



PRIMEROS AUXILIOS DE SALUD MENTAL



Mental Health FIRST AID
from NATIONAL COUNCIL FOR MENTAL WELLBEING

APRENDE CÓMO APOYAR A TUS AMIGOS, FAMILIARES Y VECINOS

Primeros Auxilios de Salud Mental (MHFA, por sus siglas en inglés) te enseña cómo identificar, entender y responder ante los signos de un problema de salud mental o de uso de sustancias en adultos.

Desarrollarás las habilidades y la confianza que necesitas para acercarte y brindar el apoyo inicial a esas personas que están en problemas. También aprenderás cómo conectarlos con ayuda apropiada.

DESPUÉS DEL CURSO, SERÁS CAPAZ DE:

- Reconocer los signos y síntomas más frecuentes de los problemas de salud mental.
- Reconocer los signos y síntomas más frecuentes de los problemas por uso de sustancias.
- Comprender cómo interactuar con una persona que experimenta una crisis.
- Conocer cómo conectar a una persona con la ayuda.
- Usar las herramientas y técnicas de autocuidado.

Únase a los más de
2.6 MILLONES
de Asistentes de Primeros
Auxilios de Salud Mental que
han escogido hacer la
diferencia en sus comunidades.

Aprende cómo responder con el
plan de acción de Primeros
Auxilios de Salud Mental **(REDES)**:

Riesgo de suicidio o autolesión.
Escuchar sin juzgar.
Dar información con respeto.
Estimular el uso de ayuda
profesional adecuada.
Sugerir estrategias de autoayuda
y de apoyo.

¡INSCRÍBASE HOY!

¡Gratis!

¡Disponibilidad Limitada!

Modalidad del entrenamiento:

Clase semipresencial de 2 horas autoguiado en línea y luego asisten a un entrenamiento de 5.5 horas dirigida por un instructor

Fecha y hora:

Sábado, 27 Junio 2026 – 9:00AM – 3:00pm

Lugar:

Virtual

Dónde inscribirse:

Para inscribirse llame a (252) 933-2533, o mande correo electrónico a MHFA@NCField.org

Para más información, visite a MHFA.org