

PREVENCIÓN DE SUICIDIO

LISTA DE ACCIONES

Nuestra meta es ofrecerle pasos a seguir para promover la salud mental y prevenir el suicidio entre niños y adolescentes. Esta lista le ofrece una aproximación estructurada para tratar estos puntos críticos. Si está preparado, usted puede conectar dinámicamente con sus hijos, con confianza, y promover una toma de decisiones responsable, finalmente reduciendo el riesgo de suicidio y sus posibles consecuencias.

- Conozca las señales y los comportamientos de riesgo
- Fomente el diálogo compasivo y empático
- Promueva un ambiente cómodo para que su hijo se sienta seguro hablando con usted
- Asegúrese de que el momento es el adecuado, y hágalo una prioridad
- Piense qué preguntas va a hacerle a su hijo, e incluya las preguntas de “evaluación de la situación”
- Piense qué objeciones su hijo pueda tener, y qué respuestas positivas usted podría ofrecer
- Conozca qué recursos hay disponibles en su área por si los necesita