

# MES NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

## SEPTIEMBRE 2021



### DATOS SOBRE EL SUICIDIO DE JÓVENES

- El suicidio es la 2da causa principal de la muerte entre los jóvenes entre las edades de 10-24 (CDC)
- La juventud de lesbianas, homosexuales, & Bisexual tienen casi 5 veces más probabilidades de haber intentado suicidarse en comparación con los jóvenes heterosexuales (CDC)
- El 15% de los estudiantes de grados 10 y 12 del Condado de Kane informaron haber estado considerando seriamente el suicidio en los 12 meses anteriores (Encuesta de Jóvenes de Illinois)

### EL SUICIDIO ES PREVENIBLE

Muchos suicidios se pueden prevenir si las personas pueden obtener el apoyo y el tratamiento que necesitan. Hablar sobre el suicidio y ser consciente de las señales podría salvar la vida de alguien a quien ama. Hablar sobre el suicidio puede resultar extremadamente incómodo. Sin embargo, cuando los jóvenes pueden hablar sobre sus pensamientos y sentimientos con una persona de confianza, ese es el primer paso hacia la curación.

## NORMALIZAR EL HABLAR SOBRE EL SUICIDIO PARA PREVENIRLO

Es comprensible que los adultos naturalmente deseen proteger a los jóvenes de temas dolorosos, pero no hablar sobre el tema contribuye al estigma, el secreto y la vergüenza. Puede proteger mejor a los jóvenes ofreciendo consuelo, tranquilidad y respuestas honestas a sus preguntas.



- Normalizar el tema preguntando "¿Cómo estás?" Escuche sin interrupciones ni juicios y evite de ser el acusador.
- Haga preguntas abiertas... "Cuénteme más sobre eso, me encantaría saber cómo es eso para usted"
- Tranquilice al joven diciéndole que hay ayuda para este tipo de pensamientos.
- Si alguien no está listo para hablar, deje la invitación abierta... Estoy aquí para escuchar cuando esté listo"
- Está bien preguntarle al joven si está pensando en suicidarse. Hablar sobre el suicidio no aumentará el riesgo de que alguien se quite la vida.

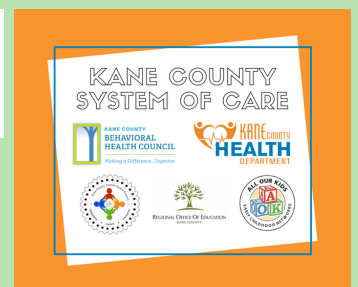
## ACCIONES ADICIONALES QUE PUEDE TOMAR

- Si alguien informa que está pensando en suicidarse, elimine cualquier medio de autolesión.
- ¡Consigue ayuda! Anime al joven a que se comunique con la Línea Nacional de Prevención de Suicidio las 24 horas al 1-800-273-TALK. Comuníquese con un consejero, psicólogo o profesional de salud mental.

## MES DE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO- EXPOSICIÓN DE ARTE JUVENIL

Los niños, los jóvenes, las familias y los miembros de la comunidad están invitados a ver el arte que usted creó para el mes de la prevención del suicidio en las galerías de todo el Condado de Kane. SE REQUIEREN MASCARILLAS PARA TODOS, INDEPENDIEMENTE DEL ESTADO DE VACUNACIÓN.

		AURORA CITY HALL	SIDE STREET STUDIOS	GENEVA CENTER FOR THE ARTS
		Martes, 9/7/21 de 5:00pm-8:00pm	Miércoles, 9/15/21 de 5:00pm-8:00pm	Viernes, 9/17/21 de 5:00pm-8:00pm
		44 E Downer Place, Aurora, IL 60505	15 Zeigler Ct, Elgin, IL 60120	321 Stevens St Ste Q, Geneva, IL 60134



Visite la página web <https://kanehealth.com/Pages/Childrens-Mental-Health.aspx> para actualizaciones relacionadas con los eventos COVID

Contactar a Anna Czerniak a su correo electrónico [czerniakanna@co.kane.il.us](mailto:czerniakanna@co.kane.il.us) para más información