

## Reconociendo y Respondiendo a Señales de Advertencia de Suicidio

**Las señales de advertencia** son indicios de que alguien puede estar en peligro de suicidio, ya sea inmediatamente o en un futuro próximo.

Señales de advertencia para la prevención del suicidio es una declaración de consenso desarrollada por un grupo de trabajo de expertos reunidos por la Asociación Americana de Suicidología. El grupo organizó las señales de advertencia por grado de riesgo, y enfatizó la importancia de incluir una dirección clara y específica sobre qué hacer si alguien exhibe señales de advertencia. Esta declaración de consenso describe las señales generales de alerta de suicidio. Las señales de advertencia difieren según el grupo de edad, la cultura, e incluso individual.

El reciente advenimiento de los medios de comunicación social ha proporcionado otro punto de venta en el que se pueden exhibir señales de advertencia. Las diferencias en cómo y dónde se pueden exhibir los signos de advertencia demuestran la importancia de adaptar la formación de guardianes para el grupo de edad y las comunidades culturales con quienes los guardianes estarán interactuando.

Señales de advertencia para el suicidio y acciones correspondientes

Busque ayuda inmediata de un proveedor de salud mental, 9-1-1 o su proveedor de emergencias local, o la Línea de Vida de Prevención Nacional de Suicidio al 1-800-273-TALK (8255) cuando oiga o vea cualquiera de estos comportamientos:

- Alguien amenazando con herirse o suicidarse
- Alguien que busca maneras de suicidarse; Buscar el acceso a píldoras, armas u otros medios
- Alguien hablando o escribiendo sobre la muerte, la muerte o el suicidio, cuando estas acciones son fuera de lo común para la persona

Busque ayuda comunicándose con un profesional de la salud mental o llamando al 1-800-273-TALK para referencias si usted testifica, oye o ve a cualquiera que muestre uno o más de estos comportamientos:

- La desesperanza no expresa ninguna razón para vivir, no tiene sentido de propósito en la vida
- Rabia, ira, buscando venganza
- Recklessness o comportamiento arriesgado, aparentemente sin pensar
- Expresiones de sentirse atrapado -como no hay salida
- Mayor consumo de alcohol o drogas

- Retiro de amigos, familia o sociedad
- Ansiedad, agitación, incapacidad para dormir o sueño constante
- Cambios dramáticos del humor

Si usted o alguien que usted conoce está en una crisis suicida,  
Llame a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 1-800-273-TALK (8255)

## **REFERENCIA**

Rudd, M.D., Berman, A.L., Joiner, T.E.J., Nock, M.K., Silverman, M.M.,  
Mandrusiak, M., y Witte, T. (2006). Señales de advertencia para el suicidio:  
Teoría, investigación y aplicación clínica. *Suicidio y Comportamiento que  
amenaza la Vida*, 36 (3), 255-262.