



Datos Sobre el Suicidio

LO QUE NECESITAS SABER

- RISD tiene un procedimiento para ayudar a nuestros alumnos en necesidad.
- Consejeros, enfermeras y miembros de la administración están preparados para asistir con cualquier asunto.
- Los procedimientos incluyen: notificación a los padres, distribución de materiales educativos y recursos.

Números de Policía-No Emergencia

Richardson
972-744-4800

Dallas
214-670-7253

Garland
972-485-4840

Plano
972-424-5678

PARA ASISTENCIA INMEDIATA LLAME AL 911.

Qué hacer si alguien muestra señales de advertencia de suicidio

- ¡Actúa!
- No tengas miedo de hablar con ellos acerca del suicidio
- No hagas ningún trato
- Cuéntale a un adulto que pueda ayudar

- El suicidio es la tercera causa de muerte entre las personas de 15 a 24 años de edad, el segundo en las personas de 25-34 años, cuarto entre las personas de 35-54 años y octavo entre las personas de 55-64 años.

- Según los datos de 16 estados que reportan a el Sistema Nacional de Informes de Muertes Violentas, el 33.3% de las muertes por suicidio resultaron positivas para el alcohol, el 23% para los antidepresivos, y el 20% para los opioides, incluyendo heroína y medicamentos controlados.

- Entre los jóvenes de 15 a 24 años, el suicidio representa el 20% de todas las muertes al año

- La prevalencia de pensamientos suicidas, planificación suicida o intentos de suicidio es significativamente mayor entre los jóvenes de 18 a 29.

Causas o Factores de Suicidio

Una combinación de relaciones individuales, comunidad y sociedad son factores que contribuyen al riesgo de suicidio, no necesariamente las causas directas:

- **Historial familiar de suicidio**
- **Historial familiar de maltrato infantil**
- **Previos intentos de suicidio**
- **Historial de trastornos mentales o depresión**
- **Historial de alcoholismo o abuso de sustancias controladas**
- **Sentimientos de desesperación**
- **Impulsividad o tendencias agresivas**
- **Creencias religiosas o religiosas**
- **Epidemias locales**
- **Aislamiento, falta de relaciones/enlaces personales**
- **Barreras a tratamiento de salud mental**
- **Perdidas de relaciones personales, sociales, pérdidas financieras**

Señales de advertencia

Depresión, mal humor, falta de energía

Hablar directamente o indirectamente acerca de morir

Cambios en el patrones de sueño

Aislamiento de amistades

Bajas en calificaciones

Aumento del uso de alcohol o drogas

Hablando de sentimiento desesperanzado, atrapado o sin razón para vivir

Pasos esenciales para evitar el suicidio

Si sospecha que alguien que usted conoce es suicida, recuerde lo siguiente:

Aprenda las señales de advertencia.
Involúcrese y esté disponible.
Esté dispuesto a escuchar.
Permita la expresión de sentimientos.
Hable sobre el suicidio abiertamente y francamente.
Escuche sin criticar.
Demuestre interés y apoyo.
Obtenga ayuda de agencias y profesionales.
Elimine el acceso a las drogas y las armas letales.
Haga hincapié en que ayuda está disponible.
No se niegue a hablar de ello.
No actúe sorprendido o indignado.
No ofrezca respuestas triviales o genéricas.
Jamás rete a una persona suicida a suicidarse.
No jure guardar el secreto. Busque ayuda en su lugar.

Si un alumno reporta estos sentimientos durante el día escolar será necesario que el tutor legal recoja a su alumno tan pronto como sea posible. Los procedimientos incluyen notificación y distribución de materiales educativos y recursos locales.

Números de Líneas de Ayuda para Padres y Alumnos National Suicide Prevention Lifeline (Línea de Apoyo Directa Nacional de Prevención de Suicidio)

800-784-2433 or 800-273-8255

Suicide Hotline (Línea Directa de Apoyo)

214-828-1000

Adapt Crisis Line (Línea de apoyo de adaptación de crisis)

866-260-8000

Texas Runaway Help Line (Línea de apoyo para personas que huyen del hogar)

800-392-3352

National Domestic Violence Line (Línea de apoyo de violencia domestica)

800-392-3352

Los recursos incluyen: Centers of Disease Control and Prevention, National Center for Injury Prevention and Control. Web-based Injury Statistics and Reporting System (WISQARS) [online]. (2010). [cited 2012 Oct 19] Available from www.cdc.gov/injury.wisqars/index.html.

Para más información, póngase en contacto con la Oficina de Bienestar de los Alumnos

lori.shaw@risd.org

469-593-3063