

**PREVENCIÓN DEL SUICIDIO #HABLEMOS**

**FALSO**

**MITO:** SOLO LAS PERSONAS CON TRASTORNOS MENTALES SON SUICIDAS.

**VERDAD:** EL COMPORTAMIENTO SUICIDA INDICA UNA INTELIGENCIA PROFUNDA, PERO NO NECESARIAMENTE UN TRASTORNO MENTAL. MUCHAS PERSONAS QUE VIVEN CON TRASTORNOS MENTALES NO SON AFECTADAS POR EL COMPORTAMIENTO SUICIDA, Y NO TODAS LAS PERSONAS QUE SE QUITAN LA VIDA TIENEN UN TRASTORNO MENTAL.

**OPS**

**PREVENCIÓN DEL SUICIDIO #HABLEMOS**

**FALSO**

**MITO:** QUIEN HAYA SIDO SUICIDA, ALGUNA VEZ, NUNCA DEJARÁ DE SERLO.

**VERDAD:** EL MAYOR RIESGO DE SUICIDIO SUELE SER DE CORTO PLAZO Y ESPECÍFICO SEGUN LA SITUACIÓN. AUNQUE LOS PENSAMIENTOS SUICIDAS PUEDEN REGRESAR, NO SON PERMANENTES, Y SIEMPRE HAN TENDIDO PENSAMIENTOS E INTENTOS SUICIDAS PUEDE LLEVAR DESPUES UNA LARGA VIDA.

**OPS**

**SUICIDIO #HABLEMOS**

**FALSO**

**MITO:** HABLAR DEL SUICIDIO ES UNA MALA IDEA Y PUEDE INTERPRETARSE COMO ESTÍMULO.

**VERDAD:** ENFOCO EL ESTIGMA GENERALIZADO ALREDEDOR DEL SUICIDIO. LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS QUE CONTEMPLAN EL SUICIDIO NO SABEN CON QUIÉN HABLAR. EN LUGAR DE FOMENTAR EL COMPORTAMIENTO SUICIDA, HABLAR ADECUADAMENTE PUEDE DAR A UNA PERSONA OTRAS OPCIONES O TIEMPO PARA REFLEXIONAR SOBRE SU DECISIÓN, PREVENIENDO ASÍ EL SUICIDIO.

**SUICIDIO #HABLEMOS**

**FALSO**

**MITO:** EL SUICIDA ESTÁ DECIDIDO A MORIR.

**VERDAD:** POR EL CONTRARIO, LOS SUICIDAS SUELEN SER AMBIVALENTES ACERCA DE LA VIDA O LA MUERTE. ALGUNOS PUEDEN ACTUAR IMPULSIVAMENTE AL BEBER PLAGUICIDAS, POR EJEMPLO, Y MORIR UNOS POCOS DÍAS DESPUÉS, AUNQUE HUBIERA PREFERIDO SEGUIR VIVIENDO. EL ACCESO AL APOYO EMOCIONAL EN EL MOMENTO PROPICIO PUEDE PREVENIR EL SUICIDIO.

**DÍA MUNDIAL DE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO**

**ESTÁ BIEN PEDIR AYUDA**

**#HABLEMOS**

**FALSO**

**MITO:** QUIENES HABLAN DE SUICIDIO NO TIENEN LA INTENCIÓN DE COMETERLO.

**VERDAD:** QUIENES HABLAN DE SUICIDIO PUEDEN ESTAR PIDIENDO AYUDA O APOYO. UN NÚMERO SIGNIFICATIVO DE PERSONAS QUE CONTEMPLAN EL SUICIDIO PRESENTAN ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y PUEDEN CONSIDERAR QUE CERCEN DE OTRA OPCIÓN.

**PIC·COLLAGE**