

Señales de alerta de suicidio en jóvenes

Salva una vida.



Haz algo si ves alguna de estas señales en tus familiares o amigos:

1. Hablar o tener planes de suicidarse.
2. No tener esperanza en el futuro.
3. Mostrar angustia o dolor emocional intensos o agobiantes.
4. Mostrar cambios preocupantes y relevantes en el comportamiento, especialmente si están acompañados de las señales de alerta anteriores, entre los que se incluyen:
 - Aislamiento o cambios en las relaciones o situaciones sociales.
 - Cambios en el sueño (aumento o disminución).
 - Rabia o agresividad que no es característica de la persona o que está fuera de contexto.
 - Aumento reciente de agitación o de irritabilidad.

Si tú o alguien que conoces están sufriendo o pasando por una crisis, podemos ayudarlos.

Llama o **textea al 988**, chatea en Linea988.org o comunícate con un profesional de la salud mental.



PEP23-08-03-007