

Firma invitada

Prevención de suicidio, una victoria a la que todos y todas estamos invitados/as

- El suicidio rasga la vida de muchas personas en Euskadi cada año. Es la primera causa de muerte no natural llegando casi a triplicar las cifras de los accidentes de tráfico y es también la segunda causa de muerte en nuestros jóvenes. Sin embargo sabemos que se puede prevenir.
- No es tarea fácil. Se trata de un fenómeno complejo en el que se combinan factores de salud (enfermedades físicas y mentales), socioeconómicos (pobreza, soledad, desempleo, violencia, etc.) y culturales (estigma y desconocimiento). Y es esta complejidad en especial la desinformación y el tabú que rodea al suicidio, la que dificulta la petición de ayuda o la posibilidad de brindarla a tiempo desde el entorno.
- En Junio 2019 se presentó la [Estrategia de Prevención de Suicidio en Euskadi](#), que pretende reducir la incidencia e impacto de este fenómeno en nuestra sociedad y en la que todas/os estamos llamados a participar:
 - 1) Cada ciudadano/a anónimo/a, ya que cualquiera puede ser clave en la prevención de un nuevo suicidio.
 - 2) Cada profesional que trabaja en la comunidad, contribuyendo a identificar a las personas en riesgo y orientarlas hacia una ayuda especializada.
 - 3) Cada profesional sanitario, ofreciendo una respuesta rápida, integrada y eficaz ante el riesgo.
 - 4) Cada profesional de los medios de comunicación, contribuyendo a luchar contra el estigma y desinformación que rodea a este fenómeno.
- La importancia de los profesionales de la comunidad (servicios sociales, educación, seguridad, etc.) es menos conocida y conviene resaltarla. Sabemos que las actuaciones desde este entorno son las segundas más eficaces para prevenir un suicidio (Hofstra E, 2019) y que podrían prevenir hasta un 10% de los casos (Ridani R, 2016), porque muchas de las personas en riesgo están en contacto habitual con estos profesionales y no tanto con el sistema sanitario. Es por ello que la Estrategia de Euskadi propone integrar la mirada de la prevención del suicidio en los protocolos/programas existentes para grupos vulnerables y en los programas de formación continuada de estos profesionales. Un objetivo ambicioso y complicado que **requerirá de la ayuda de todos/as para poder hacerlo realidad.**

¿Qué puedo hacer?

- 1) **Fórmate, infórmate:** Consulta [información fiable](#) sobre los mitos, las señales de alarma y cómo actuar ante ellas
- 2) **Pasa la voz:** Contribuye a derribar los mitos en tu entorno inmediato y a sacar a la luz este tema
- 3) **Ante la duda actúa:** No tengas miedo a hablar del suicidio con alguien si crees que podría estar en riesgo.

Y recuerda: **El suicidio se puede prevenir, está en nuestras manos, en las de tod@s.**



*Prevención de suicidio,
una victoria a la que
todos y todas estamos
invitados/as.*

Andrea Gabilondo Cuéllar
Psiquiatra de la Red de Salud Mental de Gipuzkoa
Coordinación Estrategia de prevención del suicidio en Euskadi

Noticias



¿Desigualdades en salud? Desigualdades sociales en salud y sistemas de salud

[Leer más...](#)



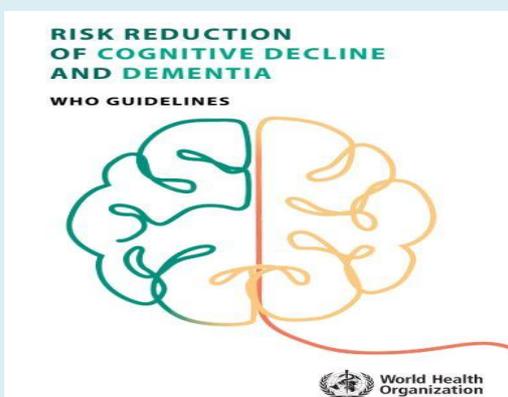
Incorporando salud en todas las políticas. Lecciones alrededor del mundo

[Leer más...](#)



Guía práctica para la evaluación de servicios de atención a menores en situación de riesgo o víctimas de abusos sexuales

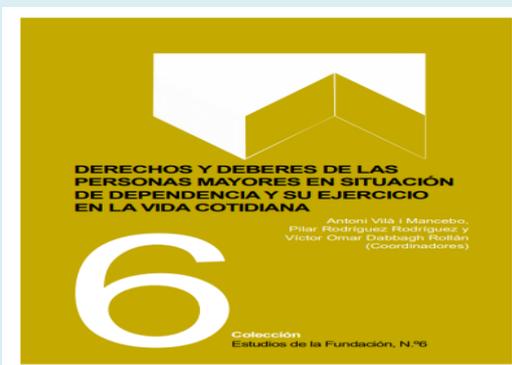
[Leer más...](#)



Guía para la reducción de riesgos en el deterioro cognitivo y la demencia (OMS, 2019)

[Leer más...](#)

Noticias



Derechos y deberes de las personas mayores en situación de dependencia y su ejercicio en la vida cotidiana

[Leer más...](#)



Guía para una vivienda amigable con las demencias

[Leer más...](#)



Australia despliega un plan nacional para combatir los malos tratos a personas mayores

[Leer más...](#)



Revisión y actualización del Protocolo de Buenas prácticas en el uso de medidas de sujeción en el ámbito domiciliario y centros asistenciales: sociales y sanitarios en Aragón

[Leer más...](#)

Noticias



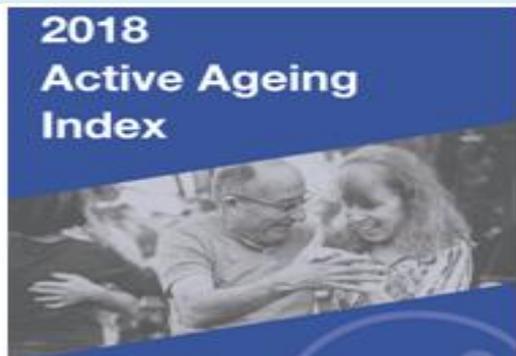
**Mapa de Cuidados integral
diseñado por personas enfermas
de ELA, de la Fundación Luzón**

[Leer más...](#)



**La prevención del suicidio
centrará el Día Mundial de la
Salud Mental 2019**

[Leer más...](#)



**1 de octubre, Día Internacional
de las Personas Mayores**

[Leer más...](#)

Equipo Editor

Aitor Lopez de Aberasturi, Catarina Paz y Lucía Iñigo

En cumplimiento de lo dispuesto en el Reglamento 2016/679 General de Protección de Datos personales, le informamos que Usted recibe este Boletín de Atención Sociosanitaria ya que ha prestado su consentimiento.

Si no desea seguir recibiendo este boletín puede **darse de baja** escribiéndonos un email a coordinacionsosa@bioef.org. Asimismo puede dirigirse a la siguiente dirección para ejercitar los derechos que le correspondan: Gobierno Vasco, Atención Sociosanitaria, Calle Donostia 1, 01010 Vitoria-Gasteiz.

¿Ha llegado a esta información y considera que es interesante? **¿Quiere recibir también este Boletín y que le mantengamos al día con información sobre la Atención Sociosanitaria?** Puede **darse de alta** en nuestra web a través del siguiente link: <http://www.euskadi.eus/sociosanitario/-/informacion/suscripcion-boletin-atencion-sociosanitaria/>