

La Red Nacional  
de Prevención  
del Suicidio es  
**GRATUITA** y  
confidencial y está  
siempre disponible.

**AYUDE** a una  
persona querida  
o a un amigo,  
o ayúdese a  
sí mismo.



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES  
Substance Abuse and Mental Health Services Administration  
[www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov)

Impreso 2005 • Reimpreso 2011  
CMHS-SVP-0126s

**RED NACIONAL**  
de  
**PREVENCIÓN**  
del  
**SUICIDIO**  
1-888-628-9454

[prevenciondelsuicidio.org](http://prevenciondelsuicidio.org)

**Conozca  
las señales  
de peligro.**

# Señales que indican peligro de suicidio

Estas señales pueden indicar que una persona corre peligro de suicidarse. El peligro es mayor si el comportamiento es nuevo o se ha intensificado y si parece relacionado con un evento, una pérdida o un cambio doloroso.

- ❖ Hablar de morir o de matarse.
- ❖ Buscar formas de matarse, por ejemplo en Internet, o comprar un arma de fuego.
- ❖ Decir que no tiene ninguna esperanza ni razón para vivir.
- ❖ Decir que se siente atrapado o que sufre terriblemente.
- ❖ Decir que siente que es una carga para los demás.
- ❖ Usar drogas o beber más que antes.
- ❖ Demostrar ansiedad o agitación, o actuar de manera imprudente.
- ❖ Dormir muy poco o demasiado.
- ❖ Aislarse o sentirse aislado.
- ❖ Actuar con furia o hablar de vengarse.
- ❖ Cambiar de humor bruscamente.

**El suicidio se puede prevenir.**

**Llame al número 1-888-628-9454.**

**Nuestro apoyo le dará aliento**