

LA HISTORIA DE UN PADRE

Siempre guardaba una pistola en mi casa para proteger a mi familia. Esto es algo de lo que siempre me arrepentiré por el resto de mi vida.

Mi hijo adolescente se disparó en la cabeza con mi pistola....la pistola que se suponía era para protegerle.

La guardaba cargada en la gaveta de la mesita de noche. Nunca pensé que él la tomaría y la usaría en su contra. Me parecía tan feliz, siempre rodeado de su familia y amigos. Él y su novia habían terminado su relación la noche anterior. Sabía que iba a ser difícil para él, pero pensé que iba a estar bien, que era una fase de convertirse en adulto. Pero no fue así. Cuando me enteré de lo que había pasado, sentí que yo era el responsable. Me sentí responsable de haber tenido esa pistola en casa y haberla dejado accesible a él.

Si no hubiera tenido esa pistola en casa, mi hijo todavía estaría vivo. Esto está en mi mente todos los días.

PARA MÁS INFORMACIÓN

[Visite suicideproof.org]

RECURSOS EN LA RED

Para obtener más información sobre los esfuerzos de prevenir suicidios en Rhode Island y en todo el país, por favor visite:

riyouthsuicidepreventionproject.org

samaritansri.org

save.org

sprc.org

afsp.org

risas.org

SOCIOS

Departamento de Salud de Rhode Island
Rhode Island Public Health Institute
Rhode Island Student Assistance Services
NAMI Rhode Island
Parent Support Network of Rhode Island
Gateway, Inc.
Kid's Link Rhode Island

Este material fue desarrollado con una subvención del Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA #5U795M058373-03) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS por sus siglas en inglés) para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Rhode Island. Los puntos de vista, políticas y opiniones expresadas le pertenecen al Centro para la prevención de la violencia juvenil (The Center to Prevent Youth Violence) y no necesariamente reflejan aquellas del SAMHSA o HHS.

SUICIDE-PROOFING su hogar

Guía para que los padres mantengan segura a su familia



¿Está su hogar SUICIDE-PROOF?

Aunque crea que su hijo no corre riesgo de suicidarse, ¿por qué arriesgarse? Estos simples pasos pueden ayudarle a preparar su hogar para evitar que ocurra un suicidio y posiblemente le salve la vida a un adolescente.



MEDICATIONS

Guárdelos bajo llave y límitelos.

Hecho: los adolescentes que tratan de suicidarse usan medicamentos más que cualquier otro método.



APOYO

Escuche y pregunte.

Hecho: cada año, millones niños y adolescentes consideran seriamente tratar de suicidarse.



ARMAS DE FUEGO

Retírelas y guárdelas bajo llave

Hecho: casi la mitad de muertes por suicidio entre adolescentes son ocasionadas con un arma de fuego.

QUÉ HACER PARA QUE SU HOGAR ESTÉ PREPARADO PARA EVITAR UN SUICIDIO

Para Empezar, Retire Todas Las Armas De Fuego

- Pídale a un amigo de confianza o familiar que las guarde temporalmente.
- Comuníquese con su precinto local de policía o el club local de tiro los cuales pudieran proporcionarle un lugar para guardarlas temporalmente.
- Por lo menos, guárdelas bajo llave, lejos de las municiones.

Limite Los Medicamentos

- No mantenga dosis letales a mano. Un farmacéutico puede indicarle qué cantidades son seguras de tener.
- Considere guardar los medicamentos bajo llave.
- Deseche los medicamentos que ya no necesita.

Provea Apoyo

- Las señales de advertencia de un suicidio no siempre son obvias.
- Ponga atención al temperamento y comportamiento de su adolescente.
- Si nota cambios importantes, pregúntele si está pensando suicidarse.



HAY AYUDA DISPONIBLE si le preocupa que algún ser querido corre el riesgo de suicidarse.

VISITE suicideproof.org

LÍNEA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO:

24/7 gratuito y confidencial.
1-800-273-TALK (8255)

EN CASO DE EMERGENCIA:

Llame al 911 o diríjase a la sala de emergencia local.