

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

En Texas, el suicidio es la segunda causa de muerte entre las edades de 10-24 años y hubo 491 muertes por suicidio en 2014 entre las edades de 10 a 24 años según el Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas. Hubo 107 muertes por suicidio en 2014 entre los 10-24 años y 732 muertes totales por suicidio en 2014 para todas las edades en 11 condados del norte de Texas.

732 muertes por suicidio afectaron 13,176 “sobrevivientes de pérdidas” en el Norte de Texas en 2014. Los sobrevivientes de pérdidas son identificados como amigos cercanos y familiares que están sufriendo la muerte.



LEWISVILLE ISD GUIDANCE AND COUNSELING

lisd.net/counseling
@LISDcounselors1 | 972.350.4768
1565 W. Main St. | Lewisville, TX 75067

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



SEÑALES DE ADVERTENCIAS

- Sentimientos de tristeza o desesperanza
- Ansiedad
- Una disminución en el rendimiento académico
- Pérdida de interés en actividades sociales y deportivas
- Dormir muy poco o demasiado
- Cambios en el peso o apetito
- Regalar posesiones preciadas
- Incapacidad de concentrarte o pensar claramente
- Desánimo hacia el futuro
- Un aumento en el uso de droga o alcohol
- Hablar de “irse” o desear terminar con todo
- Ponerse muy alegre y feliz subitamente después de estar deprimido por un periodo de tiempo

OBTENGA AYUDA

Para adolescentes

- Toma las acciones de tu amigo seriamente
- Habla con un adulto de confianza y no estés solo en ayudar a tu amigo
- Convence a tu amigo de llamar a la Línea de Crisis y hable con alguien: El número de la Línea de Crisis: 214.828.1000 | Línea Directa National: 800.273.TALK - Nunca dejes a alguien solo si amenaza con suicidarse. Llama al 9-1-1 o lleva a la persona a la sala de emergencias o clínica sin citas de un hospital.

Para los padres

- Apoye a su hijo (escuche, no lo critique, permanezca conectado)
- Obtenga ayuda inmediata (encuentre un profesional de la salud mental o médico)
- Infórmese (internet, grupo de apoyo local, biblioteca)
- Convenza a su hijo para que llame a la Línea de Crisis: 214.828.1000 | Línea Directa National: 800.273.TALK - Nunca dejes a alguien solo si amenaza con suicidarse. Llama al 9-1-1 o lleva a la persona a la sala de emergencias o a la clínica sin citas de un hospital.

Fuente: The Suicide and Crisis Center of North Texas | <https://www.sccenter.org/>

RECURSOS

Denton County MHMR:

940-381-5000

Suicide and Crisis Center of North Texas:

214-828-1000, 800-273-8255, sccenter.org

National Suicide Prevention Hotline:

1-800-784-2433

Go Ask Alice!:

goaskalice.columbia.edu

The Trevor Project:

thetrevorproject.com

