

SALUD RECUERDA DIA MUNDIAL PARA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN CAJAMARCA

En el mundo, 800 mil personas se quitan la vida cada año; en nuestro país cada 22 minutos alguien intenta quitarse la vida. Estas cifras son alarmantes requiriéndose una atención especializada para su tratamiento.

Este martes 10 de setiembre se recordó el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, fecha que no pasó desapercibida para la Dirección Regional de Salud, la Red Cajamarca y el Centro de Salud Mental Comunitario Esperanza de Vida.

Entre las actividades realizadas se realizó un pasacalle de sensibilización para luego llevarse a cabo una ceremonia en las instalaciones del Hospital Simón Bolívar de nuestra ciudad.

Se estima que cada suicidio afecta de forma directa de seis a catorce familiares o amistades siendo prevenible requiriéndose intervención especializada y se necesita un enfoque multisectorial para que el tratamiento sea efectivo.

El suicidio es una dolencia compleja en el que intervienen todo tipo de factores: psicológicos, ambientales, sociales y biológicos.

SEÑALES DE ALERTA

No siempre se puede saber si alguien cercano está pensando en el suicidio, pero hay algunas señales de alerta que pueden hacer sospechar:

- Habla a cerca del suicidio, o dices cosas como que "desearía no haber nacido", "quisiera estar muerto", o cosas similares.
- Intenta obtener medios para hacer efectivo el suicidio.
- Retraimiento extremo.
- Cambios de humor.
- Preocupación por la muerte.
- Sentir impotencia y desesperanza ante una situación.
- Abuso de alcohol y drogas.
- Cambios en la rutina normal.
- Hacer cosas autodestructivas e imprudentes.
- Despedirse de las personas como si fuera a ser definitivo.

