



Las Señales de Alerta de Suicidio en los Adolescentes

El suicidio es la segunda causa de muerte en los adolescentes y adultos jóvenes (edades de 10 a 34 años). Para los adolescentes, los factores de riesgo comunes para una conducta suicida incluyen:

- Depresión, ansiedad u otros problemas de salud mental
- Abuso de sustancias
- Una situación familiar difícil
- Un historial familiar de depresión o de suicidio
- Un previo intento de suicidio
- Abuso físico o sexual pasado o presente
- Problemas en la escuela, aislamiento de los compañeros o compañeras, o acoso frecuente
- Miedo, confusión o falta de apoyo relacionado con su orientación sexual o identidad de género
- Conducta violenta o rebelde
- Sentirse abrumada o abrumado por tener responsabilidades propias de un adulto o por tomar demasiadas responsabilidades demasiado pronto

Los adolescentes que sufren de depresión están en un riesgo particular de intentar suicidarse. Los síntomas de depresión en un adolescente incluyen:

- Cambios en sus hábitos de sueño o de comidas
- Aislamiento de las amistades y de la familia
- Cambio marcado en su apariencia o en su personalidad
- Pérdida de interés en sus actividades favoritas
- Concentración o desempeño escolar deficientes
- Fatiga o enfermedades físicas frecuentes
- Desinterés en los elogios, en los premios o en las muestras de afecto



Las señales de que un adolescente puede estar considerando el suicidio incluyen:

- Quejas sobre sentirse “podrido o podrida por dentro”
- Declaraciones fatalistas, como “Dentro de poco ya no seré un problema”
- Regalar o desechar sus pertenencias favoritas
- Cambios de estado de ánimo extremos o episodios de ira
- Falta de interés en su apariencia o en su higiene
- Conducta inusualmente alegre seguida de un periodo de depresión

Declaraciones como “Me quiero matar” o “Me voy a suicidar” son señales de alarma que requieren de intervención, aún cuando se digan en el calor del enojo. Si escuchas estas palabras, llama a LifeMatters o habla con un médico o con un profesional de la salud mental.

Es importante hablar frecuentemente con los adolescentes. Si estás preocupada o preocupado por el bienestar de un adolescente, llama al consejero o consejera de la escuela o al médico de tu familia. LifeMatters también está disponible 24/7/365.

1-800-367-7474

Asistencia con tu Vida, tu Trabajo, tu Familia, y tu Bienestar

mylifematters.com • 24/7/365

Llama por cobrar al **+1 262-574-2509** si llamas fuera de Norteamérica

Los servicios de ayuda en los idiomas hablados y escritos que usted prefiera están disponibles en forma gratuita llamando al 1-800-367-7474. La información anterior tiene propósitos educativos solamente y no tiene la intención de reemplazar el consejo médico.

