¿Qué hacer cuando una persona verbaliza su deseo de morir?

- ***Transmite tranquilidad:*** no muestres signos de alarma y/o preocupación. **Háblale en un tono de voz bajo** e incluso **cógele la mano suavemente.**

- ***Permite que la persona exprese lo que realmente siente y escúchala.*** **Hablar sobre el deseo de morir y/o sobre el suicidio previene** y hace que la persona reflexione y reconsidere esta elección.

- ***Resalta los aspectos positivos que aún quedan en su vida*****.** Por ejemplo: sus hijos, su marido, sus nietos, tu compañía, etc.

- ***Ayuda a visualizar los efectos que podría tener este hecho en sus seres queridos*****.** Por ejemplo: sus hijos y/o marido se sentirán muy tristes, tú no podrás ir a su casa y disfrutar de su compañía, etc.

- ***Es muy importante tener en cuenta que está bien que la persona exprese esos pensamientos. Como hemos dicho, hablar sobre el deseo de morir y/o sobre suicidio previene.***

- ***Es fundamental estar atentos a pequeños cambios en su comportamiento habitual que puedan indicarnos la posibilidad de que la persona esté ideando un plan para acabar con su vida.***

SI CREES QUE HAY PELIGRO INMINENTE, PERMANECE CON LA PERSONA Y CONTACTA CON SERVICIOS DE EMERGENCIA (112) O LA LÍNEA DE PREVENCION DEL SUICIDIO (024)