

## SEÑALES DE ADVERTENCIA DE SUICIDIO



### Hablar de

- Querer morirse o suicidarse
- Investigar formas de suicidarse
- Sentirse desesperanzado o sin motivos para vivir
- Sentirse atrapado o con un dolor insoportable
- Sentirse una carga para los demás

### Cambios en la conducta

- Aumentar el consumo de alcohol o drogas
- Perder interés en realizar actividades
- Sentirse ansioso o alterado
- Comportarse de manera imprudente e irracional
- Dormir poco o demasiado tiempo
- Retraerse o aislarse de los demás
- Tener cambios en el estado de ánimo, como sentirse furioso o hablar de venganza
- Tener un descenso abrupto en el desempeño académico
- Regalar cosas personales
- Eliminar las cuentas de las redes sociales

Si alguna vez tiene una conversación sobre el suicidio con un joven, **recuerde los puntos ABCDE.**

- A** Pregunte directamente sobre el suicidio
- B** Sea un oyente activo
- C** Siga manteniéndolo a salvo
- D** Debata sobre las opciones y busque ayuda
- E** Anime, apoye y haga un seguimiento

## ALMACENAMIENTO VOLUNTARIO DE ARMAS DE FUEGO



Si alguien tiene pensamientos suicidas, ha intentado suicidarse recientemente o está atravesando una crisis, **retire las armas de fuego hasta que la situación mejore.** Considere la posibilidad de guardar las armas de fuego en un lugar de almacenamiento seguro externo, temporal y voluntario.

Para obtener más información, visite [mdpgv.org/safestoragemap](http://mdpgv.org/safestoragemap).

## RECURSOS DE SALUD MENTAL PARA JÓVENES



Si usted o una persona joven tiene pensamientos suicidas, ha intentado suicidarse recientemente o está atravesando una crisis, **comuníquese para solicitar ayuda.**

Para más recursos, visite la **página de recursos para jóvenes de la Oficina de Prevención del Suicidio.**



## ¿ESTÁ ATRAVESANDO UNA CRISIS DE SALUD MENTAL O DE CONSUMO DE SUSTANCIAS?

## LLAME O ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL 988

**988** SUICIDE & CRISIS  
LIFELINE

ES CONFIDENCIAL Y ESTÁ DISPONIBLE LAS 24 HORAS AL DÍA, LOS 7 DÍAS A LA SEMANA



**Departamento de Salud de Maryland**

201 West Preston Street, Baltimore, MD 21201

Teléfono: 410-767-6500  
1-877-463-3464  
[health.maryland.gov](http://health.maryland.gov)

rev. 011624

## Almacenamiento seguro de armas de fuego y prevención del suicidio en los jóvenes

Las comunidades informadas pueden apoyar a los jóvenes de Maryland que están en riesgo de suicidio o que están expuestos a la violencia.



**Maryland**  
DEPARTMENT OF HEALTH

[health.maryland.gov](http://health.maryland.gov)

# Salve vidas con el almacenamiento seguro

Los jóvenes de hoy se enfrentan al desarrollo social y emocional, a las complejidades del mundo digital, a la discriminación y a los desafíos de la pandemia de COVID-19. Para muchos jóvenes, estos problemas pueden contribuir a la angustia mental y emocional. El acceso a armas de fuego sin seguridad por parte de jóvenes en situación de riesgo puede provocar suicidios, lesiones graves o violencia hacia otras personas.

Un arma de fuego sin seguridad puede poner en peligro a todos los miembros de una familia, no solo al propietario del arma. La decisión de hacerse daño a uno mismo o a los demás puede producirse en cuestión de minutos. Los jóvenes suelen saber cómo acceder a las armas de fuego, aunque los adultos del hogar no lo sepan. Resulta preocupante que un estudio de 2021 publicado por la revista *Journal of the American Medical Association* descubriera que un tercio de los adolescentes que viven en hogares con armas de fuego declararon que podían acceder a un arma cargada en menos de 5 minutos. Más de un tercio de los adolescentes contradijeron a sus padres, quienes declararon que creían que sus hijos adolescentes no podían acceder a las armas de fuego domésticas.

