



Se celebra: 10 de septiembre de 2021

Proclama: OMS y Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio

Desde cuando se celebra: 2003

Desde el año 2003, la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio, en colaboración con la Organización Mundial de la Salud, ha promovido cada 10 de septiembre el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, con el objetivo de concienciar a nivel mundial que el suicidio puede prevenirse.

El suicidio es un evento que afecta de manera global a las familias, a las comunidades y a los países. A nivel mundial se suicidan cada año casi un millón de personas, lo que equivale a una persona cada 40 segundos. Además, por cada muerte por suicidio se estima que hay 20 intentos. Otro dato preocupante es que el suicidio constituye la segunda causa de muerte en el grupo de 15 a 29 años de edad.

Hay que tener en cuenta que cada vida perdida representa a un amigo, padre, hijo, abuelo o compañero de alguien. Por cada suicidio producido muchas personas alrededor sufren las consecuencias.



Factores de riesgo para el suicidio

Factores de riesgo para el suicidio El suicidio es un problema complejo en el que intervienen todo tipo de factores: psicológicos, ambientales, sociales y biológicos. Se han determinado algunas causas que influyen en las conductas suicidas:

En los niños y adolescentes, influyen especialmente factores como la historia psiquiátrica familiar, enfermedades mentales, la pérdida de un ser querido, la depresión, aislamiento social, abuso de drogas y alcohol.

Para las mujeres y hombres, suponen un factor muy importante las relaciones con otras personas, la violencia doméstica o el estrés en el ámbito de la familia, aunado a las enfermedades mentales, abuso de alcohol y drogas, entornos familiares problemáticos.

Los estudios señalan que en el grupo de edad de las personas mayores cuentan especialmente factores como la depresión, el dolor físico a causa de una enfermedad, el aislamiento social y familiar.

No obstante, cada persona vive un universo concreto que habría que analizar, para determinar cómo ayudarle a superar la etapa por la que está pasando y evitar las conductas suicidas.

Señales de alerta del suicidio

No siempre se puede saber si alguna persona de nuestro entorno inmediato está pensando en el suicidio, pero hay algunas señales de alerta que pueden hacer sospechar:

Habla acerca del suicidio, o expresar frases como "desearía no haber nacido", "quisiera estar muerto", o similares.

Intenta obtener medios para hacer efectivo el suicidio.

Retraimiento extremo.

Cambios de humor.

Preocupación por la muerte.

Sentir impotencia y desesperanza ante una situación.

Abuso de alcohol y drogas.

Cambios en la rutina normal.

Hacer cosas autodestructivas e imprudentes.

Despedirse de las personas como si fuera a ser definitivo.

Si observa algunas o varias de estas señales, trata de hablar con la persona, ofrezca tu ayuda y animála a pedir ayuda a profesionales. ...

Campaña año 2021: "Crear esperanza a través de la acción"

Cada año se celebra el Día Mundial para la Prevención del Suicidio con un lema distinto, y con actividades y eventos a nivel mundial. Para el año 2021 el lema central se denomina "Crear esperanza a través de la acción".

Con ello se pretende recordar y reforzar la idea que existen alternativas al suicidio, así como brindar esperanza a quienes atraviesan por circunstancias difíciles.

A través de nuestra acción es posible marcar la diferencia para la prevención del suicidio, así como apoyar a familiares y allegados que están en duelo por suicidio.

Trabajando juntos para la prevención del suicidio, lema años 2018, 2019 y 2020

En el año 2018 se estableció el lema "Trabajando Juntos para Prevenir el Suicidio", que sirvió como tema para los años 2019 y 2020. El lema elegido trata de uno de los elementos más importantes en la prevención del suicidio, que es la colaboración. Todos tenemos un papel que desempeñar en este problema, teniendo en cuenta que la conducta suicida es universal y afecta a todos.

¿Qué podemos hacer para prevenir las conductas suicidas?

Cualquier persona es clave en la prevención del suicidio, ya que todos podemos marcar la diferencia como miembro de la sociedad: como hijos, padres, amigos, colegas o vecinos. Cada día podemos aportar para prevenir los suicidios en nuestro entorno.

Concienciarnos sobre el tema del suicidio y sensibilizar a otros.

Conocer las causas del suicidio y las señales de alerta.

Mostrar cuidado y ayuda a las personas que se encuentran en situaciones difíciles.

Cuestionar el estigma asociado al suicidio y a los problemas de salud mental, compartiendo nuestras propias experiencias.

Filmografía sobre el tema

A continuación mostramos algunos títulos de películas aleccionadoras, cuyo tema central es el suicidio, cuyo contenido brinda apoyo emocional que pueden ayudar a salvar vidas:

El Mar de Árboles (EEUU. Director: Gus Van Sant. Año 2015): un ciudadano estadounidense y un japonés se conocen en el tristemente célebre bosque de los suicidios Aokigahara, en Japón. Abandonan esta terrible idea, emprendiendo juntos un viaje a través del bosque.

A Girl like Her (EEUU. Directora: Amy S. Weber. Año 2015): un equipo de televisión graba un documental en una escuela, para mostrar los hechos de un caso de acoso contra una estudiante y su intento de suicidio.

Cake: una razón para vivir (EEUU. Director: Daniel Barnz. Año 2014): luego de perder a su hijo en un accidente una mujer asiste a un grupo de apoyo, cuya experiencia la ayudará a no rendirse y a no evadir su realidad.

The Perks of Being a Wallflower (EEUU. Director: Stephen Chbosky. Año 2012): muestra a un joven que trata de continuar su vida después de un intento de suicidio, descubriendo la amistad, el primer amor y la música como sus grandes aliados.

Una Historia Diferente (EEUU. Directores: Anna Boden, Ryan Fleck. Año 2010): un adolescente con un cuadro depresivo es ingresado en un centro psiquiátrico, encontrando el apoyo y protección de otro paciente.

Siete Almas (EEUU. Director: Gabriele Muccino. Año 2008): un inspector fiscal de Los Ángeles trata de redimirse, al tratar de cambiar la vida de siete desconocidos, cambiando su vida y su destino de una manera sorprendente.

Comparte información útil sobre el Día Internacional para la Prevención del Suicidio. Cortesía: <https://www.diainternacionalde.com/>

[#WSPD](#) [#suicideprevention](#) [#suicide](#) [#PrevencionDelSuicidio](#) [#suicidio](#)

Día Internacional para la prevención del suicidio.

Última actualización: Viernes, 10 Septiembre 2021 17:43

Visto: 932
