

10 de septiembre: Día Mundial para la Prevención del Suicidio



¿Sabías qué?

El suicidio es la **segunda causa** principal de **muerte** en personas entre **15 y 29 años** de edad. Cada año, en **Chile** se **suicidan** aproximadamente **10 personas** por cada **100.000 habitantes**. Cada **diez** casos de suicidio, **nueve** pueden ser **evitados**.

ALGUNOS DATOS SOBRE EL SUICIDIO



Durante el último año, la pandemia ha incrementado los problemas de **Salud Mental** en Chile, factor que **predispone** al comportamiento **suicida**.



No hay una **única causa** para el suicidio. Condiciones como la depresión, el estrés, la ansiedad y el **abuso de sustancias**, especialmente cuando **no se consultan con un profesional**, aumentan el riesgo de este.



Existe un **estigma** que rodea a los **trastornos mentales**, y al suicidio que puede **impedir** a las personas **buscar ayuda**.



Muchos de ellos ocurren en **momentos de crisis**, como **problemas financieros**, ruptura de relaciones, dolor, **duelo** y **enfermedad crónicas**.



El **intento** de suicidio **previo**, es el factor de **riesgo** más importante.



La mortalidad por suicidio es **4 veces mayor** en **hombres** que en **mujeres**.



¡SEÑALES DE ALERTA!

- Deseos y búsqueda para herirse o amenazar con hacerlo.
- Mayor uso de alcohol, tabaco o drogas.
- Alejamiento de familiares y amigos.
- Despedirse de los seres queridos o hablar como que ya no estará más presente.
- Desesperanza o no tener razones para vivir.
- Sentir ser una carga para otros (amigos, familia, etc.) o el responsable de todo lo malo que sucede.
- Es importante consultar a un especialista, si identifica que usted o algún familiar presenta alguna de estas señales.

