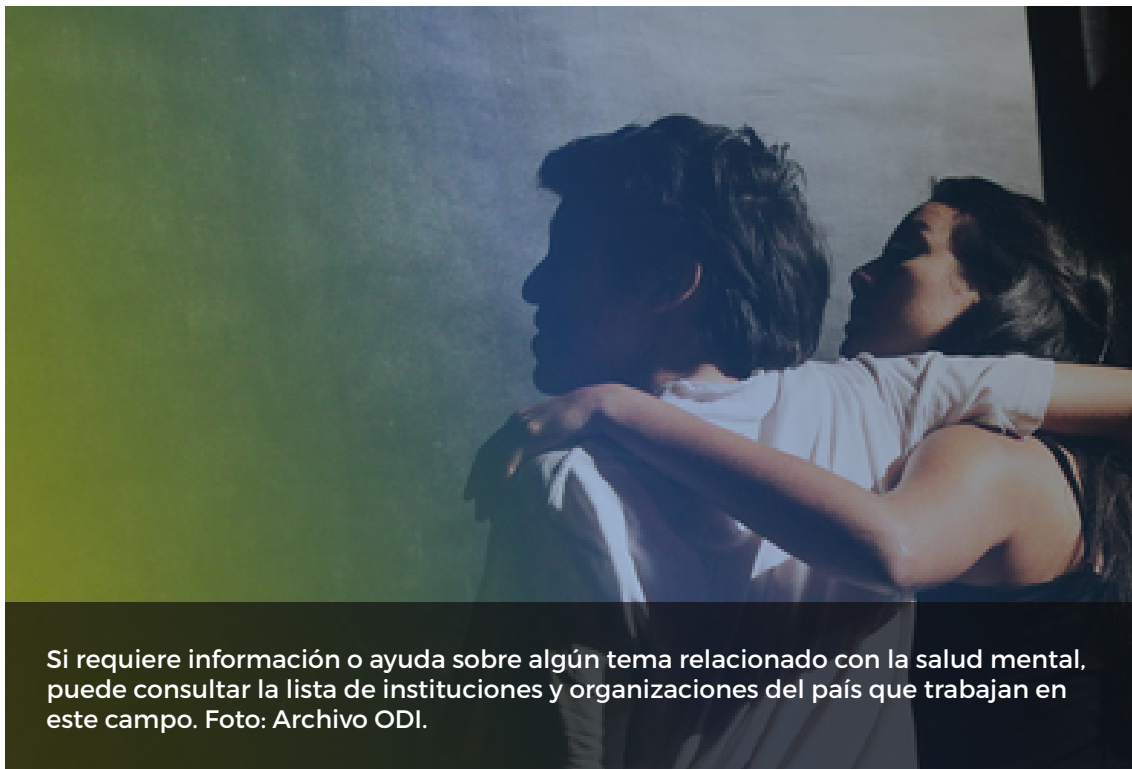




# Salud mental: ¿dónde solicitar ayuda?

En Costa Rica hay una serie de instituciones, organizaciones y servicios accesibles para las personas que requieren información y apoyo en salud mental.

26 OCT 2018 Salud



Si requiere información o ayuda sobre algún tema relacionado con la salud mental, puede consultar la lista de instituciones y organizaciones del país que trabajan en este campo. Foto: Archivo ODI.

ORGANIZACIÓN	OBJETIVOS / ACTIVIDADES	CONTACTO	TELÉFONO	CORREO
Aceps (Asociación Costarricense de Estudio y Prevención del Suicidio)	Promover la prevención del suicidio y conductas autodestructivas y fomentar su investigación, así como capacitar y concienciar sobre el tema.	Isabel Villalobos / Mauricio Campos	4081-9326 / 2250-1508	isabelvillalobar@yahoo.es / campomauricio@gmail.com
Acotar (Asociación Costarricense de Transtornos Anímicos Recurrentes)	Educación: talleres, charlas y seminarios con temas relacionados al estado de ánimo y salud mental. Terapia individual y grupal: grupos de autoayuda y psicoterapia. Servicios para personas que	Beatriz Zúñiga / Auxiliadora Gómez	8362-5588 / 83744542	beazumo@gmail.com / agmpsyco@gmail.com

presentan trastornos de ánimo y otros.

