

# Recursos de Saúde Mental

Esta não é uma lista abrangente, mas é um ponto de partida útil para procurar serviços de saúde mental.

## Abuso de substâncias

Linha direta para o Escritório de MA de Serviços de Ajuda Contra Uso de Substâncias

800-327-5050 • [www.helplinema.org](http://www.helplinema.org)

Informações e encaminhamentos gratuitos e confidenciais para problemas com álcool e drogas. Serviços disponíveis em qualquer idioma. Disponibilizado pelo Departamento de Saúde Pública de MA.

Segunda a sexta, das 8h às 22h EST  
Sábado e domingo, das 9h às 17h EST

Programa RISE - Programa de prevenção de overdose de opioides

508-935-2960 • 1 Grant St, Suite 100, Framingham

Informações gratuitas e confidenciais sobre a prevenção de overdose de opioides e acesso a serviços de tratamento. Distribuição de Narcan, kits de redução de danos, aconselhamento e testes para infecções sexualmente transmissíveis disponíveis. Disponibilizado pelo Instituto de Recursos de Justiça (JRI).

Segunda e sexta, das 8h30 às 15h30  
Terça, quarta e quinta, das 8h30 às 18h30 EST

Instrutores de Recuperação do SMOC

508-232-8282 • Segunda a sexta, das 9h às 17h EST

Suporte gratuito e confidencial de instrutores de recuperação experientes para pessoas que desejam se recuperar de um transtorno causado pelo uso de opioides. Disponibilizado pelo Conselho de Oportunidades de South Middlesex.

Organização para Recuperação de Dependência Química de Massachusetts (MOAR)

Lista de recursos de serviços de tratamento e recuperação em MA.

[www.moar-recovery.org/resources](http://www.moar-recovery.org/resources)

Departamento de Saúde de Natick

508-647-6623 • 13 E. Central St., 2º andar, Natick

Entre em contato com a Katie Sugarman, gerente do programa de prevenção e divulgação, para obter ajuda confidencial com a realização do tratamento e suporte.

Segunda a quarta, das 8h30 às 17h

Quinta, das 8h30 às 19h

Sexta, das 8h30 às 12h30 (EST)

## Distúrbios alimentares

Associação Nacional de Distúrbios Alimentares  
[nationaleatingdisorders.org](http://nationaleatingdisorders.org)

Ligue: 800-931-2237; Segunda a quinta, das 11h às 21h  
Sexta, das 11h às 17h EST

Envie mensagem de texto: 800-931-2237; Segunda a quinta, das 15h às 18h EST

Bate-papo no site; Segunda a quinta, das 9h às 21h,  
Sexta, das 9h às 17h EST

Se você tiver dúvidas ou preocupações, entre em contato através do e-mail [natick180@natickma.org](mailto:natick180@natickma.org).

## Crise de saúde mental

Serviços Emergenciais Psiquiátricos

800-640-5432 • Disponível 24h, 7 dias por semana

Tenha ajuda durante uma crise. Disponibilizado por Advocates.

Linha direta de prevenção do suicídio Call2Talk e Linha para mensagens durante uma crise

800-273-8255 • Mande mensagem com o texto C2T para o número 741741  
[www.crisistextline.org](http://www.crisistextline.org)

Conversa de texto gratuita e confidencial com um(a) conselheiro(a) treinado(a) para ajudar você numa crise.

Projeto Trevor

866-488-7386 • [www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)

Uma linha direta confidencial de prevenção do suicídio disponível 24 horas por dia, gratuita, para jovens LGBTQ.

## Apoio geral à saúde mental

Linha direta de encaminhamento a serviços INTERFACE

Consulta gratuita com um(a) profissional de saúde mental sobre recursos disponíveis. As pessoas que residem em Natick podem receber encaminhamentos personalizados e adequados para serviços de aconselhamento ambulatorial.

Número da linha direta: 888-244-6843

<https://interface.williamjames.edu/>

Segunda a sexta, das 9h às 17h EST

Linha direta da NAMI (Aliança Nacional para Doenças Mentais)

A linha direta da NAMI é um serviço gratuito de apoio entre pares em todo o país que dá informações, referências de recursos e suporte a pessoas que vivem com um problema de saúde mental, aos seus familiares e cuidadores, aos prestadores de serviços de saúde mental e ao público em geral.

Linha direta: 800-950-NAMI

Segunda a sexta, das 10h às 20h

Email: [info@nami.org](mailto:info@nami.org)



Aplicativos de Saúde Mental

- 1) NotOk
- 2) CalmHarm App
- 3) Youper
- 4) Sanvello



**Natick 180**

[natick180.org](http://natick180.org)