

ADULTOS MAYORES:

¿Cómo podemos apoyar y prevenir el suicidio?

 Se define como adulto mayor a toda persona de 60 años o más en Puerto Rico.

DURANTE EL PERIODO

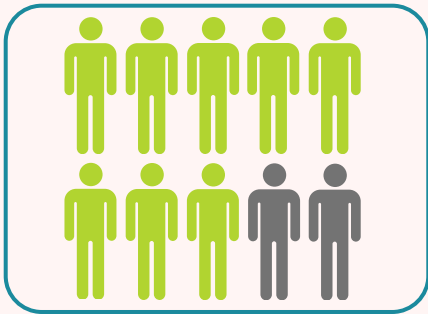
2020 – 2024



El ahorcamiento es el método de suicidio más utilizado entre adultos mayores.



411 adultos mayores perdieron su vida por suicidio.



**8 de cada 10 suicidios
ocurrieron en hombres
mayores de sesenta
años.**



EL SUICIDIO EN ADULTOS MAYORES ES UNA REALIDAD QUE REQUIERE ATENCIÓN URGENTE.



SEÑALES DE PELIGRO DE SUICIDIO EN ADULTOS MAYORES

- Expresiones de desesperanza.
- Sentirse como una carga o un estorbo.
- Desnutrición extrema por dejar de comer (inanición).
- Cambios en el consumo de alcohol o drogas.
- Ingesta inapropiada de medicamentos.

ESTRATEGIAS PARA PREVENIR EL SUICIDIO EN ADULTOS MAYORES:

1. Identifique a quienes necesiten apoyo en su comunidad.
2. Escuche con empatía y reconozca situaciones de riesgo.
3. Transporte y acompañe a citas médicas.
4. Promueva que veteranos utilicen los servicios médicos del VA.
5. Fortalezca las redes de apoyo comunitarias.



Para más información sobre la Comisión para la Prevención del Suicidio, visite nuestra página, utilizando el enlace o código QR:
<https://prevencionsuicidio.salud.pr.gov/>



DEPARTAMENTO DE
SALUD
COMISIÓN PARA LA
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO
GOBIERNO DE PUERTO RICO