



COMUNICADO

Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción

Administradora de ASSMCA reafirma su compromiso con la prevención del suicidio

(miércoles, 9 de abril de 2025 – Bayamón, P.R.) – En tiempos donde las heridas emocionales se esconden tras sonrisas silenciosas y el dolor suele guardarse en lo más profundo del alma, la administradora de la Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción (ASSMCA), Dra. Catherine Oliver Franco, hizo hoy un llamado al pueblo de Puerto Rico para juntos salvar vidas.

“Todos llevamos una historia. Algunas más pesadas que otras. Y cuando esa historia empieza a doler demasiado, lo más valiente que una persona puede hacer es pedir ayuda. No hay por qué avergonzarse si necesitamos apoyo emocional. Al contrario, reconocerlo y buscar ayuda es un acto de fortaleza”, expresó la Dra. Oliver Franco.

La Administradora recordó a la ciudadanía la disponibilidad de la Línea PAS de ASSMCA, un recurso de apoyo gratuito, confidencial y accesible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a través del 1-800-981-0023, el número nacional 9-8-8, y mediante videollamada VRS al 787-615-4112. También está disponible el chat en línea a través de lineapas.assmca.pr.gov, para quienes prefieren comunicarse por escrito. “La Línea PAS es mucho más que un número telefónico. Es una voz amiga, una red de apoyo, una línea de esperanza, de humanidad, de vida”, afirmó.

La titular de ASSMCA también subrayó que muchas veces, lo único que necesita una persona para no rendirse es sentirse vista, escuchada, y acompañada. “Un ‘te veo’, ‘me importas’, ‘no estás solo’ puede ser la diferencia entre la vida y la muerte. Nunca subestimemos el poder de una palabra oportuna”, añadió.

Por otro lado, la doctora Oliver enfatizó que el suicidio, muchas veces silencioso, suele ir acompañado de señales de advertencia. Si las identificamos a tiempo, podemos evitar una tragedia. Algunas de estas señales incluyen: Expresar deseos de morir o de no seguir viviendo, sentirse una carga para los demás y cambios abruptos en el comportamiento o estado de ánimo. También, aislamiento social, pérdida de interés en actividades cotidianas, regalar pertenencias sin razón aparente, aumento en el uso de alcohol o drogas, así como sentimientos persistentes de desesperanza, vacío o culpa.

Acto seguido la doctora Oliver indicó que frases como ‘Todos estarían mejor sin mí’, ‘A nadie le importa lo que me pase’ o ‘¿Qué sentido tiene seguir?’ no deben tomarse a la ligera. Son gritos silenciosos de auxilio que necesitan ser escuchados y atendidos”, advirtió la funcionaria.

Además, la Administradora compartió algunas recomendaciones para quienes tienen cerca a una persona en riesgo:

- Escucha sin juzgar. A veces, lo más poderoso es simplemente estar presente.
- Valida los sentimientos. Evita minimizar el dolor con frases como “eso no es nada” o “anímate”.
- Haz preguntas desde el amor. Un “¿Cómo estás de verdad?” puede abrir una puerta.
- Anima a buscar ayuda profesional. Puedes incluso acompañar a esa persona a hacer la llamada.
- Actúa con empatía y comparte recursos, como la Línea PAS.

“Desde ASSMCA, continuaremos fortaleciendo los servicios de intervención en crisis, ampliando campañas educativas, capacitando profesionales, colaborando con las escuelas y comunidades, y trabajando sin descanso por la salud emocional de nuestro pueblo. Mi compromiso, y el de la gobernadora de Puerto Rico Jenniffer González, es firme y constante”, aseguró la Dra. Oliver Franco.

Para concluir, la Administradora expresó que “no podemos permitir que el silencio siga ganando terreno. Vamos a romper estigmas, a tender puentes, a crear espacios seguros para sanar. Cada vida importa. Cada historia merece continuar. Y mientras exista ASSMCA, habrá manos tendidas, corazones dispuestos y profesionales listos para ayudar. Porque vivir sí vale la pena. Y nadie, absolutamente nadie, debe cargar su dolor en soledad”.

###