



Office of Diversity and Equity

**Primeros Auxilios de Salud Mental**  
**San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services**  
**North County Community Room**  
**AGOSTO 14, 21 Y 28 5:00-8:00 pm**  
**375 89th St.**  
**Daly City, Ca 94015**

Aplicación

Muchas gracias por su interés en nuestro curso de Primeros Auxilios de Salud Mental. Por favor tome un momento para llenar los siguientes datos personales.

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ Código Postal: \_\_\_\_\_

Telf. casa: (\_\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ Telf. cel: (\_\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Gustaria recibir information sobre la salud mental?  Si  No

Como gustaria recibir la infomormacion?  Coreo  Email  Texto

Género:  Masculino  Femenino  Transgénero  Intersexual  Otros: \_\_\_\_\_

Origen Etnico: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Lengua natal que hablan en su hogar: \_\_\_\_\_

Organización (si aplica): \_\_\_\_\_

Como se entero de esta clase?: \_\_\_\_\_

Ha tomado esta clase anteriormente?  Si  No *Hace cuanto tiempo?* \_\_\_\_\_

Ha tomado otras clases que son ofrecidas por la Oficina de Diversidad y Equidad?  Si  No

*Cuales clases?* \_\_\_\_\_

Por qué esta interesado/a en tomar este curso? \_\_\_\_\_

Para ayudarnos a mejorar y promocionar nuestro curso de Primeros Auxilios de Salud Mental favor contestar la siguientes preguntas (opcional). Sus respuestas serán confidenciales.

1. Es usted consumidor o cliente del servicio de salud mental?  
 *Si*       *No*       *No está seguro*
  
2. Conoce a alguien que padezca de desordenes mentales?  
 *Si*       *No*       *No está seguro*
  
3. Conoce ha alguien que ha intentado suicidarse o que se haya suicidado?  
 *Si*       *No*       *No está seguro*
  
4. Conoce a alguien que ha buscado ayuda profesional para su problema emocional o sufrimiento (por ejemplo, consejería, terapia)?  
 *Si*       *No*       *No está seguro*

**Una vez que complete esta aplicación, por favor mándela a Kathy Reyes a [ekreyes@smcgov.org](mailto:ekreyes@smcgov.org) or por fax 650-573-2841**

## **Primeros Auxilios de Salud Mental San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services**

### **Que es Primeros Auxilios de Salud Mental?**

Primeros Auxilios es la ayuda que se le da a una persona lastimada antes que reciba tratamiento médico adecuado. Primeros Auxilios de Salud Mental es la ayuda que se le proporciona a una persona que está teniendo problemas mentales o que está teniendo una crisis de Salud Mental. Los Primeros Auxilios se proporcionan hasta que la persona sea atendida por un profesional adecuado o hasta que se resuelva la crisis.

### **Que es una enfermedad Mental?**

Las enfermedades mentales más comunes son: depresión, ansiedad, uso de sustancias, y desordenes psíquicos. Se sabe que uno de cada cuatro americanos presenta problemas mentales cada año (25%). Los problemas de salud mental son muy comunes, Hasta las dos terceras partes de ellos no reciben tratamiento. Son muchas las personas que sufren de problemas y pasa mucho tiempo antes de recibir ayuda. Más aun, problemas de alcohol y drogas frecuentemente se presentan con depresión, ansiedad, y psicosis.

### **El Programa de Primeros Auxilios de Salud Mental**

Mientras que muchas personas a menudo están informadas acerca de problemas comunes de salud física, existe un desconocimiento generalizado de problemas de salud mental. Esta ignorancia agrega a estigmatizar a actitudes y evita que las personas busquen ayuda temprana y que busquen al mejor tipo de ayuda. También impide que las personas que proporcionan apoyo adecuado tengan acceso a colegas y miembros de la familia, simplemente porque no saben cómo.

A fin de ayudar a la gente a proporcionar soporte inicial para alguien con un problema de salud mental, se ha desarrollado un curso de primeros auxilios de Salud Mental (MHFA). Este curso es un curso de 12 horas, desarrollado en el año 2000 por Betty Kitchener y profesor Tony Jorm con el objetivo de mejorar la alfabetización de salud mental.

Los participantes han sido muy variados, entre ellos profesores, enfermeras, administradores de casos, los trabajadores de apoyo, personal de bienestar social, personal de agencias de empleo, miembros del público, padres y personal de muchos Estados y departamentos del Gobierno Local.

Al finalizar el curso, cada participante recibe un manual del curso y un certificado de finalización. Aquellos que han completado el curso han sido muy positivos sobre los conocimientos y habilidades que han adquirido.

Para recibir un certificado de Salud Mental primeros auxilios, debe asistir todos doce (12) horas de formación. Usted será contactado en el futuro sobre su aplicación. También entiende que este curso es en español y en inglés.