COLEGIO DE BACHILLERES

PLANTEL 19 ECATEPEC

PROFESOR: RAUL MOLINA

GRUPO:606

TURNO: MATUTINO

TEMA: EL SUICIDIO

INTEGRANTES:

-CERVANTES ARMENTA JOSE CARLOS

-DOMINGUEZ SANTES GABRIELA

-HERNANDEZ MURILLO LILIAN IVONNE

-RAMOS CONTLA KAREN MONTSERRAT

-PEREZ RUIZ OSCAR

-VIZCAINO LOPEZ BRENDA MICHELLE

El suicidio… ¿Realmente es la solución?

En este escrito hablaremos sobre el suicidio, es un tema que poco importa a las personas pero que en la actualidad es la decisión de muchas personas por diversos factores los cuales explicaremos a lo largo de este ensayo, como todos sabemos el suicidio es la acción de auto lastimarse al punto de llegar a la muerte con previa decisión de efectuarlo, pero en realidad ¿Sabemos los factores que conlleva esta decisión?, muchas veces juzgamos, hablamos, rechazamos a personas que tienen estos pensamientos pero sin embargo estas personas son las que más necesitan de nuestra ayuda o de alguien que los escuche o apoye, todos en algún punto de nuestra vida hemos llegado a pensar “ya no puedo” o “ya estoy harto” por distintas situaciones que giran a nuestro entorno, o situaciones estresantes o incluso depresivas , pero nos hemos puesto a pensar ¿Por qué se dan por vencidas las personas que deciden efectuarlo? En esta actualidad existen diversas soluciones las cuales no conllevan gran cosa sino ayudan a la persona que decide tomar esta decisión.

Antes de tomar una decisión debemos concientizarnos y ver quien saldrá afectado realmente por que como nosotros pensamos, “no solo te afecta a ti, sino a quienes más te querían”, este realmente nos hace ver un punto de vista más crudo y real por que la persona que efectúa el suicidio piensa: “todos van a estar mejor sin mí”, “nadie me va a extrañar”, “quiero terminar con mis problemas”, pero los problemas realmente llegan cuando ya lo hicieron, dejando por detrás un rastro y una huella la cual queda en todo el círculo social de la persona.

A continuación, veremos los síntomas que podían llevarte a tomar esta decisión, o para que identifiques si alguien más los tiene, tu puedes ayudar a alguien más a prevenir esta decisión, infórmate e informa a los demás.

1

Una vez ya discutido que es el suicidio, veremos los factores que conlleva a esta decisión:

Los primos indicios no tan alarmantes pero que después tendrán consecuencias es el escuchar a la persona hablar acerca del suicidio, es algo “común” entre los jóvenes, pero ya cuando realmente se le da sentido y se le ve desde la perspectiva humana no es algo que se deba tomar a la ligera.

Comúnmente no se habla directamente más bien con frases alusivas a ello como;” me quiero morir”, “desearía estar muerto”, “desearía jamás haber nacido.

El segundo es el que tiene un grado mayor de relevancia es el conseguir todos los métodos para llevar a cabo su plan tales como comprar cuchillos, pistolas, pastillas, cuerdas, u otro objeto con el cual hacerse daño.

El tercero es algo que la mayoría ve como “algo que es normal en adolescentes”, algo que la mayoría no vemos como una alerta, es el estar solo, el no querer estar rodeado de personas, el aislarse de la sociedad y querer estar solo.

El cuarto es el tener cambio de humor drástico el cual se puede identificar fácilmente, en un rato esa persona puede estar feliz disfrutando la vida al máximo, pero en segundos puede cambiar drásticamente de opinión y puede caer en depresión.

El quinto el algo que creemos que es algo sin duda común, es cuando a causa de un problema, situación te sientes acorralado de cierta manera, sin ninguna solución, “en el fondo de la botella”.

El sexto aumenta exageradamente el uso de drogas y alcohol, usualmente esto se hace como intentando “ahogar los problemas”, deshacerse de todo lo que los perturba. También implica el hacer maniobras para autolesionarse como manejar en estado de ebriedad, o dañarse la piel con agujas.

El ultimo es despedirse de las personas como si no se volvieran a ver jamás, después de esto la persona luce sin vida, ansiosa, agitada y todo esto es después de ver algunos de los ya mencionados síntomas.

