

EL SUICIDIO EN JÓVENES *se puede* PREVENIR

En una crisis

- En caso de una emergencia, llame al 911 o acúdase a la sala de emergencia del hospital más cercano.
- O llame La línea nacional para la prevención del suicidio:
1-800-273-TALK
(1-800-273-8255)



Ayude a salvar vidas

La organización Second Wind Fund de Metro Denver fue fundada como una respuesta comunitaria a cuatros suicidios consecutivos en una escuela preparatoria local en el 2002.

Usted también puede ayudar a salvar vidas.

Tome acción en contra del suicidio en los jóvenes

- Haga un donativo desgravable en:
www.swfmd.org
- ¡Conviértase en voluntario!
- ¡Participe en uno de nuestros eventos especiales!

Comuníquese con SWFMD

13701 W. Jewell Ave. #251
Lakewood, CO 80228

Información general: 720-962-0706

Línea de referencia: 303-988-2645

Fax: 720-962-0821

www.swfmd.org



Second Wind Fund
de Metro Denver

Su Comunidad. Sus Hijos.

SWFMD activamente procura promover acceso, igualdad y masividad

www.swfmd.org

Suicidio en los jóvenes

- En cuanto a las tasas de suicidios en la nación, Colorado está en el sexto lugar de las más altas .
- 1 de cada 4 adolescentes tuvo pensamientos suicidas durante el año pasado, y no sólo pensamientos pasajeros.
- El suicidio es la segunda causa principal de muerte para niños de 10-19 años de edad.
- El suicidio afecta todas las edades, géneros, culturas y clases socioeconómicas.

Second Wind Fund de Metro Denver

Nuestra misión es de disminuir la incidencia de suicidios en los adolescentes, quitando las barreras económicas y sociales al tratamiento para los jóvenes en peligro.

Por proveer servicios de terapia con terapeutas certificados, el SWFMD ha salvado las vidas de miles de niños y adolescentes en el área metropolitana de Denver que han luchado con pensamientos suicidas.



www.swfmd.org

Signos de advertencia

Estos signos pueden indicar que un adolescente puede estar en riesgo de suicidio:

- Hablar sobre el suicidio o la muerte “Ojalá que me muriera” o “Me debo matar.”
- Sentido de falta de pertenecer
- Sentirse como un fracasado o una carga para los demás “Sería mejor si no estuviera acá”
- Aislamiento social
- Sentirse deprimido, impotente y desesperado
- Previo(s) intento(s) de suicidio
- Historia de suicidio entre familiares o amistades
- Cambios drásticos de comportamiento
- Falta de interés en actividades
- Regalar posesiones más preciadas
- Correr riesgos innecesarios, o comportamiento impulsivo
- Humillación o crisis de disciplina
- Irritabilidad crónica e inquietud
- Pérdida grave reciente- como el divorcio de los padres, terminación de una relación, una muerte, etc
- Enfermedad mental
- Abuso de alcohol o drogas
- Hacer un plan para el suicidio

Si usted es consciente de cualquier de estos factores de riesgo y signos de advertencia, **actúe y busque ayuda.**

En una emergencia, llame al 911 o váyase a la sala de urgencia más cercana.

Si usted está preocupado

- **Pregúnteles** si están luchando con pensamientos suicidas o de matarse.
- **Escuche** en una manera compasiva y sin juzgar.
- **Anímelos** a buscar ayuda; *hay ayuda y esperanza!*
- **Dígales** que a usted le importan.
- **NO LO GUARDE EN SECRETO.**



Para recomendar a un joven a SWFMD:

Pónganse en contacto con su consejero escolar, psicólogo o trabajador social que puede ponerse en contacto con SWFMD de su parte. Si el adolescente no asiste a una escuela, comuníquese con su médico familiar o con un profesional de salud mental.

Si usted es un joven, **dígase**lo a un adulto de confianza.