

---

## Señales de suicidio en los adolescentes

Solicite ayuda lo más pronto posible, contacte a un experto de salud mental si usted o un conocido sufre los siguientes síntomas:

- Una persona que ha amenazado o hablado sobre hacerse daño o matarse;
- Una persona que ha buscado maneras de hacerse daño con armas de fuego, sobre medicándose, o de alguna otra manera;
- Una persona que habla sobre la muerte y/o habla de morir cuando ese tipo de tema no es normal en esa persona;
- Sentirse desesperado o sentirse sin esperanza,
- Sentir furia, tener ira fuera de control, o intentar vengarse con otras personas;
- Actuar impulsivamente y/o involucrarse en actividades arriesgadas,
- Sentirse atrapado y sin salida,
- Aumentar el uso de alcohol o drogas,
- Aislarse o apartarse de amistades, familia o de la comunidad,
- Sentirse ansioso, agitado, no poder conciliar el sueño, o dormir demasiado,
- Sentir dramáticos cambios del estado de ánimo,
- Perder la razón de vivir o de valorar su vida.