

MITOS SOBRE EL SUICIDIO

Es importante que todas las personas ayudemos a deconstruir estos imaginarios y tomar en serio el suicidio como una problemática de salud pública.

“Las tasas de suicidio en adolescentes aumentan con la edad, son una de las causas de muerte más frecuente en este grupo y se ha constituido en un problema de salud pública en el mundo” (ENSM, 2015.p.231).

LAS PERSONAS QUE HABLAN ACERCA DEL SUICIDIO SÓLO QUIEREN LLAMAR LA ATENCIÓN

Toda amenaza de daño a sí mismo, autolesión, hay que tomarla en serio.

EL SUICIDIO ES SIEMPRE IMPULSIVO Y OCURRE SIN ADVERTENCIA

Muchas personas han dado señales, algún tipo de indicación verbal o conductual acerca de sus intenciones de hacerse daño. En especial los adolescentes tienden a planificar menos y a tener conductas suicidas impulsivas.

LAS PERSONAS QUE SE SUICIDAN DE VERDAD QUIEREN MORIR O ESTÁN RESUELTOS A MATARSE

La mayoría de las personas con ideas suicidas comunican sus pensamientos a por lo menos una persona, o llaman a una línea telefónica de crisis o al médico, lo cual es prueba de ambivalencia y labilidad, no de intención irrevocable de matarse, ya que supone un acto desesperado.

CUANDO UN INDIVIDUO DA SEÑALES DE MEJORÍA O SOBREVIVE A UN INTENTO DE SUICIDIO, ESTÁ FUERA DE PELIGRO

Uno de los momentos más peligrosos es inmediatamente después de la crisis o cuando la persona está en el hospital después de un intento de suicidio, porque está particularmente frágil y en peligro de hacerse daño.

EL SUICIDIO ES SIEMPRE HEREDITARIO

·No todo suicidio se puede relacionar con la herencia. La historia familiar de suicidio es un factor de riesgo importante de comportamiento suicida, particularmente en familias donde se presenta depresión.

LAS PERSONAS QUE SE SUICIDAN O LO INTENTAN SIEMPRE TIENEN UN TRASTORNO MENTAL

Los comportamientos suicidas se han asociado con depresión, abuso de sustancias, esquizofrenia y otros trastornos mentales, además de comportamientos destructivos y agresivos.

SI SE HABLA DE SUICIDIO CON UNA PERSONA QUE TIENE IDEAS SUICIDAS, SE PUEDE AUMENTAR EL RIESGO

La validación de los sentimientos de la persona y la contención emocional, además de hablar sobre lo que ha pensado, cómo ha pensado hacerlo, qué lo lleva a pensar en ello y resaltar los recursos personales o de otro tipo son necesarios para reducir la ideación suicida.