








# Recursos de Salud Integral para Veteranos y Veteranas

Recurso	Dirección web	Código QR
<p><b>Sitio web de Salud Integral</b></p> 	<p>En este sitio web encontrará toda la información relacionada con Salud Integral, nuestro enfoque de vanguardia que busca apoyar su salud y bienestar. Asegúrese de marcar este sitio como referencia para el futuro.</p>	
<p><b>Cuidado propio para Veteranos y Veteranas</b> #ViveEnSaludIntegral</p> 	<p>Contamos con una serie de blogs sobre el cuidado propio que resalta distintos recursos de Salud Integral, como videosesiones de yoga o meditación, que puede intentar desde su hogar para vivir de una manera más sana y alegre. También, se publican vídeos nuevos periódicamente en el sitio web de Vantage Point.</p>	
<p><b>Círculo de Bienestar</b></p> 	<p>¿Está en busca de ayuda para mejorar su salud en una o varias áreas de su vida? El Círculo de Bienestar ilustra las conexiones que existen entre su salud y otros aspectos de su vida. Este sitio web ofrece una amplia gama de materiales útiles según cada dimensión del Círculo de Bienestar.</p>	
<p><b>Descubre qué es importante.</b> Vive en Salud Integral (Vídeo)</p> 	<p>“Descubre qué es importante” es un vídeo que destaca cómo Salud Integral sitúa a los Veteranos y Veteranas en el centro de su cuidado para ayudarles a tomar decisiones informadas, a adoptar hábitos saludables, a tener encuentros positivos con su equipo de cuidado y a lograr sus metas de salud.</p>	
<p><b>Folletos educativos sobre Salud Integral para Veteranos y Veteranas</b></p> 	<p>Los folletos educativos de Salud Integral son materiales de apoyo para Veteranos y Veteranas durante su recorrido en este sistema de salud. En este sitio web puede encontrar recursos útiles para aprender sobre cada componente del Círculo de Bienestar.</p>	
<p><b>Videos de Salud Integral</b></p> 	<p>Aprenda sobre los conceptos principales de Salud Integral y cada área del Círculo de Bienestar.</p>	
<p><b>Aplicaciones móviles y herramientas en línea de Salud Integral</b></p> 	<p>Utilice estas herramientas digitales y móviles para apoyar su salud. La lista incluye desde recursos desarrollados por el Departamento de Asuntos de los Veteranos (VA, por sus siglas en inglés), hasta recursos disponibles públicamente.</p>	

## Otros enlaces importantes de VA

Recurso	Dirección web	Código QR
<p><b>Biblioteca de Salud para Veteranos y Veteranas</b></p> 	<p>La Biblioteca de Salud para Veteranos y Veteranas (VHL, por sus siglas en inglés) es una fuente de información sanitaria confiable que incluye hojas informativas, vídeos y herramientas interactivas para apoyar la salud y el bienestar, y ayudar a cada participante a manejar condiciones crónicas. <a href="https://www.veteranshealthlibrary.va.gov/">https://www.veteranshealthlibrary.va.gov/</a></p>	
<p><b>Atención médica para Veteranas</b></p> 	<p>Obtenga más información sobre el trabajo que hace VA para atender las necesidades de atención médica de las Veteranas. <a href="https://www.womenshealth.va.gov/">https://www.womenshealth.va.gov/</a></p>	
<p><b>Atención de salud mental en VA</b></p> 	<p>VA cuenta con recursos de apoyo para manejar los estresores y experiencias únicas que viven los Veteranos y Veteranas. ¡Estamos a solo un clic, texto o llamada! Nuestro equipo está aquí para ayudar, sin importar qué tan grande o pequeño parezca el problema. <a href="https://www.mentalhealth.va.gov/">https://www.mentalhealth.va.gov/</a></p>	
<p><b>Línea de Crisis para Veteranos y Veteranas</b></p> 	<p>La Línea de Crisis para Veteranos y Veteranas es un recurso gratuito y confidencial que está disponible para cualquier persona, aunque no esté registrada o inscrita en VA. Si está en crisis y necesita hablar con un respondedor, llame al 1-800-273-8255 y oprima el 1. <a href="https://veteranscrisistline.net/">https://veteranscrisistline.net/</a></p>	