

**LIBERA**  
*tus*  
**SENTIMIENTOS**

**MES DE LA  
PREVENCIÓN  
DEL SUICIDIO**



**KIT DE RECURSOS**

# LIBERA tus SENTIMIENTOS

## Índice de contenidos



### MES DE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Intro .....	3
Contexto .....	4
Para todos .....	5
Para los jóvenes .....	6
Para padres y cuidadores .....	7
Para educadores y profesionales .....	8
Recursos adicionales .....	9



**MES DE LA  
PREVENCIÓN  
DEL SUICIDIO**



# INTRODUCCIÓN



Según el Departamento de Salud Pública de Georgia - En dicho estado, el número de niños de 0 a 17 años que acudieron a las salas de urgencias por motivos relacionados con el suicidio se incrementó en más del doble entre 2008 y 2022.

El suicidio afecta cada vez más a los jóvenes a un nivel preocupante. Hablar abiertamente sobre el suicidio, a pesar del estigma y lo delicado del tema, puede salvar vidas. Septiembre es el Mes Nacional de la Prevención del Suicidio, en el que defensores, sobrevivientes, organizaciones y miembros de la comunidad se reúnen para promover la concienciación sobre la prevención del suicidio. Durante el Mes de la Prevención del Suicidio, nos comprometemos a difundir la concienciación y a fomentar diálogos abiertos sobre el suicidio.

## ACCIÓN

Descargue y comparta este gráfico con su comunidad a través de las redes sociales, por correo electrónico o como recurso impreso.



988Lifeline.org	988GA.org
<b>FOR ALL INDIVIDUALS AND COMMUNITIES SEEKING CRISIS SUPPORT SERVICES</b>	<b>SOLELY FOR BEHAVIORAL HEALTH CRISIS SYSTEM STAKEHOLDERS IN GEORGIA</b>
<small>TO LINK IN YOUR ADVERTISING AND MARKETING EFFORTS AND USE #988LIFELINE</small>	<small>TO ACCESS MATERIALS AND VIEW DATA REPORTING ON THE CRISIS SYSTEM IN GEORGIA</small>

Source: 988ga.org



PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225

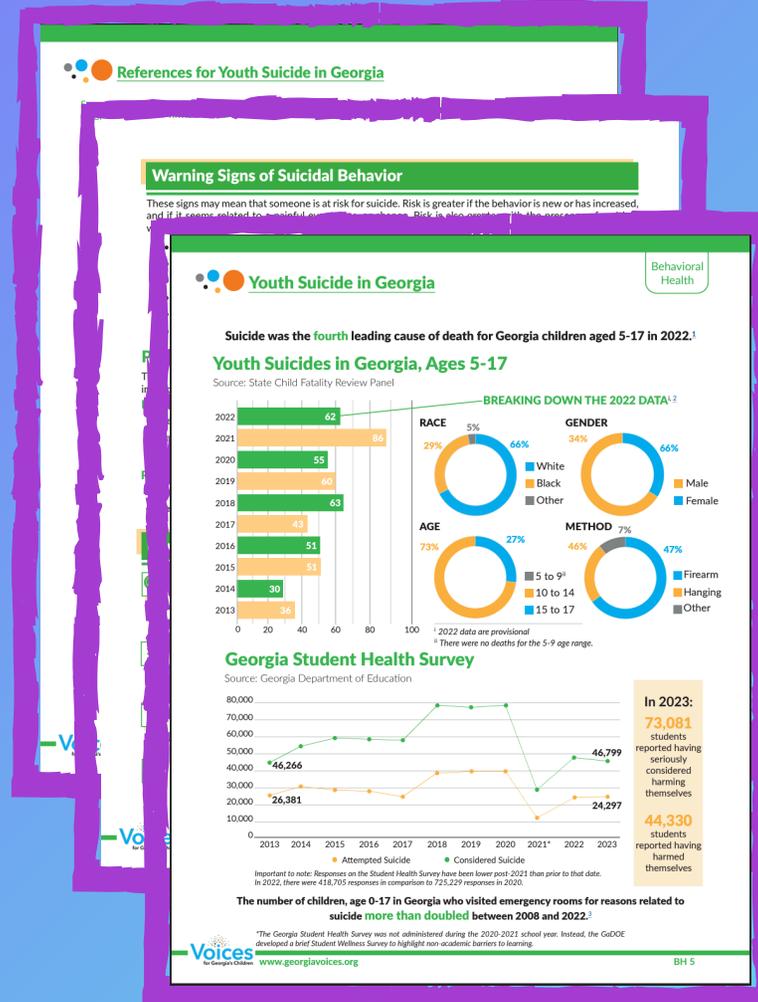


# CONTEXTO



Reconocer los signos de las tendencias suicidas, entender cómo ayudar y ser consciente de los diferentes factores de protección son cruciales para prevenir los pensamientos y acciones suicidas entre las personas.

Esta hoja informativa proporciona información sobre el bienestar de los jóvenes de Georgia en el contexto del suicidio y hace énfasis en las formas de apoyo y/o protección frente a los pensamientos y comportamientos suicidas.



PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225



# PARA TODOS

LIBERA  
tus  
SENTIMIENTOS

988 es el número de tres dígitos de la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis. Puede llamar o enviar un mensaje de texto en cualquier momento para obtener ayuda en caso de crisis de salud mental, pensamientos suicidas, problemas de abuso de sustancias o discapacidades del desarrollo. Se presta asistencia las 24 horas del día, tanto en inglés como en español.

## ACCIÓN:

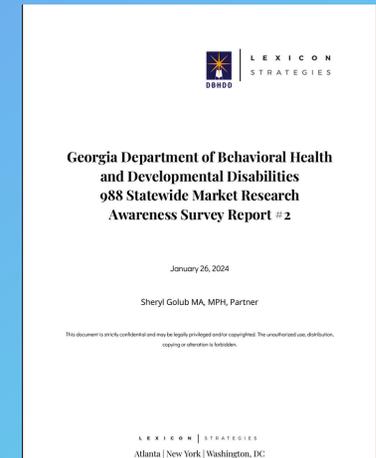
Guarde el número 9-8-8 en su teléfono y visite [988ga.org](http://988ga.org) para obtener más información. Su sitio web ofrece opciones de accesibilidad mejoradas, como idiomas adicionales ofrecidos, materiales para personas con problemas auditivos, recursos para veteranos y mucho más.



**Descargas y folletos**



**Videos y transparencia**



**Datos e informes**

**PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225**



# PARA JÓVENES

LIBERA  
tus  
SENTIMIENTOS

La Fundación Americana para la Prevención del Suicidio ofrece una amplia variedad de recursos para jóvenes que estén pensando en suicidarse, quieran ayudar a alguien que les preocupa o necesiten apoyo tras la pérdida de un ser querido.

## ACCIÓN

Visite esta página web para acceder a recursos de prevención del suicidio para usted o para otras personas.



Estoy teniendo pensamientos suicidas



He perdido a alguien



Estoy preocupado por alguien.



Sobreviví a un intento.

PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225



# PARA PADRES Y CUIDADORES

LIBERA  
tus  
SENTIMIENTOS

El suicidio es un tema difícil, pero demasiado importante para ignorarlo. Si eres un cuidador o alguien que pasa tiempo con niños y adolescentes, es importante que conozcas las señales de alarma.



## Talking to teens: Suicide prevention

Suicide is the second leading cause of death for young people ages 15 to 24. Learn about risk factors, warning signs, and how to help a suicidal adolescent.

 [apa.org](https://www.apa.org)

## ACCIÓN

Estas herramientas de la Asociación Americana de Psicología pueden ayudarte a saber más y a prevenir el suicidio juvenil



PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225



# PARA EDUCADORES Y PROFESIONALES



Los adultos que trabajan con jóvenes tienen la oportunidad de participar en iniciativas de prevención del suicidio juvenil en sus comunidades. Las asociaciones intersectoriales son fundamentales para apoyar a los jóvenes en todos los lugares donde viven, aprenden, trabajan y juegan. Formar relaciones de colaboración entre varios sectores es esencial para el bienestar de los jóvenes en sus diversos entornos. La Academia Americana de Pediatría (AAP) y la Fundación Americana para la Prevención del Suicidio (AFSP), junto con especialistas del Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH), han desarrollado un Plan para la Prevención del Suicidio Juvenil que sirve como herramienta informativa para ayudar a los profesionales que atienden a los jóvenes a encontrar estrategias y alianzas importantes para ayudar a los jóvenes en riesgo de suicidio.

## ACCIÓN

Esta sección del Plan ofrece estrategias y ejemplos concretos para ayudar a los pediatras, las escuelas y otros socios de la comunidad a trabajar juntos en la prevención del suicidio juvenil.

### Strategies for Community and School Settings for Youth Suicide Prevention

This section of the Blueprint for Youth Suicide Prevention provides strategies for addressing youth suicide prevention via clinician partnerships with community and school settings.

 [aap.org](http://aap.org)

PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225



# RECURSOS ADICIONALES



El programa Strong 4 Life (S4L) de Children's Healthcare of Atlanta comparte factores de protección, factores de riesgo, temas de conversación y mucho más sobre la prevención del suicidio en niños y adolescentes.



Para más información sobre el suicidio juvenil -desde estadísticas, desencadenantes y estrategias de prevención - visite la página web Facts for Families de la Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Adolescente (AACAP), donde encontrará información concisa y actualizada sobre cuestiones que afectan a los niños, los adolescentes y sus familias.

- [Suicidio en niños y adolescentes](#)
- [Autolesiones en los adolescentes](#)
- [Depresión en niños y adolescentes](#)
- [Trastorno bipolar en niños y adolescentes](#)
- [Amenazas de los niños: ¿Cuándo son graves?](#)
  
- [Control del estrés en los adolescentes](#)
- [Cerebro adolescente: Comportamiento, resolución de problemas y toma de decisiones](#)
- [Cuándo buscar ayuda para su hijo](#)
- [Armas de fuego y niños](#)
- [Acoso escolar](#)

PARA AYUDA URGENTE ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO O LLAME AL 988, O LLAME O DESCARGUE GCAL: 1-800-715-4225



**FREE**  
*your*  
**FEELS**™

**¿PREGUNTAS?  
CONTACTE A**

Maria Ramos  
Sr. Program Specialist  
Voices for Georgia's Children  
[freeyourfeels@gmail.com](mailto:freeyourfeels@gmail.com)

