

ARMAS DE FUEGO Y OBJETOS CORTANTES

Guárdalos de forma segura con candado y llave. Guarda las municiones y las armas por separado.



MEDICAMENTOS

Limita el suministro en el hogar de medicamentos de venta libre. Guárdalos de manera segura en un gabinete cerrado con llave. Desecha los medicamentos vencidos o innecesarios usando un buzón permanente o una bolsa de eliminación en el hogar.



PASOS HACIA UN HOGAR MÁS SEGURO

La acción positiva puede **salvar tu vida** o la vida de alguien a quien amas.

LIMPIADORES/QUÍMICOS

Guarda bajo llave los productos domésticos potencialmente dañinos y los venenos, incluso: pesticidas, productos de limpieza del hogar, disolventes, etc.



ALCOHOL

Mantén el alcohol bajo llave, fuera del alcance de niños y adolescentes. Nunca mezcles alcohol con medicamentos. Si bebes, sé un modelo del consumo responsable limitando el alcohol a una bebida para las mujeres y dos para los hombres.



OFRECE APOYO/BUSCA AYUDA

Presta atención a los cambios de humor o de comportamiento, como agitación, retraimiento emocional, expresiones de desesperanza o aumento del uso de alcohol o drogas. Si notas estos cambios, pregúntale si está pensando en suicidarse. Llama al 330-452-6000 para obtener ayuda y apoyo.



Sigue estos pasos de protección contra
**EL SUICIDIO, LA SOBREDOSIS,
EL ENVENENAMIENTO**

CONOCE

las señales de alarma y los factores de riesgo del suicidio y abuso de sustancias y cómo ofrecer ayuda cuando alguien está en dificultades. Llama al **330-452-6000** para obtener ayuda o apoyo.

GUARDA DE MANERA SEGURA

tus pistolas/armas de fuego, medicamentos y objetos cortantes, como cuchillos y navajas. Los seguros gratuitos para armas están disponibles en la **Oficina del Sheriff del condado de Stark** o consulte con tu departamento de policía local.

LIMITA

su suministro en el hogar de medicamentos de venta libre y productos químicos domésticos.

DESHAZTE

de medicamentos usando una ubicación de buzón permanente o una bolsa para desechar en el hogar. Busca un buzón cerca de tu ubicación o solicita una bolsa para desechos en OhioRxDisposal. com o **StarkMHAR.org/DrugCollection**.

SEÑALES DE ALARMA DE SUICIDIO

- Hablar o escribir sobre el suicidio.
- Regalar pertenencias.
- Alejarse de los seres queridos y de actividades.
- Sentirse desesperanzado, desamparado, inútil.
- Buscar formas de suicidio, como armas de fuego o pastillas.
- Cambios importantes en la alimentación o el sueño.
- Aumento del uso de alcohol u otras drogas.
- Pérdida de interés en cosas que antes disfrutaba.

SEÑALES DE ALARMA DEL ABUSO DE SUSTANCIAS

- Signos de comportamiento tales como secretismo/ ocultamiento del uso de drogas, cambios en el comportamiento o participación en actividades delictivas.
- Señales físicas como pérdida o aumento repentino de peso, ojos enojecidos, insomnio, cambios en la apariencia o mala coordinación.
- Signos psicológicos como falta de motivación, irritabilidad, cambios de personalidad, cambios bruscos de humor o retraimiento emocional.

Este trabajo está financiado en su totalidad o en parte por una subvención otorgada por el Departamento de Salud de Ohio como subconcesión de una subvención emitida por Subvención en bloque de servicios de salud y salud preventiva bajo el Programa de Prevención de Lesiones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, concesión de subvención número 1.NB01OT009265-01-00.

También fue posible gracias al apoyo de la Prevention Action Alliance y el Departamento de Servicios de Salud Mental y Adicciones de Ohio.

Para obtener más información, visita StarkMHAR.org/SafeHome

