



DEPARTAMENTO DE SERVICIOS DE SEGURIDAD

3850 N. Hydraulic, Wichita, Kansas 67219 • (316) 973-2260

(316) 973-2100 Security Communications

<http://www.usd259.org/safetyservices>



Señales de alerta sobre la depresión y conducta suicida

- Conversar acerca de morir o matarse
- Hacer declaraciones sobre sentirse desesperado, indefenso o sin valor
- Mostrar señales preocupantes de comportamiento o cambios marcados de conducta, en particular con las señales de alerta mostradas arriba
- Dejar de lado/tener cambios en las relaciones o situaciones sociales.
- Aumento reciente en la agitación o irritabilidad
- Cambios en el sueño (aumento o disminución)
- Cólera u hostilidad que parece estar fuera del carácter o del contexto
- Depresión prolongada seguida de un sentido de júbilo
- Preocupación por la muerte
- Buscar maneras para matarse (tales como buscar en la internet o comprar un arma)
- Tomar riesgos innecesarios o mostrar un comportamiento autodestructivo
- Comportamiento fuera de lugar
- Aumento del uso de alcohol o drogas
- Pérdida de interés en cosas significativas
- Hacer preparativos; poner asuntos en orden
- Conversar sobre sentirse atrapado, dolor insoportable, ser una carga, sentirse aislado
- Repartir pertenencias queridas
- Señales verbales:
 - “Desearía estar muerto”.
 - “Mi familia estaría mejor sin mi”.
 - “Nadie me necesita”.

