

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

#HABLEMOS



MITO:

QUIENES HABLAN DE SUICIDIO NO TIENEN LA INTENCIÓN DE COMETERLO.

FALSO

VERDAD: QUIENES HABLAN DE SUICIDIO PUEDEN ESTAR PIDIENDO AYUDA O APOYO. UN NÚMERO SIGNIFICATIVO DE PERSONAS QUE CONTEMPLAN EL SUICIDIO PRESENTAN ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y PUEDEN CONSIDERAR QUE CARECEN DE OTRA OPCIÓN.



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

#HABLEMOS

MITO:

LA MAYORÍA DE LOS SUICIDIOS SUCEDEN REPENTINAMENTE, SIN ADVERTENCIA PREVIA.

FALSO

VERDAD: LA MAYORÍA DE LOS SUICIDIOS HAN IDO PRECEDIDOS DE SIGNOS DE ADVERTENCIA VERBAL O CONDUCTUAL. DESDE LUEGO, ALGUNOS SUICIDIOS SE COMETEN SIN ADVERTENCIA PREVIA, PERO ES IMPORTANTE CONOCER LOS SIGNOS DE ADVERTENCIA Y TENERLOS PRESENTE.



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO #HABLEMOS



FALSO

MITO:
EL SUICIDA ESTÁ
DECIDIDO A MORIR.

VERDAD: POR EL CONTRARIO, LOS SUICIDAS SUELEN SER AMBIVALENTES ACERCA DE LA VIDA O LA MUERTE. ALGUIEN PUEDE ACTUAR IMPULSIVAMENTE AL BEBER PLAGUICIDAS, POR EJEMPLO, Y MORIR UNOS POCOS DÍAS DESPUÉS, AUNQUE HUBIERA PREFERIDO SEGUIR VIVIENDO. EL ACCESO AL APOYO EMOCIONAL EN EL MOMENTO PROPICIO PUEDE PREVENIR EL SUICIDIO.



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

#HABLEMOS

MITO:

QUIEN HAYA SIDO SUICIDA
ALGUNA VEZ,
NUNCA DEJARÁ DE SERLO.

FALSO

VERDAD: EL MAYOR RIESGO DE SUICIDIO SUELE SER DE CORTO PLAZO Y ESPECÍFICO SEGÚN LA SITUACIÓN. AUNQUE LOS PENSAMIENTOS SUICIDAS PUEDEN REGRESAR, NO SON PERMANENTES, Y QUIEN HAYA TENIDO PENSAMIENTOS E INTENTOS SUICIDAS PUEDE LLEVAR DESPUÉS UNA LARGA VIDA.



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

#HABLEMOS



FALSO

MITO:

SOLO LAS PERSONAS CON TRASTORNOS MENTALES SON SUICIDAS.

VERDAD: EL COMPORTAMIENTO SUICIDA INDICA UNA INFELICIDAD PROFUNDA, PERO NO NECESARIAMENTE UN TRASTORNO MENTAL. MUCHAS PERSONAS QUE VIVEN CON TRASTORNOS MENTALES NO SON AFECTADAS POR EL COMPORTAMIENTO SUICIDA, Y NO TODAS LAS PERSONAS QUE SE QUITAN LA VIDA TIENEN UN TRASTORNO MENTAL.



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

#HABLEMOS

MITO:

HABLAR DEL SUICIDIO ES UNA MALA IDEA Y PUEDE INTERPRETARSE COMO ESTÍMULO.

FALSO

VERDAD: DADO EL ESTIGMA GENERALIZADO ALREDEDOR DEL SUICIDIO, LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS QUE CONTEMPLAN EL SUICIDIO NO SABEN CON QUIÉN HABLAR. EN LUGAR DE FOMENTAR EL COMPORTAMIENTO SUICIDA, HABLAR ABIERTAMENTE PUEDE DAR A UNA PERSONA OTRAS OPCIONES O TIEMPO PARA REFLEXIONAR SOBRE SU DECISIÓN, PREVINIENDO ASÍ EL SUICIDIO.



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas