

LÍNEAS DE AYUDA 24/7

- 9-1-1
- Línea PAS de ASSMCA:
1-800-981-0023 / 1-888-672-7622 TDD
<https://lineapas.assmca.pr.gov> (Chat)
- Centro de Control de Envenenamiento: 1-800-222-1222
- Red Nacional Prevención Suicidio (TALK): 1-888-628-9454

Elige
VIVIR

El suicidio se puede prevenir

DEPARTAMENTO DE
SALUD



Comisión para la Prevención del Suicidio

Para más información:
(787) 765-2929 ext. 3603



Gobierno de Puerto Rico
COMISIÓN PARA LA
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO
Departamento de Salud

Señales de peligro

- Hablar de morir o matarse
- Despedirse sin razón aparente
- Tristeza constante
- Ira o deseos de vengarse
- Desesperanza y desesperación
- Aislamiento
- Abuso de alcohol o drogas
- Regalar pertenencias favoritas

Elige
VIVIR



Cómo ayudar

- Identifique las señales de peligro
- Tome en serio amenazas suicidas
- No lo deje solo/a
- Escuche sin juzgar
- No regañe
- No se burle
- Pregúntele por ideas suicidas
- Busque ayuda profesional

Línea PAS 1-800-981-0023
1-888-672-7622 TDD
lineapas.assmca.pr.gov