

¿Te preocupa alguien?

#SéAquelQue

ayuda a salvar una vida

Los cinco pasos a seguir, corroborados por estudios, para acercarnos a quien puede estar teniendo intenciones suicidas son:

1. PREGUNTAR

2. ESTAR PRESENTE

3. PROTEGER

**4. AYUDARLOS A
RELACIONARSE**

**5. MANTENERSE EN
CONTACTO**



Iniciativa de salud mental y prevención del suicidio

Ve el mundo bajo una luz nueva

btshelp.org/mentalhealth