

La Red Nacional
de Prevención
del Suicidio es
GRATUITA y
confidencial y está
siempre disponible.

AYUDE a una
persona querida
o a un amigo,
o ayúdese a
sí mismo.



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
Substance Abuse and Mental Health Services Administration
www.samhsa.gov

Impreso 2005 • Reimpreso 2011
CMHS-SVP-0126s

RED NACIONAL
de
PREVENCIÓN
del
SUICIDIO
1-888-628-9454

prevenciondelsuicidio.org

**Conozca
las señales
de peligro.**

Señales que indican peligro de suicidio

Estas señales pueden indicar que una persona corre peligro de suicidarse. El peligro es mayor si el comportamiento es nuevo o se ha intensificado y si parece relacionado con un evento, una pérdida o un cambio doloroso.

- ❖ Hablar de morir o de matarse.
- ❖ Buscar formas de matarse, por ejemplo en Internet, o comprar un arma de fuego.
- ❖ Decir que no tiene ninguna esperanza ni razón para vivir.
- ❖ Decir que se siente atrapado o que sufre terriblemente.
- ❖ Decir que siente que es una carga para los demás.
- ❖ Usar drogas o beber más que antes.
- ❖ Demostrar ansiedad o agitación, o actuar de manera imprudente.
- ❖ Dormir muy poco o demasiado.
- ❖ Aislarse o sentirse aislado.
- ❖ Actuar con furia o hablar de vengarse.
- ❖ Cambiar de humor bruscamente.

El suicidio se puede prevenir.

Llame al número 1-888-628-9454.

Nuestro apoyo le dará aliento