

Señales de Suicidio

Solicite ayuda lo más pronto posible, contacte a un experto de salud mental, o llame a la Red Nacional Para La Prevención de Suicidio al 1-800-273-8255. Al llamar, pida una referencia si usted o un conocido sufre los siguientes síntomas:

- Una persona que ha amenazado o hablado sobre hacerse daño o matarse;
- Una persona que ha buscado maneras de hacerse daño con armas de fuego, sobre medicándose, o de alguna otra manera;
- Una persona que habla sobre la muerte y/o habla de morir cuando ese tipo de tema no es normal en esa persona;
- Sentirse desesperado o sentirse sin esperanza,
- Sentir furia, tener ira fuera de control, o intentar vengarse con otras personas,
- Actuar impulsivamente y/o involucrarse en actividades arriesgadas,
- Sentirse atrapado y sin salida,
- Aumentar el uso de alcohol o drogas,
- Aislarse o apartarse de amistades, familia o de la comunidad,
- Sentirse ansioso, agitado, no poder conseguir el sueño, o dormir demasiado,
- Sentir dramáticos cambios del estado de ánimo,
- Perder la razón de vivir o de valorar su vida.

RED
p a a a .
PREVENCIÓN
e
SUICIDIO
NACIONAL
1-800-273-8255

¿Estás tu o
un ser querido
al riesgo de suicidio?

RED
p a a a .
PREVENCIÓN
e
SUICIDIO
NACIONAL
1-800-273-8255



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

Printed: September 2005 • CMHS-SVP-0126s

Infórmate y toma
acción preventiva.