



La **Asfixia**  
es el principal método utilizado  
para suicidios en **Puerto Rico**

## ¿Cómo **hacer del hogar un lugar seguro** para una persona en riesgo de asfixia por suspensión (ahorcamiento)?

**1**

Mire el espacio de la persona desde una perspectiva de prevención de suicidio.

**2**

Haga un recorrido por el hogar para identificar posibles medios de asfixia.

**3**

Remueva del hogar objetos/ligaduras que puedan representar un riesgo.

**4**

Reemplace las ligaduras potencialmente peligrosas por materiales más seguros.



**Poner tiempo y distancia entre la persona en riesgo de suicidio y el método puede salvar su vida**

Si usted o alguien que conoce está en riesgo de suicidio es importante buscar ayuda inmediatamente. La Línea PAS está disponible 24/7 y libre de costo: **Llama al 988.** Para más información sobre la Comisión para la Prevención del Suicidio del Departamento de Salud escriba a: [prevencionsuicidio@salud.pr.gov](mailto:prevencionsuicidio@salud.pr.gov)