



FAIRFAX - FALLS CHURCH

Community Services Board

La Junta de Servicios Comunitarios de Fairfax-Falls Church

Números de emergencia (atención las 24 horas)

*Llame al 911 en caso de una
emergencia potencialmente mortal.*

Servicios de emergencia de CSB
703-573-5679, TTY 711

Centro de desintoxicación de Fairfax
703-502-7000, TTY 703-322-9080

Número de teléfono principal de CSB para acceder a los servicios

Servicios de admisión y derivación de CSB
703-383-8500, TTY 711

Merrifield Center

8221 Willow Oaks Corporate Drive
Fairfax, Virginia 22031
703-559-3000, TTY 711

Se puede venir al Merrifield Center sin cita previa
para recibir una evaluación, desde 9 a.m. hasta 5 p.m.,
lunes a viernes.

Los servicios de apoyo de los compañeros
también disponibles.

www.fairfaxcounty.gov/community-services-board

Este folleto está basado en la información publicada en 2010 por la Substance Abuse and Mental Health Services Administration del U.S. Department of Health and Human Services.



Llame al 703-324-7000, TTY 711 para
solicitar esta información en otro formato. **Mayo de 2018**

¿Debería usted hablar
con alguien sobre
un problema relacionado
con las drogas, el alcohol
o la salud mental?



*Los problemas relacionados con
el uso de sustancias y la salud
mental pueden ser tratados,
y hay ayuda disponible.*

La Junta de Servicios Comunitarios
de Fairfax-Falls Church
703-383-8500, TTY 711

www.fairfaxcounty.gov/community-services-board

Muchas personas luchan tanto con un problema de uso de sustancias como con un problema de salud mental. Para las personas que experimentan ambos problemas, es importante recibir tratamiento para que ambos mejoren. La recuperación comienza con la comprensión de que puede tener uno o ambos de estos problemas.

Las siguientes preguntas le pueden ayudar a decidir si usted necesita ayuda con el uso de sustancias, con un problema de salud mental o con ambos trastornos.

- ¿Se ha sentido abatido, deprimido o desesperanzado en el transcurso de las últimas 2 semanas?
- ¿Ha sentido poco interés o placer al realizar actividades en el transcurso de las últimas 2 semanas?
- ¿Ha tenido problemas serios durante el último año sufriendo de insomnio, teniendo pesadillas o quedándose dormido durante el día?
- ¿Ha pensado en acabar con su vida durante el último año o ha contemplado suicidarse?*

Si ha tenido pensamientos que indican que no quiere seguir viviendo o que quiere hacerse daño a sí mismo o a otras personas, hable con alguien (o envíe un texto) inmediatamente.

Llame al 1-800-273-8255 o envíe un texto con la palabra "CONNECT" al número 855-11. Hágalo AHORA.



Una vida mejor y más saludable puede estar más cerca de lo que usted piensa.



- ¿Ha tenido dificultades en el último año cuando trata de poner atención en las clases, en el trabajo o en su casa?
- ¿Alguna vez ha sentido que debe reducir su uso de alcohol o drogas (o sea, usar menos alcohol o drogas)?
- ¿Se siente molesto (irritado, enojado, etc.) con algunas personas porque han criticado su uso de alcohol o drogas?
- ¿Alguna vez se ha sentido mal o culpable sobre su uso de alcohol o drogas?
- ¿Alguna vez ha consumido una bebida alcohólica o una droga inmediatamente después de despertarse en la mañana (como abridor de ojos) para calmar sus nervios o aliviar la resaca?

En los últimos tiempos, alguna vez:

- (para hombres), ¿Ha tomado 5 o más bebidas alcohólicas en un día?
- (para mujeres o cualquier persona mayor de 65), ¿Ha tomado 4 o más bebidas alcohólicas en un día?
- ¿Ha usado drogas recreativas ilícitas o drogas recetadas para alcanzar un estado de euforia ("high")?

A menos que haya contestado "nunca" a todas las preguntas anteriores, hable con un médico, enfermera o consejero sobre los detalles de su situación. Estas personas le pueden ayudar a decidir qué debe hacer a continuación, como también a encontrar más información y recursos.