



Si usted está contemplando el suicidio o conoce a alguien que lo está,

### **CONSIGA AYUDA.**

Llame al 911. O bien, en los Estados Unidos, llame al 1-800-273-TALK (8255). En Canadá, The Canadian Association for Suicide Prevention (Asociación Canadiense para la Prevención del Suicidio) ([suicideprevention.ca](http://suicideprevention.ca)) mantiene una lista actualizada de las líneas de emergencia por provincia y territorio.



Si usted está contemplando el suicidio o conoce a alguien que lo está,

### **CONSIGA AYUDA.**

Llame al 911. O bien, en los Estados Unidos, llame al 1-800-273-TALK (8255). En Canadá, The Canadian Association for Suicide Prevention (Asociación Canadiense para la Prevención del Suicidio) ([suicideprevention.ca](http://suicideprevention.ca)) mantiene una lista actualizada de las líneas de emergencia por provincia y territorio.

# EL SUICIDIO SE PUEDE EVITAR

La vida es un regalo precioso de Dios. El suicidio habla del trágico quebrantamiento y dolor en la vida humana. Algunas personas de fe creen que el suicidio es un pecado imperdonable, pero la Escritura enseña que nada, incluyendo el suicidio, nos puede separar del amor de Dios en Cristo Jesús Señor nuestro (Romanos 8:38-39). Las personas que intentan suicidarse necesitan apoyo, amor y terapia; no condenación. La iglesia tiene el reto de abordar el tema del valor de la vida, al hablar de forma realista sobre el dolor en la vida de las personas, y ofrecer esperanza en la presencia y fortalecimiento de Cristo.

Las siguientes señales pueden indicar que alguien está en riesgo de suicidio.\* (El riesgo es mayor si un comportamiento es nuevo o ha aumentado y si parece relacionado con un evento doloroso, pérdida o cambio.)

- Hablar sobre el deseo de morir o matarse
- Hablar sobre sentimientos de desesperanza o no tener ninguna razón para vivir
- Hablar de ser una carga para los demás
- Actuar ansioso o agitado
- Comportarse temerariamente
- Aislarse o sentirse aislado
- Mostrar ira o hablar de buscar venganza
- Regalar artículos personales
- Cambiar repentinamente para mejor o peor

El Grupo de Trabajo de Salud Mental de Asuntos de Discapacidad de la CRC y la RCA (The Mental Health Task Force of CRC and RCA Disability Concerns) ha organizado una serie de recursos en la prevención del suicidio, intervención y post intervención. Encuentre estos visitando [www.rca.org/disabilitysunday](http://www.rca.org/disabilitysunday) o [www.crcna.org/disabilityweek](http://www.crcna.org/disabilityweek).

*\* Adaptado del libreto de la Red Nacional para Prevención de Suicidio (National Suicide Prevention Lifeline wallet card), "Aprenda las señales de advertencia."*



DSM1709

# EL SUICIDIO SE PUEDE EVITAR

La vida es un regalo precioso de Dios. El suicidio habla del trágico quebrantamiento y dolor en la vida humana. Algunas personas de fe creen que el suicidio es un pecado imperdonable, pero la Escritura enseña que nada, incluyendo el suicidio, nos puede separar del amor de Dios en Cristo Jesús Señor nuestro (Romanos 8:38-39). Las personas que intentan suicidarse necesitan apoyo, amor y terapia; no condenación. La iglesia tiene el reto de abordar el tema del valor de la vida, al hablar de forma realista sobre el dolor en la vida de las personas, y ofrecer esperanza en la presencia y fortalecimiento de Cristo.

Las siguientes señales pueden indicar que alguien está en riesgo de suicidio.\* (El riesgo es mayor si un comportamiento es nuevo o ha aumentado y si parece relacionado con un evento doloroso, pérdida o cambio.)

- Hablar sobre el deseo de morir o matarse
- Hablar sobre sentimientos de desesperanza o no tener ninguna razón para vivir
- Hablar de ser una carga para los demás
- Actuar ansioso o agitado
- Comportarse temerariamente
- Aislarse o sentirse aislado
- Mostrar ira o hablar de buscar venganza
- Regalar artículos personales
- Cambiar repentinamente para mejor o peor

El Grupo de Trabajo de Salud Mental de Asuntos de Discapacidad de la CRC y la RCA (The Mental Health Task Force of CRC and RCA Disability Concerns) ha organizado una serie de recursos en la prevención del suicidio, intervención y post intervención. Encuentre estos visitando [www.rca.org/disabilitysunday](http://www.rca.org/disabilitysunday) o [www.crcna.org/disabilityweek](http://www.crcna.org/disabilityweek).

*\* Adaptado del libreto de la Red Nacional para Prevención de Suicidio (National Suicide Prevention Lifeline wallet card), "Aprenda las señales de advertencia."*



DSM1709