

¿CÓMO BRINDAR APOYO EMOCIONAL CUANDO ALGUIEN CERCANO A TI LO NECESITA?

- **ESCUCHAR.** Permite que la persona exprese sus sentimientos sin interrupciones.
- **TRANSMITE TU PREOCUPACIÓN CON EMPATÍA.** Reconoce su valor y evita juzgar su dolor.
- **EVITA COMPARACIONES.** Cada persona vive su dolor de manera única.
- **SUGIERE BUSCAR AYUDA PROFESIONAL.** En caso de crisis llama al 911.
- **ACOMPaña Y FORMA PARTE DE SU RED DE APOYO.** Mantente presente en su proceso de recuperación.

TU APOYO PUEDE HACER UNA GRAN DIFERENCIA.
SI REQUIERES DE MAYOR ORIENTACIÓN ACÉRCATE A TU UNIDAD DE SALUD MÁS CERCANA.

**ATENCIÓN PSICOLÓGICA
LAS 24 HRS.**

911
EMERGENCIAS

