



Prevención del Suicidio

El suicidio es un fenómeno multicausal considerado como un grave problema de salud pública. Según los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año más de 800.000 personas se suicidan en el mundo y por cada una de ellas se comenten muchos intentos de suicidio. Es la segunda causa de muerte en el grupo de edad de 15 a 29 años.

¿Cuáles son las señales de sufrimiento emocional?

- El alumno se ha visto expuesto a situaciones vitales dolorosas, ya sea desde el punto de vista; académico, familiar, amoroso, de exposición social, entre otros.
- Aislamiento social.
- Manifiesta sentimientos de desesperanza, o de estar atrapado sin salida.
- El alumno se siente poco valorado y/o sobrepasado.
- Manifestación de sentimiento de culpa, fracaso o pérdida del control.
- Muestra sentimientos de rabia, odio. Y deseos de venganza
- Ha perdido el interés por actividades que antes le resultaban placenteras
- Presenta cambios bruscos de ánimo
- Conductas de automutilación
- Presenta consumo riesgoso de sustancias

Aspectos que impulsan a una persona al suicidio

● Continuos problemas personales, como situaciones financieras difíciles, fracaso académico, la ruptura de una relación, alejamiento o escaso contacto con personas significativas.

● Una sensación persistente de desesperanza, inutilidad o fracaso. Incertidumbre sobre la orientación o identidad sexual.

● Sensación de no lograr persistentemente las metas esperadas, en relación a pareja, escuela o trabajo.

● Ser víctima de violencia, discriminación o acoso.

¿Qué hacer frente a un estudiante con riesgo suicida?

Invitar alumno a hablar en privado

Expresar preocupación por su bienestar sin juzgar su conducta: acoger, escuchar y validar las emociones que el otro expresa, para generar un espacio de apoyo.

Preguntarle al alumno que ha pensado hacer para enfrentar la situación de crisis por la que está pasando.

Nunca dejar solo al alumno en inminente riesgo suicida; y asegurarse que esté en un ambiente seguro, hasta que llegue la familia, o reciba ayuda profesional.

Indicar que hay ayuda disponible en Salud Estudiantil, Campus San Joaquín.