



Lesly López

¿Qué hay detrás del suicidio?

“Es preocupante que muchas personas, cuando escuchan el término ‘salud mental’, piensen automáticamente en una enfermedad mental”.



6/4/2024 07H49 - ACTUALIZADO A 6/4/2024 07H49

Según la OMS, cada año cerca de 703.000 personas se quitan la vida. El Perú no escapa de esta realidad, ya que el Sistema Informático Nacional de Defunciones (Sinadef) dio a conocer que 686 personas se quitaron la vida y 2.307 intentaron hacerlo durante el 2023.

Actualmente, el 71,5% de los casos de intento de suicidio en el Perú es de adolescentes y jóvenes. Por ello, se debe resaltar la importancia de la prevención y la intervención oportuna. Si bien es cierto, algunas personas que están pensando en quitarse la vida no muestran señales previas, la mayoría sí lo hace de manera verbal o mediante conductas. Por ello, es importante reconocer los signos de alarma. Los más frecuentes suelen ser llanto, aislamiento, amenazas suicidas, desesperanza, cambio de hábitos y realizar notas de despedida. Es importante prestar atención y hacer seguimiento a las personas que asistieron a consulta psicológica o que presenten riesgos de tener conductas suicidas.

Es preocupante que muchas personas, cuando escuchan el término ‘salud mental’, piensen automáticamente en una enfermedad mental. Estas creencias pueden influir de manera negativa en las personas que están pensando en buscar ayuda psicológica. Aún falta mucho para lograr el acceso a este derecho fundamental. Por ello, se debe desarrollar programas de educación sobre salud mental y concientización sobre el suicidio en escuelas, lugares de trabajo y comunidades. Esto puede ayudar a reducir el estigma asociado con los problemas de salud mental y aumentar la capacidad de reconocer las señales de advertencia del suicidio.

Lesly López es estudiante de Psicología en la Universidad Peruana Cayetano Heredia

PUBLICIDAD

🕒 ÚLTIMAS NOTICIAS



A cuatro años de la pandemia



La cosecha del cambio climático

★ PARA SUSCRIPTORES



★ “El Monumental es perfecto y Fossati lo conoce” pero “en Matute se siente el hincha”: ¿Dónde podría jugar la...



★ Carolina Salvatore: “El ambiente que rodea al fútbol siempre ha sido machista”