

CHARLA INFORMATIVA

SEGURIDAD DE LOS MEDIOS LETALES



Cuando se habla del riesgo de suicidio, se pueden tomar medidas simples para protegerse a uno mismo y a su familia, especialmente si usted o alguien en el hogar está en crisis o experimenta pensamientos o comportamientos suicidas. La Seguridad de los Medios Letales es un tema importante de salud pública que puede afectar su salud y el bienestar de su familia. Aunque las armas de fuego y los medicamentos suelen ser manejados de manera responsable, pueden volverse mortales si una persona está en crisis o tiene pensamientos de suicidio.

POR LOS NÚMEROS

- En 2020, la mitad de todos los estadounidenses que fallecieron por suicidio utilizaron un arma de fuego. Justo más del 71% de los veteranos que fallecieron por suicidio en el mismo año también utilizaron armas de fuego.
- Los investigadores han encontrado consistentemente que al reducir el acceso o mejorar o aumentar la seguridad de los medios por los cuales las personas intentan suicidarse, se reduce el suicidio.

POR QUÉ IMPORTA

Contrario a la creencia popular, las personas suicidas generalmente no buscan otras formas de intentar suicidarse si no pueden acceder al método que iban a usar. Tampoco intentarán suicidarse si hay salvaguardas en su lugar para hacer que usar ese método sea más difícil. Crear un ambiente hogareño seguro para aquellos con pensamientos o tendencias suicidas puede reducir enormemente la probabilidad de muerte por suicidio.

BUENO SABER

- Las prácticas de almacenamiento seguro incluyen el uso de candados de cable o de gatillo, almacenar armas de fuego en un estuche o caja fuerte con llave, y almacenar armas de fuego y municiones por separado y con llave. Las opciones de almacenamiento seguro se pueden investigar en el sitio web de la National Shooting Sports Foundation: www.nssf.org/safety y en el sitio web del Departamento de Asuntos de Veteranos: www.keepitsecure.net.
- Si usted o alguien que conoce tiene un arma de fuego y está en riesgo inmediato de suicidio, retirar temporalmente las armas de fuego del hogar puede ser la mejor manera de garantizar la seguridad.
- Otra forma de mantenerse seguro es conservar solo la cantidad necesaria de medicamentos recetados. Guarde cualquier medicamento sedante, narcótico u opiáceo bajo llave. Además, deseche cualquier medicamento caducado o no necesario. Consulte con su farmacia local para encontrar buzones de eliminación de medicamentos cercanos.
- También durante una crisis, retire otros objetos del hogar que podrían ser utilizados para hacerse daño, como cuerdas, cables y objetos afilados.



CONSTRUCTION SUICIDE
PREVENTION WEEK

Llame, envíe un mensaje de texto o chatee al [988](tel:988) para la Línea Nacional de Prevención del Suicidio.

Encuentre recursos en: ConstructionSuicidePrevention.com.