthyMindsPhilly.org)  
envíe un correo electrónico a  
[mhfa\\_philly@pmhcc.org](mailto:mhfa_philly@pmhcc.org)  
llame al **215.685.3755** (EE. UU.)

"¡Hoy aprendí tanto que siento que puedo ayudar a otras personas!"

-Miembro de la comunidad