



ESCUCHE Y DIALOGUE

elsuicidioesprevenible.org



RECONOCER
LAS SEÑALES

Financiado por contribución a través de la Ley de Servicios de Salud Mental (Proyecto 02), aprobada por votación.

Si está preocupado por alguien, no dude. Pregunte directamente sobre el suicidio y busque ayuda.

“¿Estas pensando en suicidarte?”

El hablar sobre el suicidio NO le mete esa idea en la cabeza a alguien; por lo contrario, normalmente la persona siente un alivio. Preguntar directamente y usar la palabra “suicidio”, establece que Ud. y la persona en riesgo están hablando sobre lo mismo. Además, permite a la persona saber que Ud. está dispuesto a dialogar acerca del suicidio.

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.