



Prevención de suicidio
en comunidad:

Identifica, escucha y apoya

Señales de peligro



Niñez

- Dibujos alusivos al suicidio
- Conducta regresiva (orinarse encima, terrores nocturnos)
- Cambios en conducta o estado de ánimo



Juventud

- Coraje persistente
- Dificultad para concentrarse
- Automutilación
- Tristeza constante



Adultez

- Hablar de morir o de matarse
- Uso de alcohol o drogas
- Cambios en los patrones de sueño o alimentación
- Poco interés en las actividades cotidianas
- Regalar objetos queridos
- Despedirse sin razón aparente
- Desesperanza y desesperación

¿Cómo ayudar?

1

Identifica las señales de peligro

2

Escucha sin juzgar

3

Pregunta directamente
"¿Estás pensando en suicidarte?"

4

Expresa tu apoyo

5

Toma en serio la amenaza o intento de suicidio

6

Asegúrate de que reciba ayuda profesional

Si tú o alguien que conoces necesita ayuda, llama a la
Línea PAS de ASSMCA: 9-8-8
1-800-981-0023
787-615-4112 VRS



Gobierno de Puerto Rico
**COMISIÓN PARA LA
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO**
Departamento de Salud



Para información sobre la **Comisión
para la Prevención del Suicidio** visita:
prevencionsuicidio.salud.pr.gov
o utiliza el código QR.



DEPARTAMENTO DE
SALUD
GOBIERNO DE PUERTO RICO