

## SUICIDE PREVENTION

In Texas, suicide is the second leading cause of death for ages 10-24 and there were 491 deaths by suicide in 2014 for ages 10-24 according to the Texas Dept. of State Health Services. There were 107 deaths by suicide in 2014 for ages 10-24 and 732 Total Deaths by suicide in 2014 for all ages in 11 counties of North Texas.

732 deaths by suicide affected 13,176 "loss survivors" in North Texas in 2014. Loss survivors are identified as the close friends and family members who are grieving the death.



### LEWISVILLE ISD GUIDANCE AND COUNSELING

[lisd.net/counseling](http://lisd.net/counseling)  
@LISDcounselors1 | 972.350.4768  
1565 W. Main St. | Lewisville, TX 75067

# SUICIDE PREVENTION



## WARNING SIGNS

- Feelings of sadness or hopelessness
- Anxiety
- A decline in school performance
- Loss of interest in social and sports activities
- Sleeping too little or too much
- Changes in weight or appetite
- Giving away treasured possessions
- Inability to concentrate or think clearly
- Discouragement about the future
- An increase in drug or alcohol use
- Talk of “going away” or wanting to end it all
- Suddenly becoming very cheerful and happy after being depressed for a period of time

## GETTING HELP

### For Teens

- Take your friend’s actions seriously
- Talk to an adult you trust, and don’t be alone in helping your friend
- Convince your friend to call the Crisis Line and talk to someone. Crisis Line Number: 214.828.1000 | National Hotline: 800.273.TALK
- Never leave someone alone if they are threatening suicide. Call 9-1-1 or take the person to an emergency room or walk-in clinic at a hospital.

### For Parents

- Support your child (listen, do not criticize, remain connected)
- Get your child immediate help (find a mental health or medical professional)
- Become informed (internet, local support group, library)
- Convince your child to call the Crisis Line: 214.828.1000 | National Hotline: 800.273.TALK
- Never leave someone alone if they are threatening suicide. Call 9-1-1 or take the person to an emergency room or walk-in clinic at a hospital.

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

## RESOURCES

### Denton County MHMR:

940-381-5000

### Suicide and Crisis Center of North Texas:

214-828-1000, 800-273-8255, [sccenter.org](http://sccenter.org)

### National Suicide Prevention Hotline:

1-800-784-2433

### Go Ask Alice!:

[goaskalice.columbia.edu](http://goaskalice.columbia.edu)

### The Trevor Project:

[thetrevorproject.com](http://thetrevorproject.com)



## 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](http://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](http://sccenter.org)

### National Suicide Prevention Hotline:

1-800-784-2433

### Go Ask Alice!:

[goaskalice.columbia.edu](http://goaskalice.columbia.edu)

### The Trevor Project:

[thetrevorproject.com](http://thetrevorproject.com)

