

PREVENIR EL SUICIDIO ES COSA DE TOD@S



EL SUICIDIO ES LA 1º CAUSA DE MUERTE EXTERNA EN NUESTRO PAÍS

NO SON SOLO CIFRAS



CADA 2 HORAS
se suicida una persona
en España.



4227 PERSONAS
fallecieron en 2022 por
suicidio en España.



ENTRE 15 Y 29 AÑOS
el suicidio es la primera
causa de muerte absoluta
en nuestro país.



Y YO, SIN SER EXPERTO

¿QUÉ PUEDO HACER?

- ✓ Presta atención a los cambios de conducta
- ✓ Habla abiertamente
- ✓ Escucha de forma activa
- ✓ Genera un clima de confianza para que pueda expresarse en libertad
- ✓ Acompaña sin juzgar ni criticar
- ✓ Pídele tiempo
- ✓ Sugiere y acompaña a pedir ayuda profesional





MITO 10



LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO ES ASUNTO EXCLUSIVAMENTE DE LOS SANITARIOS

Criterio equivocado que **evade la responsabilidad comunitaria** en materia de prevención del suicidio.

REALIDAD



EL FACTOR PROTECTOR POR EXCELENCIA ES EL APOYO SOCIAL, POR LO TANTO, ES NECESARIO QUE TODA LA SOCIEDAD SE IMPLIQUE EN LA PREVENCIÓN. LOS SANITARIOS TIENEN UN PAPEL PRIMORDIAL, PERO ES EL ENTORNO CERCANO QUIEN DE MANERA MÁS CERTERA PUEDE LLEGAR A IDENTIFICAR SEÑALES DE ALARMA, ASÍ COMO DOTAR DEL APOYO Y SOSTEN QUE UNA PERSONA EN RIESGO NECESITA PARA DAR EL PASO DE PEDIR AYUDA.

¿DÓNDE BUSCAR AYUDA?

 **112** TELF. DE EMERGENCIAS

 **024** LÍNEA DE ATENCIÓN A CONDUCTAS SUICIDAS

 **900 202 010**
FUNDACIÓN ANAR

 **PREVENSUIC.ORG**
FUNDACIÓN ESPAÑOLA PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

+ INFO

