

eib, per a la prevenció del suïcidi

Actualment, el suïcidi és la primera causa de mortalitat evitable en persones de 16 a 25 anys. Pràcticament un milió de persones moren cada any al món per suïcidi, més de 3.500 a Espanya i més de 500 a Catalunya.

El suïcidi és, per tant, un greu problema de salut pública i un fenomen social de gran magnitud. És el **resultat d'un immens patiment emocional** de la persona i té un gran impacte, també, en el seu entorn.



A més, encara està envoltat de molts mites i tabús. Per això, es necessiten més esforços per **visibilitzar, prevenir i abordar** el suïcidi.

EL SUÏCIDI ES POT PREVENIR

Tot i que no és fàcil, és molt important aprendre a detectar una ideació o intent suïcida. **Normalitzar el diàleg al voltant del suïcidi, formar els i les professionals i sensibilitzar la ciutadania, són claus per a prevenir-lo.**

QUÈ POTS FER DAVANT D'UNA SITUACIÓ DE RISC?



Trucar al telèfon
d'emergències: 112



Trucar a telèfons especialitzats,
com ara el Telèfon de Prevenció
del Suïcidi: 900 92 55 55



Tenir una actitud d'escolta
activa i respecte envers la persona;
no jutjar-la i prendre's seriosament
totes les amenaces d'autolesió



Mostrar interès en els seus
pensaments i emocions
relacionades amb la conducta
suïcida; transmetre-li que
ens preocupa i volem ajudar-la