Al principio la obviedad no se hace presente pero poco a poco se va dando la situación hasta que es un poco tarde.

2

¿Porque tomar el suicidio como base a salir de nuestros problemas?

No debemos poner en práctica esta opción, por más que sean grandes nuestros problemas, siempre hay una salida, pero en este caso no lo es.

Nosotros te recomendamos buscar y analizar opciones, no siempre se suele resolver por sí solo, nosotros como especialistas, te recomendamos que hagas conciencia y recapacites, te has puesto a pensar ¿qué sucede si te suicidas?, provocas un gran dolor a tu familia, a tus padres, porque les hiciste entender que no son lo suficientemente buenos para estar ahí. Deben entender como adolescentes, que aún les queda mucho por vivir, lo que les sucede son cosas a base de experiencias, de conocimientos, ya que eso les hará ver que hicieron bien y que hicieron mal, no hay porque tomar una decisión prematura y hacer más daño y provocar daño a nuestros seres. Desde nuestro punto de vista, es necesario que hables seriamente con tus padres, para que así ellos estén enterados de que te sucede, y porque se sienten así. Esto les hará ver, tanto a ti como a ellos, que está mal. Siendo honestos, a muchos de los adolescentes se les pasa por la mente el hacer ese tipo de cosas, pero realmente es mayor su miedo y no lo hacen, hay que tomar conciencia, ser capaces de ver más allá de un simple fracaso, no por una pequeña caída vas a terminar con tu vida. En base a todos esto prácticamente después de ver toda la información nosotros no apoyamos al suicidio, no por la acción que hace la persona sino por el dolor que causa, cambia totalmente el entorno en el que está.

El suicidio sabemos que es una fuerte decisión de alguna persona que no tiene o siente que le faltan fuerzas para seguir viviendo y varían los casos donde una persona que está apunto de suicidarse cambia de opinión.

Pero a veces los síntomas de suicidio no son como lo que nos plantean de que una persona se ve muy triste, se va alejando de su entorno social y todo eso, los casos que he conocido, las personas que cometieron ese acto no se veían deprimidas, sin ganas, etc. Al contrario, las veía como las personas más felices que pudiera haber visto y de un día a otro recibo la noticia de lo que hicieron, sin embargo, esto se dio por problemas personales y falta de atención.

Para nosotros el suicidio no es la mejor opción que hay, hay miles de soluciones para todos los problemas que se nos atraviesen, podemos salir adelante sin la necesidad de lastimar emocionalmente a seres queridos o cercanos, no es la mejor “salida” pero creo que es respetable la decisión que uno tome.

3

Es triste ver que este caso de suicidio se vea más en jóvenes, ya que no sabemos si tienen algún trauma desde la niñez, sufren de problemas, son tan inseguros que desconfían de su familia, hay muchos otros ejemplos que podrían ser los casos, y podemos saber cuándo una persona está mal, pero no sabemos lo que puede llegar a hacer con tal de sentirse bien, unos se cortan, otros se drogan y tan mal está el mundo que muchas veces a la gente no le importa cómo se sienta el de al lado.

Para poder evitar esto en los jóvenes debemos hacer que los primeros que tomen conciencia son los padres, ya que son los que normalmente tienen más influencia, decirles que no tomen a la ligera todas las emociones de sus hijos y hablen más a profundidad sobre lo que sienten y piensan para que se pueda encontrar una buena solución a sus problemas.

Para los casos de suicidio en adultos es un poco más complicado ya que una persona adulta ha vivido mucho más y se podría decir que ha sufrido más, por ende, sus problemas pueden ser más complejos a los de los jóvenes y se necesitaría hablar mucho más con un adulto para darle un poco de motivación para seguir viviendo y dejar a un lado ese tipo de pensamientos negativos y suicidas. Se necesita hacer conciencia en todos lados para hacer que los vasos de suicidio disminuyan y haya más gente que quiera salir adelante y hacer por ellos y sus personas queridas, se necesita más gente positiva para que haya aún más gente con motivaciones, metas, sueños grandes, etc. Pocos son los motivos que realmente pueden afectar a una persona creemos que un factor importante en esto es la falta de metas; el que una persona no tenga una vista a futuro de si misma es preocupante porque desde niños se nos plantea ¿qué quieres ser de grande? Desde ese momento cada uno pone empeño toda su vida para ser alguien a futuro, pero hay personas que poco a poco van perdiendo las esperanzas en base a cumplir una meta o un deseo o un logro. Aunque nosotros no veamos relevante estos factores para una persona que se estresa fácilmente, le dan trastornos de bipolaridad, tiene ansiedad, realmente es un logro total ya que su percepción de las cosas es muy diferente y es más difícil conseguir lo que quiere, esto lleva a tomar malas decisiones para solucionar esto se pueden hacer diversas cosas pero creo que los problemas mayormente empiezan en casa por la falta de atención que a veces no nos dan pero sin embargo no todo gira alrededor de nosotros, de cierto modo debemos de hacernos cargo de nosotros mismo, y empezar a tomar decisiones correctas ya que empezamos a madurar a partir de ciertas experiencias.

