Día mundial para la prevención del suicidio

10 de septiembre



porque
"Cada vida importa"

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada



Juntos podemos SALVAR VIDAS

"No estás solo, tu vida importa y siempre hay esperanza; habla, comparte y permite que otros te apoyen"

Día mundial para la prevención del suicidio

Realizado por:
TRABAJO SOCIAL
Regional Santa Cruz
PSICOLOGIA
Regional Santa Cruz

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada

Causas principales



- Problemas de salud mental.
- Ansiedad o depresión.
- Problemas con la pareja, familia o entorno social.
- Acoso escolar – bulling.
- Exposición a la violencia o maltrato físico.
- Dolor físico crónico por causa de una enfermedad.

Estrategias de Prevención

Alertar a familiares y/o autoridades cuando se detecten señales de riesgo

Fomentar relaciones sociales positivas y frecuentar redes de apoyo

Guiar a la persona a un lugar seguro libre de objetos dañinos y no dejarla sola

Participar en actividades deportivas y recreativas que promuevan el bienestar

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada

Signos de alarma



Cambios emocionales

- No valgo nada y no mejora mi vida.
- Pensamientos de querer morirse.
- Sentimientos de culpa e ira.

Cambios conductuales

- Consumo de alcohol o drogas.
- Autolesiones, golpes, heridas.
- Alejamiento de amigos, familiares y actividades habituales.





Cambios físicos

- Problemas para conciliar el sueño.
- Cambio de hábitos alimenticios.
- Pérdida de peso.

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada