



SEPTEMBER IS SUICIDE PREVENTION AWARENESS MONTH

Break the silence to save lives

Together, we can foster a culture of awareness and compassion that saves lives. Every person matters. Every sign matters. Every conversation has the potential to connect someone to the help they need.

Suicide doesn't always present clear warning signs and can happen suddenly, without any indication something is wrong. It is essential to recognize the discreet and overt signs of suicidal thoughts and behaviors.

Children and teens

- Decline in the quality of schoolwork
- Complaints about physical symptoms like stomachaches, headaches, fatigue, etc.
- Anger or hostility that seems out of character
- Withdrawal from friends, family and regular activities
- Preoccupation with death and dying
- Statements like: "I wish I were dead," or "I won't be a problem for you much longer"

Adults and seniors

- Acting anxious, agitated or behaving recklessly
- Increasing the use of alcohol or drugs
- Displaying extreme mood swings
- Giving things of value away
- Expressing thoughts of being a burden to others, feeling trapped or in unbearable pain
- Talking about feeling hopeless or having no reason to live

Helping someone who may be feeling suicidal requires sensitivity, a calm presence and immediate action. You don't have to be a mental health expert to make a difference. By paying attention, speaking up and showing someone they're not alone, you can help save a life.



Scan the QR code to visit Member.MagellanHealthcare.com or call your Employee Assistance Program at 1-800-356-7089 (TTY 711) to get started.

*Sources: American Academy of Child & Adolescent Psychiatry,
Substance Abuse and Mental Health Services Administration*

B-SPF020E (7/25) ©2025 Magellan Health, Inc.

Magellan
HEALTHCARE®

SEPTIEMBRE ES EL MES DE CONCIENCIACIÓN SOBRE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Romper el silencio para salvar vidas

Juntos podemos fomentar una cultura de concienciación y compasión que salve vidas. Cada persona importa. Cada señal importa. Cada conversación tiene el potencial de poner a alguien en contacto con la ayuda que necesita.

El suicidio no siempre presenta señales claras de advertencia y puede ocurrir de repente, sin ningún indicio de que algo esté mal. Es esencial reconocer los signos discretos y manifiestos de los pensamientos y comportamientos suicidas.

Niños y adolescentes

- Disminución de la calidad de las tareas escolares
- Quejas sobre síntomas físicos como dolores de estómago, de cabeza, fatiga, etc.
- Ira u hostilidad que parecen fuera de lo normal
- Alejamiento de amigos, familia y actividades habituales
- Preocupación por la muerte y el morir
- Afirmaciones como: "Ojalá estuviera muerto" o "Ya no seré un problema para ti"

Adultos y personas de la tercera edad

- Actuar ansioso, agitado o comportarse imprudentemente
- Aumentar el consumo de alcohol o drogas
- Mostrar cambios de humor extremos
- Regalar cosas de valor
- Expresar pensamientos de ser una carga para los demás, sentirse atrapado o con un dolor insoportable
- Hablar sobre sentimientos de desesperación o de que no hay motivos para vivir

Ayudar a alguien que puede tener tendencias suicidas requiere sensibilidad, una presencia tranquila y una actuación inmediata. No hace falta ser un experto en salud mental para marcar la diferencia. Prestando atención, hablando y mostrando a alguien que no está solo, puede ayudar a salvar una vida.



Escanee el código QR para visitar Member.MagellanHealthcare.com o llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-356-7089 (TTY 711) para comenzar.

*Fuentes: American Academy of Child & Adolescent Psychiatry,
Substance Abuse and Mental Health Services Administration*

B-SPF020S (7/25) ©2025 Magellan Health, Inc.

Magellan
HEALTHCARE®