Ageco (Asociación Gerontológica Costarricense)	Cursos para personas mayores de 50 años. Capacitación y sensibilización para el trato del adulto mayor. Organización de eventos para adultos mayores. Promoción de productos para adultos mayores.	Johanna Fernández Gómez	2542-4500	ageco@ageco.org
Amatea (Asociación Manos Amigas Trastorno del Espectro Autista) Cartago	Mejorar la calidad de vida de las personas con trastorno del espectro autista (TEA) y sus familias por medio de la sensibilización, información, capacitación y educación a la sociedad, entes e instituciones relacionadas.	Ana Lucía Barrientos	8661-2520	analubarrientos78@gmail.com
Aprosam (Asociación Pro-Salud Mental)	Atención y apoyo a personas con esquizofrenia, a sus familiares y cuidadores	Zaida del Carmen Salguero	2232-2155 / 8834-5982 / Evelyn (secretaria)	aprosam.cr@gmail.com / zaidasalq@hotmail.com / ealvares@ccss.sa.cr
Asaoc (Asociación de Autismo) Occidente	Charlas con y para padres con hijos con trastornos del espectro autista (TEA). Cursos, talleres y capacitaciones para pacientes con TEA, padres, familiares y educadores. Divulgación y concienciación sobre el TEA en la sociedad.	Gina Umaña	8843-4488	ginaudo@gmail.com
Ascada (Asociación Costarricense de Alzheimer y otras Demencias Asociadas)	Brindar capacitación y asesoría psicológica y espiritual a las familias y cuidadores de enfermos de alzhéimer y enfermedades afines. Brindar apoyo psicológico, terapéutico y social sobre el uso de medicamentos a los familiares y cuidadores agobiados física y mentalmente.	Dr.Norbel Román Garita / Juan Parra Montez	8837-4214 / 2273-4213 / 2255-3396	drnorbelroman@racsa.co.cr / ascada.alzcr@gmail.com / ascada.de@gmail.com
Ascopa (Asociación Costarricense de Padres y Amigos de Personas con Autismo)	Mejorar la calidad de vida de las personas con autismo y sus familias mediante el desarrollo de actividades educativas, terapéuticas, recreativas y culturales. Hacemos gestiones ante las diferentes	Socorro Vargas Arias	8829-0133	socovargasa@yahoo.com

instituciones estatales y privadas para que se adecuen los sistemas en salud, educación, recreación y seguridad social para lograr igualdad de oportunidades.

Asperger - TEA			8701-5407	@aspergerautismo / aspergeralajuela@gmail.com
Ausdi (Asociación de Usuarios del Hospital Diurno) Hospital Nacional Psiquiátrico	Velar porque los programas de salud mental sean integrales y de la mejor calidad. Apoyar el fomento y fortalecimiento de programas que desarrollen en los usuarios la capacidad de autonomía. Velar por la integración de la familia en el período de tratamiento del pacientes.	Mayela Fonseca / Alexandra Rojas	8885-1799 / 8705-8087	mayelafo@yahoo.com / alexandra8087@gmail.com
Autismo de Costa Rica	Mejorar la calidad de vida de las personas con autismo en Costa Rica y concienciar a la población acerca de este trastorno.		8923-3311 / 2280-7721	
Conapam (Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor)	Formulación y ejecución de las políticas públicas integrales que generen la creación de condiciones y oportunidades para que las personas adultas mayores tengan una vida plena y digna. Fomentar la creación, continuidad y accesibilidad de los programas y servicios relativos a la atención integral de las personas adultas mayores y velar por ellos.	Teresita Aguilar Mirambell / Zulema Villalta Bolaños	2223-8283	zulemavillalta@conapam.go.cr / zulemavillalta@gmail.com / yetivalverde@conapam.go.cr
Fundamentos	Fortalecer el Programa de Redes para la prevención del menor en riesgo psicosocial del Hospital Nacional Psiquiátrico. Favorecer la inclusión social a través de la apertura de oportunidades educativas recreativas para las personas con discapacidad mental y menores en condición de vulnerabilidad. Participar en el desarrollo de	Laura Chacón Echeverría	2256-0703	direccion@fundamentos.or.cr

legislación y políticas  
públicas en salud  
mental.

