

## NOTA DE PRENSA DE IASP CON MOTIVO DEL DÍA MUNDIAL DE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO 2015

### **PREVENIR EL SUICIDIO: TENDER LA MANO Y SALVAR VIDAS**

#### **LAS PERSONAS EN RIESGO.**

Según el informe de la Organización Mundial de la Salud recientemente publicado (Prevención del suicidio: Un Imperativo Mundial), más de 800.000 personas mueren por suicidio en el mundo cada año. El informe señala que esta estimación es conservadora, la cifra real probablemente sea mayor debido al estigma asociado con el suicidio, la falta de procedimientos de registro de la muerte fiables y sanciones religiosas o jurídicas contra el suicidio en algunos países.

Puede que no seamos capaces de determinar la cifra exacta, pero sí sabemos que cada suicidio individual es una trágica pérdida de vidas. Es difícil imaginar el dolor psicológico extremo que lleva a alguien a decidir que el suicidio es el único recurso. Tender la mano a quien están luchando con ese sufrimiento salvará vidas.

***'Prevenir el Suicidio: Tender la mano y salvar vidas'* es el lema para el año 2015.** La Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP) y la OMS cada 10 de septiembre desde 2003 patrocinan y promocionan el Día Mundial de la Prevención del Suicidio intentando concienciar a la sociedad e invitando a un trabajo activo en la lucha contra el suicidio.

Una de las claves de la prevención está en interés y preocupación por las personas vulnerables. Esto implica:

Preguntarles por su estado de ánimo

- Escuchar activamente, eludiendo cualquier enjuiciamiento
- Mostrar nuestro interés por ellos.
- Romper el aislamiento, propiciando la creación de lazos sociales.
- Conectarles con la vida con nuestra presencia.

## LOS FAMILIARES Y AMIGOS

El suicidio es devastador para las familias, los amigos y los miembros de la comunidad que se quedan atrás. Ellos pueden experimentar una compleja gama de emociones: dolor, ira, culpa, la incredulidad .... A veces, resulta difícil compartir estos sentimientos abrumadores. Estar con ellos para escucharlo es muy importante.

Como resultado del estigma que rodea el suicidio, los que están en duelo se perciben a menudo diferentes de los que pierden un miembro de la familia por otras de las causas. Las personas en duelo pueden ser evitados por los que no saben cómo abordar el tema u ofrecer sus condolencias. Muchos de ellos sienten que los demás no entienden la intensidad de su respuesta emocional a la muerte de su ser querido.

Una vez más, un enfoque pro-activo y ofrecer un oído comprensivo, sin prejuicios, puede marcar la diferencia. Darle a alguien que ha estado en duelo por suicidio la oportunidad de hablar acerca de su pérdida, en su propio tiempo, en sus propios términos, puede ser un regalo precioso. Expresar los sentimientos es catártico y ayudar a dar el primer pequeño paso para ir asimilando su dolor

## PUBLICITAR LOS SERVICIOS DE ATENCIÓN

Aunque el apoyo de amigos y familiares es fundamental para las personas en riesgo y para las que han perdido un ser querido, no siempre es suficiente. A menudo se necesita una ayuda más forma ofrecida por servicios especializados: Servicios de salud mental, ONGs, grupo de autoayuda, organizaciones comunitarias....

Publicitar estos servicios, darlos a conocer a las personas, especialmente a aquellos que están en situación de riesgo, es una tarea urgente para seguir promocionando la prevención del suicidio.

## COORDINAR LOS RECURSOS DE LA COMUNIDAD

La unión hace la fuerza. En todo el mundo, muchas personas y organizaciones están involucradas en la prevención el suicidio. Podemos aprender unos de otros y fortalecer nuestra actuación si somos capaces de trabajar unidos y coordinados.



## DIA MUNDIAL DE LA PEVENCIÓN

El 10 de septiembre es un día privilegiado para unirnos y promocionar una empresa común:

- Tender manos a las personas en riesgo de suicidio.
- Escuchar a quienes sufren la pérdida de un ser querido.
- Dar a conocer los recursos disponibles en la comunidad para la prevención y la atención.
- Unir nuestras fuerzas con personas y organizaciones dedicadas a esta tarea.

Por favor, ayúdanos a salvar vidas.

<https://www.iasp.info/wspd/>

[http://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/wspd/en/](http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/wspd/en/)

<http://telefonodelaesperanza.org/noticias/view/7374/nota-prensa-dia-prevencion-suicidio-2015>

