

Estimados padres o tutores legales:

Este año escolar, el personal de la escuela está trabajando para enseñarles a los alumnos sobre salud mental y sobre cómo buscar ayuda si ellos están preocupados por ellos mismos o por algún amigo. Estamos usando un programa llamado *Señales de Suicidio (SOS)*. El programa les enseña a los alumnos sobre este tema tan difícil y los anima a buscar ayuda.

El programa SOS ha sido utilizado por miles de escuelas en las últimas décadas. Los estudios han mostrado que este programa les enseña a los alumnos sobre la depresión y el suicidio de manera eficaz, a la vez que reduce el número de intentos de suicidio reportados por los alumnos.

Con el programa, los alumnos aprenden lo siguiente:

- que la depresión puede tratarse, lo que los anima a buscar ayuda.
- cómo identificar en ellos mismos o en un amigo la depresión y un posible riesgo de suicidio.
- a ACTUAR (reconocer, preocuparse y decirle a un adulto de confianza) si están preocupados por sí mismos o por un amigo.
- con quién hablar en la escuela para pedir ayuda, si la necesitan.

Los alumnos verán videoclips apropiados para su edad y participarán en una discusión guiada sobre la depresión, el suicidio y qué hacer si están preocupados por un amigo. Después del video, los alumnos completarán una hoja de respuestas en la que se les pregunta si a ellos les gustaría hablar con un adulto sobre alguna inquietud. Personal escolar dirigirá reuniones cortas con cualquier alumno que pida hablar.

Después del video, los alumnos completarán una breve herramienta que se usa para detectar la depresión. Esta herramienta no puede proporcionar un diagnóstico de depresión, pero sí sirve para indicar si un joven debe ser evaluado por un experto en salud mental.

Les recomendamos que visiten la página web [www.sosignsofsuicide.org/parent](http://www.sosignsofsuicide.org/parent) para obtener información sobre las señales de advertencia de que un joven está contemplado el suicidio, recursos útiles y algunos de los mensajes clave que los alumnos aprenderán. Para más información, ustedes también pueden ver este [video para padres](#).

Si tienen alguna pregunta o inquietud sobre la participación de su hijo en este programa, o si a ustedes les gustaría optar para que su hijo no participe en esta lección, sírvanse comunicarse con cualesquiera de los orientadores escolares de nuestra escuela.

Atentamente,

**[Designated administrator, title]**