

Infografía de SOS para padre

Reconozca que está observando señales de suicidio en sus hijos.



Cambios significantes en el comportamiento como



Parecer muy deprimido o desamparado



Hablar acerca del suicidio



Dormir más o dormir menos



Aumentar la irritación o agitación



Distanciarse de la familia o amigos

Demuestre a sus hijos que usted se preocupa.

Puede demostrar su preocupación escuchando y haciendo preguntas

Explíqueme más acerca de esto

Estoy aquí para ayudarlo

Está bien sentirse así

Hay ayuda disponible

Hable con un profesional.



Si tiene preocupaciones acerca de sus hijos, **comuníquese** con su pediatra o consejero escolar.

La mayoría de las personas que piensan en el suicidio están luchando con una condición de salud mental como la depresión. Con ayuda profesional, las personas empiezan a sentirse mucho mejor.

La ayuda está siempre disponible. Si le preocupa su hijo, llame o envíe un mensaje de texto a **Suicide & Crisis Lifeline** al 988 o envíe un mensaje de texto a **Crisis Text Line** al 741741 para recibir asistencia gratuita las 24 horas, los 7 días de la semana

Copyright © 2020 MindWise Innovations®, a service of Riverside Community Care.