



**This information is available in Spanish. Contact PerformCare to request a copy.**  
**Esta información está disponible en español. Póngase en contacto con nosotros para solicitar una copia.**

Llame sin cargo al número de Servicios al Miembro de su condado para hablar con un representante sobre los servicios de la salud conductual.

Los miembros pueden llamar las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Usted puede llamar a Servicios al Miembro las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

**Capital Area**

*Zona de la Capital*

Codados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry: **1-888-722-8646**

**North Central Region**

*Zona Norte central*

Condados de Franklin y Fulton: **1-866-773-7917**

Usuarios de TTY: llamar al servicio de relé de PA al **1-800-654-5984** o al **711**.

**Nondiscrimination statement**

PerformCare complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

English: ATTENTION: If you speak a language other than English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call: **1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)**.

Spanish: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)**.

Chinese: 注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)**。

Todas las imágenes son utilizadas bajo licencia únicamente con fines ilustrativos. Cualquier persona representada es un modelo.

PCPA\_222395824-1\_SP

**PerformCARE<sup>®</sup>**

[pa.performcare.org](http://pa.performcare.org)



## Atención de la salud conductual para miembros LGBTQIA+

**Siéntase orgulloso de su salud**

[pa.performcare.org](http://pa.performcare.org)

**PerformCARE<sup>®</sup>**

En muchos sentidos, las personas de la comunidad LGBTQIA+ tienen necesidades de salud conductual similares a las de la población general. Sin embargo, si enfrenta un estigma relacionado con su sexualidad o identidad de género, puede sufrir un estrés y una discriminación indebidos que pueden provocar ansiedad, depresión, trastornos del estado de ánimo, pensamientos suicidas y conductas de afrontamiento no saludables, como el consumo de sustancias tóxicas u otras actividades de alto riesgo. En PerformCare Pennsylvania, conocemos el valor de los programas de salud conductual respetuosos y compasivos, y creemos en la igualdad de acceso a una asistencia médica justa y de calidad para todas las personas.



## Nuestros servicios incluyen:

- Ayudarle a encontrar el proveedor adecuado para abordar sus necesidades de salud conductual.
- Ofrecerle recursos útiles para las familias que apoyan a sus seres queridos LGBTQIA+.
- Ponerle en contacto con grupos comunitarios inclusivos. Estos recursos pueden ayudar con la vivienda, brindar orientación legal, y otras necesidades de las personas LGBTQIA+.

## Nos importa

PerformCare Pennsylvania se ocupa de la salud de las comunidades. Trabajamos con nuestros proveedores y socios comunitarios para ayudar a nuestros miembros a alcanzar su mejor estado de salud. Queremos que nuestros miembros esperen recibir y reciban atención afirmativa y culturalmente receptiva. Esto incluye el acceso a la atención preventiva, al tratamiento y a los servicios orientados a la recuperación por problemas de salud mental y de consumo de sustancias tóxicas.

**Usted no está solo. No tenga miedo de pedir ayuda.**



## ¿Necesita hablar?

A veces, usted sólo necesita hablar con alguien. Los siguientes son algunos recursos para encontrar apoyo, conexión e información:

- **Alder Health Services** ofrece un entorno culturalmente sensible y de apoyo para las personas LGBTQIA+ y las personas que viven con VIH/SIDA. [www.alderhealth.org](http://www.alderhealth.org)
- **Lancaster LGBTQ+ Coalition** aboga por la atención de afirmación y se compromete a construir una comunidad de apoyo y enriquecimiento abundante en oportunidades para lesbianas, gays, bisexuales, transexuales, queer, cuestionando, intersexuales y asexuales; otras personas que se identifican con la comunidad LGBTQIA+; y aquellas personas que tengan interés en la creación de un condado de Lancaster más inclusivo. [www.lgbtlancaster.org](http://www.lgbtlancaster.org)
- **The LGBT Center of Central PA** fomenta la inclusión y la buena salud de las personas y comunidades LGBTQIA+. [www.centralpalgbtcenter.org](http://www.centralpalgbtcenter.org)

- **The LGBT National Help Center** ofrece apoyo confidencial entre iguales por teléfono, correo electrónico y chat en línea a personas LGBTQIA+ de todas las edades. [www.lgbthotline.org](http://www.lgbthotline.org)
- **Pride Franklin County** promueve la afirmación de la atención médica y los recursos comunitarios para la comunidad LGBTQIA+ en el condado de Franklin, Pennsylvania. <https://www.pridefranklincounty.org>
- **Trans Lifeline** es una línea directa a nivel comunitario que ofrece apoyo emocional y financiero directo a las personas transexuales en crisis. Trans Lifeline está dirigida por y para personas trans. <https://translifeline.org>
- **TransCentralPA** se compromete a brindar defensa y apoyo a las personas transgénero y a sus seres queridos, familiares y amigos. <http://www.transcentralpa.org/>
- **The Trevor Project** es una red de apoyo para personas LGBTQIA+ menores de 25 años. Ofrece intervención en situaciones de crisis y prevención del suicidio, incluida una línea de mensajes de texto que funciona las 24 horas del día. [www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)



## ¿Cómo podemos ayudar?

- Es posible que tenga preguntas sobre nuestros programas, servicios o proveedores. Llame a Servicios al Miembro al número que se indica para su condado. Estamos aquí para usted las 24 horas del día, los siete días de la semana. También puede visitarnos a través de [pa.performcare.org](http://pa.performcare.org).
- Condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry:  
**1-888-722-8646**  
**TTY 1-800-654-5984 o relé de PA 711**
- Condados de Franklin y Fulton:  
**1-866-773-7917**  
**TTY 1-800-654-5984 o relé de PA 711**
- This information is available in Spanish. Contact PerformCare to request a copy.
- Esta información está disponible en español. Póngase en contacto con nosotros para solicitar una copia.

Fuentes:

1. "Discrimination" (Discriminación), HealthyPeople.gov, <https://www.healthypeople.gov/2020/topics-objectives/topic/social-determinants-health/interventions-resources/discrimination>.
2. "LGBTQ+ Behavioral Health Equity Center of Excellence" (Centro de Excelencia en Igualdad de Salud Conductual LGBTQ+), Substance Abuse and Mental Health Services Administration, <https://www.samhsa.gov/lgbtq-plus-behavioral-health-equity>.