

Mitos y Prejuicios

sobre el suicidio escolar

La importancia de conocer la conducta suicida

Para evitar los mitos, es necesario conocer acerca del fenómeno, sus características, cuáles son los factores que están interviniendo y cómo distinguirlos.

Es por ello que hablaremos de los principales mitos y prejuicios generados en torno al suicidio.



10 Mitos mas comunes

- » Si realmente se quiere suicidar no lo dice.
- » Quien dice que se va a suicidar, no lo hace.
- » Quienes intentan suicidarse no desean morir, sólo "llamar la atención".
- » Es mejor mantener en secreto los sentimientos suicidas de alguien.
- » Si de verdad se hubiera querido matar, utilizaría un medio más letal (arrojarse al metro, dispararse, etc.)

- » Toda persona que se suicida está deprimida.
- » Sólo los especialistas pueden ayudar a una persona con crisis suicidas.
- » Si quiso suicidarse una vez, querrá suicidarse siempre.
- » Si mejoró de una crisis suicida, no tiene riesgo de recaer.
- » Sólo se suicidan personas con trastornos mentales.

Realidad

Es importante esclarecer los mitos y prejuicios que se tienen en torno al suicidio, puesto que constituyen **obstáculos** para la prevención de dicha conducta. Ante esto la **evidencia científica** nos señala que :

01.

La mayoría de las personas que se suicidan han advertido sus intenciones.

02.

Nunca se deben mantener en secreto pensamientos ni sentimientos suicidas.

03.

Las personas que están pensando en suicidio suelen encontrar alguna forma de comunicar su dolor a los demás, a menudo hablando indirectamente sobre sus intenciones.

04.

La mayoría de las personas con conducta suicida admitirá sus sentimientos si se les pregunta directamente.

05.

Aunque no todos los que intentan el suicidio desean morir es un error pensar que ellos intentan "llamar la atención". Pues son personas que se encuentran sufriendo y no encuentran otra alternativa, excepto el atentar contra su vida.

06.

El método elegido para el suicidio no refleja los deseos de morir de quien lo utiliza.

07.

Muchos suicidios ocurren en el periodo de mejoría, cuando la persona tiene toda la energía y voluntad para convertir los pensamientos de desesperación en actos destructivos.

08.

Aun cuando es cierto que el impulso suicida puede volver a aparecer, cuando la persona recibe ayuda a tiempo y un tratamiento adecuado, su mejoría puede ser estable.

09.

No hay que ser especialista para auxiliar a quien está pensando en el suicidio, cualquier interesado en ayudar puede ser un valioso aporte en su prevención.

10.

Aunque todas las personas deprimidas tienen posibilidades de realizar un intento de suicidio o un suicidio, no todos los que lo hacen presentan esta problemática.

Importante:

Para que los profesores puedan prevenir el suicidio entre sus estudiantes es necesario que:

- **Conozcan los mitos y prejuicios** preconcebidos en relación con dicha conducta.
- **Eliminen estas creencias** puesto que se convierten en un freno para su prevención pues equivocan el manejo de las personas en riesgo de suicidio.



Elaborado por: Lidia Carrasco, Catalina Lagos & Matías Manosalva

Referencias:

- MINSAL. (2013). Programa Nacional de Prevención del Suicidio. Orientaciones para su Implementación. Santiago, Chile: Departamento de Salud Mental, División de Prevención y Control de Enfermedades, Subsecretaría de Salud Pública.
- MINSAL. (2019). Recomendaciones para la Prevención de la Conducta Suicida en Establecimientos Educativos. Santiago, Chile: Ministerio de Salud, División de prevención y control de enfermedades, Subsecretaría de Salud Pública.