4

Como conclusión El concluir con tu vida es una reacción trágica a situaciones de vida estresantes; más trágica aún porque el suicidio puede prevenirse.

Todos tenemos problemas y debemos tener en cuenta que no todos los tomamos de la misma manera, debemos entender la sensibilidad y la presión de los mismos, así bien el que la ayuda de cada de estos casos es muy especial y debe tomarse con mucha seriedad.

Puede parecer que tus problemas no tienen solución y que el suicidio es la única forma de poner fin al dolor. Pero hay algunas medidas que puedes tomar para mantenerte a salvo y volver a disfrutar de la vida.

Tenemos muchas formas de salvar a los que más lo necesitan y pedir ayuda no es ningún acto de inferioridad, como comentamos anteriormente todos tenemos problemas y la forma mejor de actuar es hablando y consolándose con el apoyo de la comunicación de alguien de confianza y no hundirte más.

Además de no hundirse y tener alguna persona de confianza se debe tener en cuenta que se necesita apoyo psicológico ya que esto conlleva trastornos de depresión con otros sentimientos negativos y falta de autoestima, recalcando que aun así el suicidio no es la mejor manera para solucionar los problemas ya que no los solucionas sino los evitas. Nosotros creemos que la ayuda necesaria es la ayuda médica ya que cualquier página no es tan vital en la ayuda y necesita más un especialista que cualquier persona ya que implica distintas factoras.

Finalizando que el suicidio en ningún caso es la solución sea cual sea tu situación que te orillo a eso, siempre se pueden sacar soluciones, necesitas ver le lado positivo de las cosas y no dejarte llevar por lo que te hace daño. Aunque no sea fácil debemos de ser persistentes, si fuera fácil todos seriamos felices y nunca tendríamos problemas, pero estos mismo nos hacen subsistir, nos hacen ver diferentes las cosas ver cómo enfrentarlas, no dejarse afectar por un hecho una realidad, tenemos que intentarlo mil veces si es necesario, siempre sacando nuestras buenas actitudes y nuestros buenos sentimientos adelante.

Siempre habrá alguien que te ayudará, aunque el camino sea difícil y si eres inseguro eso no te ayudara a nada debes de ser consistente en la vida de cada cosa que haces, y también de tus propias decisiones porque muchas veces no es culpa de los demás sino de ti mismo y quieres culpar a alguien más para no sentir la culpa.

5

Bibliografía

1.Adolescentes: etapa de cambios. (2017-2019)https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/conducta-suicida-adolescencia-factores-proteccion-signos-alarm

2. Suicidio e intento de suicidio. (2009-2019)https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\_catedras/obligatorias/055\_adolescencia1/material/archivo/suicidio\_e\_intentos.pdf

3. Suicidio y comportamiento suicida. (2019)https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001554.htm

6

Glosario

Desalentado: Entorpecer o dificultar la respiración por fatiga o cansancio el esfuerzo excesivo desalienta a cualquiera.

2. v. tr. y prnl. Quitar los ánimos, la valentía, la energía a una persona sus palabras desalentaron al público

Persistente: Que sigue durando o se mantiene constante por largo tiempo.

Psicosis: Trastorno mental caracterizado por una desconexión de la realidad.

Bipolar: Trastorno que provoca altibajos emocionales, que van desde trastornos de depresión hasta episodios maníacos.

Meta: Fin al que se dirigen las acciones o deseos de una persona.

Concientizar: que una persona tome conciencia sobre determinadas situaciones o acciones.

Motivación: Cosa que anima a una persona a actuar o realizar algo

7