

3 de noviembre, 2023

Estimados padres/tutores y estudiantes:

El Código de Educación del Estado de California 49428, Servicios de Salud Mental para Alumnos: Notificación Escolar, requiere que las escuelas compartan información con los estudiantes y los padres sobre cómo iniciar el acceso a los servicios de salud mental disponibles para estudiantes en el campus y / o en la comunidad al menos dos veces durante el año escolar. Estamos comprometidos a garantizar el acceso a estos servicios para nuestros estudiantes, ya que reconocemos que la salud mental tiene un impacto en el éxito académico.

Las escuelas Altus apoyan la salud mental y el bienestar de los estudiantes a través de una cultura escolar positiva con entornos de aprendizaje seguros y de apoyo. A través de las series de Resiliencia en los Estudiantes y la Educación (RISE) de las escuelas, los maestros y miembros del Departamento de Juventud Saludable ofrecen seminarios web mensuales sobre temas de aprendizaje socioemocional que apoyan el desarrollo de los estudiantes en las cinco áreas de competencia social y emocional. A través del desarrollo profesional, el personal de la escuela recibe las habilidades y herramientas necesarias para identificar a los jóvenes en crisis, intervenir adecuadamente y brindar apoyo integral en asociación con las familias. Los maestros y el personal participan en **capacitaciones de Primeros Auxilios de Salud Mental Juvenil (YMHFA), Prácticas Informadas sobre Trauma (TIPS), Síntomas de Suicidio (SOS)** y los protocolos establecidos de informes de salud mental e intervención en crisis para garantizar que los estudiantes y las familias reciban apoyo en varios niveles de necesidad.

Las escuelas Altus brindan servicios directos de salud mental a los estudiantes con necesidades de salud mental, emocional y conductual a través de Terapeutas Matrimoniales y Familiares con Licencia (LMFT, por sus siglas en inglés). Los padres/tutores pueden iniciar el acceso a los servicios de salud mental de los alumnos comunicándose con su maestro, consejero o en el centro de recursos de la escuela y solicitando una referencia para servicios de salud mental. A través de este proceso, las familias se conectarán con los servicios escolares disponibles proporcionados por nuestros terapeutas escolares, o con los servicios comunitarios proporcionados por una de nuestras muchas organizaciones comunitarias asociadas.

Además, las escuelas Altus han creado una herramienta en línea que conecta a los estudiantes, las familias y las comunidades con recursos informativos para apoyar el acceso a la salud mental y el bienestar. [El Centro de Salud Mental y Bienestar de Altus Schools](#) brinda acceso a líneas directas de apoyo, líneas de texto de crisis, recursos descargables e información sobre temas principales relacionados con la salud mental y física. Se puede acceder al *Hub* en <https://altusgo.com/hub/> y recursos en español en <https://altusgo.com/hub/recursos-en-espanol/>.

#### **Centros de recursos escolares:**

Cada centro de recursos sirve como un centro de información para los apoyos de salud mental disponibles en la escuela. Puede comunicarse con el maestro o consejero asignado de su estudiante, preguntar sobre los apoyos disponibles y solicitar una referencia para servicios de salud mental.

#### **988 Línea de vida de suicidio y crisis:**

988 ha sido designado como el nuevo código de marcación de tres dígitos que dirigirá a las personas que llaman a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio. Cuando las personas llaman o envían mensajes de texto al 988, o chatean en <https://988lifeline.org/es/home/>, se conectarán con consejeros capacitados que forman parte de la red Lifeline existente. Estos consejeros capacitados escucharán, entenderán cómo sus problemas los están afectando, brindarán apoyo y los conectarán con recursos si es necesario.

**2-1-1:**

<https://www.211.org/>

El 211 es una línea directa las 24 horas del día, los 7 días de la semana, que conecta a los residentes con recursos que incluyen recursos de salud mental. Algunas de las referencias incluyen profesionales de salud mental que aceptan Medi-Cal y aquellos profesionales que aceptan pacientes que no tienen seguro de salud.

**"It's Up to Us" (depende de nosotros): Línea de Acceso y Crisis del Condado de San Diego:**

888-724-7240

"It's Up to Us" se trata de ayudar a los habitantes de San Diego a hablar abiertamente sobre la salud mental, reconocer signos de dificultades, encontrar recursos locales y buscar ayuda. Si un estudiante está pasando por una crisis de salud conductual, marque al 911. Para otros problemas o preguntas, por favor llame al número o visite <https://up2sd.org/>.

**Línea para adolescentes:**

Llamar a 800-852-8336 (6pm-10pm PST)

Mandar mensaje de texto con la palabra TEEN a 839863 (6pm-9pm PST)

Esta línea brinda apoyo, recursos y esperanza a los jóvenes a través de una línea directa de consejeros adolescentes capacitados profesionalmente. Llame, envíe un mensaje de texto o envíe un correo electrónico para acceder al apoyo personal de igual a igual de adolescentes altamente capacitados supervisados por adultos profesionales en salud mental.

<https://www.teenline.org/>.

**Línea de Crisis Juvenil de California**

800-843-5200

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. La línea es un sistema estatal de respuesta a emergencias para jóvenes de 12 a 24 años y familias en crisis. El personal capacitado profesionalmente y los consejeros voluntarios brindan asesoramiento de intervención en crisis y referencias de recursos a proveedores de servicios en la comunidad local de la persona que llama.

**Centros de salud calificados federalmente:**

Muchos Centros de Salud Comunitarios ofrecen servicios de salud conductual sin costo o de bajo costo. Dirijase a la página <https://findahealthcenter.hrsa.gov/> para encontrar una ubicación conveniente.

**Seguro Privado/Médico de Atención Primaria:**

Los cambios recientes en la ley requieren que la mayoría de los planes de seguro de salud del mercado cubran la salud mental y del comportamiento, la psicoterapia y los servicios de asesoramiento. Puede preguntar sobre esos servicios a través de sus planes de seguro de salud.

Para obtener más información o recursos, favor de contactar a:



Ana Maria Rojas  
Administradora de Equidad e Inclusión, Altus Schools  
[arojas@altusschools.net](mailto:arojas@altusschools.net)  
Teléfono: (858) 678-4818