



**Sea el primero en iniciar la conversación**

Preguntar a los niños, adolescentes y adultos jóvenes si están pensando en el suicidio no les planta la idea en la mente, si no que reafirma que alguien se preocupa y está dispuesto a tener conversaciones difíciles

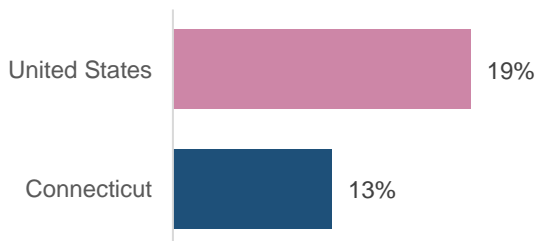


Las tasas de suicidios han aumentado un 57%



**El suicidio entre los niños, adolescentes y jóvenes adultos:**

- El suicidio es la segunda causa principal de muerte de adolescentes en los EE. UU. de 15 a 19 años
- El suicidio es la segunda causa principal de muerte de adolescentes en Connecticut de 10 a 24 años
- El suicidio suele ser mayor entre los varones que entre las mujeres de 15 a 24 años. Sin embargo, las tasas entre las niñas están aumentando
- Las tasas de suicidio entre jóvenes de edad 10 a 24 años aumentó 57% entre 2007 y 2018
- Los encuentros hospitalarios por ideación e intento de suicidio entre los jóvenes aumentaron un 292% entre 2008 y 2015



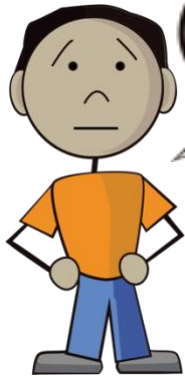
En los EE. UU., el 19% de los jóvenes han considerado "seriamente" el suicidio, en comparación con el 13% de los jóvenes de Connecticut

**¿Cuáles son los factores de riesgo del suicidio en la juventud?**

- Eventos y situaciones estresantes
- Uso de alcohol y/o sustancias
- Intentos de suicidio anteriores
- Una pérdida traumática
- Tendencias impulsivas y/o agresivas
- Fácil acceso a armas y otros métodos letales
- Dolor y enfermedad crónica
- Falta de apoyo social y aislamiento
- Decepción o humillación significativa, como una ruptura, arresto, o retirada de un equipo



## Sea el primero en iniciar la conversación



La mayoría de los suicidios en adolescentes son impulsivos. Alrededor del 69% de los intentos pasan de la ideación a la acción en menos de 30 minutos

## ¿Qué pueden hacer los cuidadores?

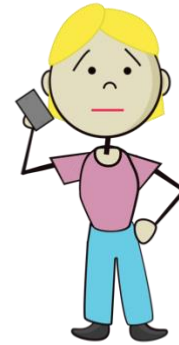
Lo más importante que pueden hacer los cuidadores para disminuir el riesgo de suicidio es reducir el acceso a métodos letales:

- Retire o guarde bajo llave toda arma de fuego y almacene las municiones por separado
- Guarde todos sus medicamentos bajo llave
- Quítele las llaves del auto a los adolescentes

## ¿Qué pueden hacer los familiares?

Llame al 911 para ayuda si descubre que alguien:

- Amenaza con lastimarse o suicidarse
- Está buscando formas de suicidarse (con pastillas, armas de fuego u otros medios)
- Habla o escribe sobre la muerte, de morir o suicidarse



Llame a *Mobile Crisis Intervention Services* marcando 2-1-1 y presionando '1' y '1' nuevamente, o llame al 1-800-273-TALK si usted es testigo, escucha o ve a un niño, adolescente o adulto joven exhibiendo uno o más de estas señales de advertencia:

- Desesperación
- Rabia, ira, buscando venganza
- Actúa de forma imprudente o participa en actividades de riesgo
- Sensación de estar atrapado
- Uso incrementado de alcohol o sustancias
- Aislamiento de amigos y familiares
- Ansiedad, agitación, incapacidad para dormir, o duerme todo el tiempo
- Cambios de ánimo dramáticos
- Expresa que no tiene ninguna razón para vivir; no tiene sentido de propósito en la vida



Connecting to Care is a partnership that focuses on coordinating access to quality care through a youth-guided and family-driven approach. To improve behavioral health outcomes for children in Connecticut, Connecting to Care seeks to change the way that the system operates so that all children have the opportunity to thrive.