

— • —

RECONOZCA LAS SEÑALES

— • —

elsuicidioesprevenible.org



RECONOZCA
LAS SEÑALES

Financiado por créditos a través de la Ley de Servicios de Salud Mental Propuesta C3, apoyado por el sector

¿Está preocupado por un ser querido?

El sufrimiento no siempre se nota. Si observa, aunque sea una de estas señales, especialmente si nota que el comportamiento es algo nuevo, que ha incrementado o que parece ser a causa de una pérdida, un cambio o un evento trágico, actúe o diga algo para ayudar a un ser querido.

Señales de alerta para tener en cuenta:

- Charlas sobre deseos de morir o suicidarse
- Buscan maneras de suicidarse
- Sentimientos de desesperanza, desesperación, acorralamiento
- Entrega de posesiones
- Poner las cosas en orden
- Comportamiento imprudente
- Ira
- Consumo mayor de drogas o alcohol
- Ansiedad o agitación
- Cambios en el sueño
- Cambios repentinos del humor
- Sin sentido de propósito

Si está preocupado por alguien, acérquese y pregunte:

“¿Estás pensando en suicidarte?”

Si usted piensa que la persona podría suicidarse, tómelo en serio. No la deje sola. Llame a la Red Nacional de Prevención del Suicidio al **1-888-628-9454** en cualquier momento para recibir asistencia o llame al **9-1-1** para emergencias que amenacen la vida.