

Señales de alerta



- Cambios en el estado de ánimo, especialmente tristeza, irritabilidad, indiferencia
- Signos de depresión o ausencia de interés por actividades que antes sí lo generaban
- Ansiedad remarcada o agitación inusual
- Falta de control emocional
- Comunicaciones en las que la idea de la muerte inesperada, en cualquiera de sus formas, aparezca (“el día que ya no esté”, “cuando todo haya terminado”, etc.)
- La búsqueda de ayuda. En este punto, la persona puede estar tratando de comunicar lo que piensa, pero quizá lo haga de manera ambigua por temor o vergüenza.