Fundarevi (Fundación Rescatando Vidas)	Atención de niños, adolescentes y jóvenes en riesgo de suicidio y conductas autodestructivas. Crear una conciencia preventiva con una línea de acción definida, tanto en la atención individual como en actividades con grupos de trabajo en el área formativa, así como de apoyo.	Jacky Solano / Julia Woodbridge	2268-1098 / 2273-0381 / 8715-0551 / 2273-7974	jackysolano@gmail.com / Fundarevi@racsa.co.cr / fundarevi199@gmail.com / juliawoodbridge@yahoo.es
IAFA (Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia)	Liderar el estudio, prevención y tratamiento de las adicciones. Fortalecer la investigación, la docencia, la capacitación y asesoría y abrir espacios de discusión hacia nuevos paradigmas: uso de cannabinoides medicinales, educación sobre tipos de consumo, reducción de daño, intervenciones breves y usar más y mejor tecnología para llevar la información/prevenición y atención a todas las personas.	Licda María José Rodríguez	2224-6122	mjrodriguez@iafa.go.cr / mvillalobos@iafa.go.cr
Paipam (Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor) Universidad Nacional	Cursos creados para informar y sensibilizar en cuanto a una nueva cultura del envejecimiento y la vejez. Generar iniciativas que permitan propiciar espacios de aprendizaje para las personas adultas mayores, para quienes las atienden y cuidan, para las familias y para el público en general. Propiciar espacios de disfrute del tiempo libre. Desarrollar investigaciones que aporten conocimiento a la temática gerontológica.	Maribel León Fernández	2277-3816	maribel.leon.fernandez@una.cr
PIAM (Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor)	Responder a las necesidades de las personas adultas y adultas mayores, mediante la inclusión y	Marisol Rapso Brenes	2511-1500 / 2511-1501	piam.vas@ucr.ac.cr / marisol.rapso@ucr.ac.cr

<p>Universidad de Costa Rica</p>	<p>la participación social en los diversos espacios que proporciona la Universidad de Costa Rica. Brindar nuevas oportunidades para que las personas aprendan, alternen sus actividades cotidianas con la vuelta al sistema educativo formal, y compartan con las generaciones más jóvenes sus experiencias y conocimientos. Desarrollo de proyectos de educación, investigación, acción social y vinculación.</p>		
<p>Red de cuidado. Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS)</p>	<p>Garantizar el derecho de todos los niños y las niñas, con prioridad los de cero a seis años, a participar en programas de cuidado y en procura de su desarrollo integral. Promover la corresponsabilidad social en el cuidado mediante la participación de los diversos sectores sociales. Articular los diferentes actores, alternativas y servicios de cuidado y desarrollo infantil. Procurar que los servicios de cuidado y desarrollo infantil permitan la inserción laboral y educativa de los padres y las madres.</p>	<p>2253-3506</p>	
<p>Instituto Costarricense de Masculinidad, Pareja y Sexualidad (Instituto WEM)</p>	<p>Contribuir al estudio, investigación, reflexión, capacitación e intervención en temáticas relativas a las masculinidades y sexualidades. Organizar y conducir grupos terapéuticos, de crecimiento personal y reflexión para hombres adultos y adolescentes. Asesorar a instituciones gubernamentales, municipios, grupos comunales y empresas para la construcción de políticas públicas y procesos institucionales de equidad de género.</p>	<p>Álvaro Campos Guadamuz</p>	<p>2225-7511 / 2234-2730  <a href="mailto:info@institutowemcr.org">info@institutowemcr.org</a> / <a href="mailto:alvarowem@gmail.com">alvarowem@gmail.com</a></p>
<p>Grupo de Alcohólicos Anónimos (AA) de la</p>	<p>Manuel Ulate</p>	<p>8334-3216 / 2511-1072 /</p>	

Fucotbi (Fundación Costarricense de Trastorno Bipolar)	Brindar un espacio para los pacientes con trastorno bipolar y sus familiares. Brindar terapia de grupo a pacientes, terapia individual, psicoeducación a pacientes y familiares y educación de la población general mediante talleres y medios de prensa.	Carlos Raúl Gruttner Ramírez	8745-2323	fucotbi.ong@gmail.com
CODA (Codependientes Anónimos). Grupo un día a la vez	El único requisito para ser miembro es el deseo de tener relaciones sanas y amorosas.		8455-2836	
Precid (Programa de Prevención, Consejería e Investigación en Drogas) de la Universidad de Costa Rica	Prevención, consejería e investigación en adicciones a tabaco, alcohol y otras drogas		2511-2101	precid.ee@ucr.ac.cr
CAP (Centro de Atención Psicológica)	Su fin es brindar atención psicológica a personas con distintas necesidades psicosociales.		2511-5776	
Por nosotras	Grupo de apoyo a mujeres que desean trabajar su crecimiento personal.	Cyndi Calvo Jiménez	7013-4799	



[Patricia Blanco Picado](#)  
Periodista Oficina de Divulgación e Información  
Destacada en ciencias básicas  
[patricia.blancopicado@ucr.ac.cr](mailto:patricia.blancopicado@ucr.ac.cr)