Un almacenamiento seguro puede salvar vidas. Participe en conversaciones con los jóvenes residentes de Maryland sobre las armas de fuego, la violencia y la salud mental. Revise sus prácticas de almacenamiento de armas de fuego, aprenda a reconocer las señales de una crisis y eduque a los miembros de su hogar y de la comunidad.

## ALMACENE LAS ARMAS DE FUEGO DE FORMA SEGURA



- Almacene y guarde bajo llave las armas de fuego **descargadas**.
- Almacene y guarde las municiones **por separado de cada arma de fuego, siempre**.
- Asegúrese de que las **llaves y combinaciones no sean accesibles** a menores o a cualquier persona que esté en riesgo de cometer actos de violencia contra sí mismo o contra otros.
- Si alguien sufre una crisis en su unidad familiar, **retire temporalmente las armas de fuego** de su hogar.
- **Evite guardar armas de fuego sin vigilancia en los vehículos** para evitar robos.

**Es la ley.**

## DIRECTRICES PARA LOS JÓVENES



Los adultos deben ser conscientes de que los menores pueden encontrar un arma de fuego cuando uno de sus padres u otro adulto no está presente. Los jóvenes deben conocer las siguientes normas:

- 1 Deténgase**  
Si encuentra o ve un arma de fuego, deje de hacer lo que está haciendo.
- 2 No la toque**  
NUNCA toque un arma de fuego que haya encontrado o visto. Resista la curiosidad y no le lleve el arma a un adulto.
- 3 Abandone la zona**  
Abandone inmediatamente la zona y nunca agarre un arma de fuego ni intente impedir que alguien utilice un arma de fuego.
- 4 Avise a un adulto**  
Avise a un adulto si encuentra un arma de fuego, incluso si otros niños están disparando o jugando con armas de fuego.

## OPCIONES DE ALMACENAMIENTO SEGURO

Existen muchas opciones de almacenamiento seguro. Analice las opciones y descubra la que más le convenga.

### Dispositivos de bloqueo



#### Candado de cable (Gratis- \$50)

Dispositivo que bloquea la recámara para impedir el disparo. Normalmente se necesita una llave o una combinación para desbloquearlo. Se puede utilizar en la mayoría de las armas de fuego. Esta opción es buena para impedir el acceso a los niños.

#### Candado de gatillo (De \$5 a \$50)

Candado de dos piezas, se ajusta sobre el guardamonte. Bloquea el gatillo, pero no impide la carga. Suele requerir una llave o una combinación para desbloquearlo. No debe utilizarse en armas de fuego cargadas (aún se pueden disparar). No se puede utilizar en armas con acción de palanca.

### Cajas de seguridad

#### Caja de seguridad (De \$25 a \$350)



Caja fuerte pequeña para guardar pistolas/armas de fuego pequeñas. Suele requerir una llave, una combinación o una huella dactilar para desbloquearla. Las cajas de seguridad pueden montarse de forma permanente para evitar robos.

#### Caja fuerte (De \$100 a \$2,500)

Almacena diversas armas de fuego/otros objetos de valor. Suele requerir una llave, una combinación o una huella dactilar para desbloquearla. La opción más segura para múltiples armas de fuego, y para la prevención de robos.



## ¿LO SABÍA?

**22 %**

Del 2021 al 2022, las ventas de armas de fuego en Maryland aumentaron un 22 %.

[Verificaciones de armas de fuego del Sistema Nacional de Verificación Instantánea de Antecedentes Penales \(NICS, en inglés\) \(2021-2022\)](#)

**29 %**

En Maryland, del 2017 al 2021, se utilizaron armas de fuego en el 29 % de los suicidios entre jóvenes de 10 a 19 años.

[Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(2023\)](#)

**x4**

La cantidad de habitantes de Maryland menores de 18 años heridos en tiroteos no fatales se cuadruplicó desde el 2013 al 2022.

[Departamento de Servicios Juveniles de Maryland \(2023\)](#)

**63 %**

Según la organización *Gun Violence Archive*, los tiroteos masivos aumentaron en un 63 % desde el 2018 al 2022.

[Gun Violence Archive \(2023\)](#)