

CONSTRUYENDO UN FUTURO SEGURO: CLAVES PARA EVITAR EL RIESGO SUICIDA

¿Qué es el Riesgo Suicida?

El riesgo suicida se refiere a la posibilidad de que una persona intente hacerse daño intencionalmente con el objetivo de morir. Está asociado con problemas emocionales, experiencias traumáticas y factores personales. Identificarlo a tiempo y ofrecer apoyo adecuado son esenciales para la prevención (UNICEF, 2023).

Factores de Riesgo Comunes

Factores Culturales y Ambientales:

- Estigmatización de los problemas mentales.
- Acceso a métodos letales.
- Cambios abruptos en la vida (pérdida de empleo, rupturas).

Factores Biológicos:

- Historial familiar de suicidio.
- Enfermedades mentales.
- Desequilibrios neuroquímicos.

Factores Sociales:

- Aislamiento social.
- Falta de apoyo familiar.
- Problemas económicos.
- Experiencias traumáticas.

Factores Psicológicos:

- Depresión.
- Trastornos de ansiedad.
- Trastorno bipolar.
- Abuso de sustancias.



Señales de advertencia

Comentarios sobre Suicidio:

Hablar de querer morir o de métodos de suicidio.

Cambios en Sueño o Apetito:

Insomnio o dormir en exceso, cambios drásticos en el apetito.



Cambios en el Comportamiento:

Aislamiento, tristeza extrema, pérdida de interés en actividades.

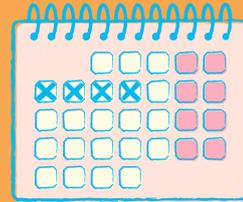
¿Cómo ayudar a alguien en riesgo?



Escucha sin juzgar



Ofrece apoyo



Mantén contacto

Referencias:

-GUÍA DE ABORDAJE FRENTE AL RIESGO SUICIDA EN ADOLESCENTES. (2023). https://bibliotecaunicef.uy/opac_css/doc_num.php?explnum_id=306

-*4141 Línea Prevención del Suicidio. (s. f.). Departamento de Salud Digital. <https://portalsaluddigital.minsal.cl/4141-linea-prevencion-del-suicidio/>

-Molina, R. T., & Lechuga, E. N. (2003). Factores de riesgo asociados al suicidio e intento de suicidio. *Salud uninorte*, (17), 19-28.

-Pérez Barrero, S., Ros Guerra, L. A., Pablos Anaya, T., & Calás López, R. (1997). Factores de riesgo suicida en adultos. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 13(1), 7-11.

-Pérez Barrero, S., Ros Guerra, L. A., Pablos Anaya, T., & Calás López, R. (1997). Factores de riesgo suicida en adultos. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 13(1), 7-11.