

Mitos

Realidades

“EL QUE SE QUIERE MATAR NO LO DICE”

De cada diez personas que se suicidan, nueve manifestaron claramente sus propósitos y la otra dejó entrever sus intenciones.

“EL QUE LO DICE NO LO HACE”

El que se suicida pudo expresar lo que ocurriría con palabras, amenazas, gestos o cambios de conducta.

“TODO EL QUE SE SUICIDA ES UN ENFERMO MENTAL”

Los enfermos mentales se suicidan con mayor frecuencia que la población general, pero no hay que padecer un trastorno mental para hacerlo.

“EL SUICIDIO SE HEREDA”

Aunque pueda tener influencia genética, existen factores protectores (habilidades en la resolución de los problemas, autoconfianza, integración social...)

“HABLAR SOBRE EL SUICIDIO CON UNA PERSONA QUE ESTÁ EN RIESGO LE PUEDE INCITAR A HACERLO”

Está demostrado que hablar del suicidio reduce el riesgo de realizarlo y puede ser la única posibilidad que ofrezca a esa persona para el análisis de sus propósitos autodestructivos.

“EL SUICIDA DESEA MORIR”

Con frecuencia el suicida está en una posición ambivalente, desea morir si su vida continúa de la misma manera y desea vivir si se produjeran pequeños cambios en ella.

“EL QUE INTENTA EL SUICIDIO ES UN COBARDE”

Los que intentan suicidarse no son cobardes sólo son personas que sufren.

“EL QUE INTENTA EL SUICIDIO ES UN VALIENTE”

Los atributos personales como cobardía o valentía no se cuantifican o miden en función de las veces que alguien se intenta quitar la vida o no.

“SOLO LOS VIEJOS SE SUICIDAN”

Los ancianos realizan menos intentos autolíticos que los jóvenes, pero utilizan métodos más efectivos al intentarlo, lo que lleva a una mayor letalidad.

“SI SE RETA A UN SUICIDA ESTE NO LO INTENTA”

Retar al suicida es un acto irresponsable, pues se está ante una persona vulnerable cuyos mecanismos de adaptación han fracasado.

“LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN NO PUEDEN CONTRIBUIR A LA PREVENCIÓN”

Los medios de comunicación pueden convertirse en un valioso aliado en la prevención del suicidio si enfocan correctamente la noticia sobre el tema y tienen en cuenta las sugerencias de los expertos.