

# SEÑALES DE SUICIDIO

Tienes un amigo que ha estado consumiendo marihuana y parece tener problemas. ¿Cómo puedes saber si él o ella tiene tendencias suicidas?

Recuerda el acrónimo **C - A - C - E** y presta atención a estos

**CUATRO SIGNOS DE SUICIDIO:**

## CIRCUNSTANCIAS

(SITUACIONES DE VIDA)

- Divorcio de los padres
- Rupturas de parejas
- Acoso escolar

## COMENTARIOS

(PALABRAS)

- “La gente estaría mejor sin mí”.
- “No estaré para verlo”.
- “¡Ya he terminado!”.

## ACCIONES

(COMPORTAMIENTOS)

- Regalar objetos preciados
- Despedirse de los seres queridos
- Deseo repentino de estar más cerca de Dios

## EMOCIONES

(SENTIMIENTOS)

- Tristeza extrema o llanto
- Estado depresivo o desesperanza
- De repente feliz después de un periodo de tristeza

**SI ALGUNA VEZ HAS PENSADO EN EL SUICIDIO O CONOCES A ALGUIEN QUE LO HAYA HECHO, ¿DÓNDE PODRÍAS IR A BUSCAR AYUDA?**

Si estas señales de alarma te afectan a ti o a alguien que conoces, busca ayuda lo antes posible. Llama a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 1-800-273-8255 o envía el mensaje de texto HELLO al 74174.

Investigación: [www.nimh.nih.gov/health/publications/warning-signs-of-suicide](http://www.nimh.nih.gov/health/publications/warning-signs-of-suicide)



**JOHNNY'S**  
AMBASSADORS

