



LA FRONTERA

A R I Z O N A

IMPACT - SUICIDE PREVENTION CENTER

Señales de Advertencia de Suicidio:

- Pensamientos recurrentes de Muerte/Suicidio
- Intento previo de suicidio
- Cambios drásticos en el comportamiento
- Retirándose de los amigos y las actividades sociales
- Regalar posesiones más preciadas
- Aumento del uso del alcohol o drogas
- Recientes pérdidas significativas

Cómo Puede Ayudar:

- Sea directo y muestre interés y soporte:
“No quiero que usted se mate”
- Haga preguntas y este dispuesto a escuchar
- No descuenta o minimice los sentimientos de la persona
- Digale a otros de su preocupación –
No lo guarde en secreto
- Permanezca con su amigo hasta que usted consiga ayuda. Quite los medios (armas, pastillas, etc)
- Consiga ayuda de –
una línea de crisis, médico o un profesional

de teléfono importantes
Llame 911 en una emergencia

Línea de Crisis/Suicidio:

- ***La Frontera Arizona/EMPACT***
–Suicide Prevention Center
 - ***Línea de Crisis 24 horas***
480-784-1500
- ***National Lifeline Network***
800-273-TALK
- ***Maricopa County Hotline***
800-631-1314
800-327-9254 (TTY)

Línea directa para jóvenes-24 horas:

- ***Teen Lifeline*** 602-248-TEEN
- ***Youth America*** 877-YOUTHLINE



LA FRONTERA
ARIZONA

IMPACT - SUICIDE PREVENTION CENTER

Su compañero para una comunidad segura,
fuerte y sana.

24-Horas Línea de Crisis:

(480) 784-1500 or

Tel (480) 784-1514 (Línea principal)

www.empact-spc.com

Acreditado por la Sociedad Americana de Suicidiología