

Falsa creencia

El que se quiere quitar la vida, no lo anda diciendo.

Los intentos de suicidio son una llamada de atención.

Preguntar a una persona si está pensando en suicidarse, puede incitarle a hacerlo.

Se suicidó porque es muy cobarde para enfrentar sus problemas.

Todos/as los que se suicidan están locos/as.

Cuando alguien se quiere quitar la vida, nada ni nadie le podrá detener.

El suicidio no se puede prevenir.

Realidad

8 de cada 10 personas que se suicidan, han expresado claramente sus intenciones.

Un intento de suicidio es una manifestación del sufrimiento y desesperación que siente la persona.

Si la persona se siente escuchada, disminuye la sensación de soledad y desesperanza.

Las personas que han valorado quitarse la vida, se sienten sin esperanza y están sufriendo. Están pasando por un sufrimiento psicológico intolerable.

El suicidio es una conducta multicausal, si bien suele estar relacionado con un trastorno mental, a veces es el resultado de una decisión moral.

Gran porcentaje de las personas que se suicidan o tiene el deseo de hacerlo, lo comunican, con la intención de recibir ayuda. Avisan de alguna forma de sus intenciones.

Si se puede. Es fundamental la detección temprana y poder disponer de los recursos, profesionales y espacios adecuados.

¿QUÉ HACER?



HABLAR

Lo más importante es la comunicación y hacerle sentir a la persona que no está sola. El sentirse acompañado y apoyado le permitirá enfrentar, de forma diferente, las cosas.



Acudir con su médico de familia y comentarle lo que sucede, puede ser de gran ayuda para ser enviado a tratamiento psicológico o psiquiátrico.

¡Sí existe ayuda!