# NOTA DE PRENSA

## 10 de septiembre: Día Mundial para la Prevención del Suicidio

- **Feafes Salud Mental Extremadura y el Observatorio de Salud Mental relanzan su manual de "Buenas Practicas en la Información sobre el Suicidio".**

- **Los Medios de Comunicación son esenciales para prevenir conductas suicidas, promocionar la imagen positiva de las personas con trastorno mental grave y combatir el estigma que sufre este colectivo.**

*Extremadura, 9 de septiembre de 2020.-* Un año más, Feafes Salud Mental Extremadura y el Observatorio de Salud Mental se suman a la celebración del Día Mundial para la Prevención del Suicidio. Un día en el que se hace especial hincapié en la necesidad de trabajar de forma recíproca con los Medios de Comunicación, como aliados para prevenir las conductas suicidas, promocionar la imagen positiva de las personas con trastorno mental grave y combatir el estigma que todavía sufren estas personas.

Por ello, FEAFES Salud Mental Extremadura y el Observatorio de Salud Mental impulsaron el año pasado la campaña "Buenas Prácticas en la Información sobre el Suicidio" dirigida a los medios de comunicación en la que se propuso un listado de buenas prácticas para el tratamiento del suicidio a la hora de informar sobre él. Una campaña que busca prevenir las conductas suicidas, promocionar la imagen positiva de las personas con trastorno mental grave y combatir el estigma que todavía sufre este colectivo.

Entre las buenas prácticas se destaca la necesidad de no dar un lugar prominente a las historias de suicidio; no difundir mitos, ni usar un lenguaje que lo normalice; no destacar suicidios de celebridades y lamentar siempre la muerte de la persona, no glorificarla ni mitificarla.

Asimismo, se recomienda visibilizar a las personas que han conseguido hacer frente a su sufrimiento o malestar; evitar describir el método, el sitio o la ubicación; no usar la palabra suicidio en el titular, ni colocar material gráfico en lugares destacados.

## Últimos datos

La muerte por suicidio sigue siendo la **primera causa externa de defunción de España**, desde hace más de una década. **En 2018,** último año del que se tienen datos oficiales procedentes del Instituto Nacional de Estadística (INE), **fallecieron en nuestro país 3.539 personas por suicidio** (2.619 hombres y 920 mujeres).

Aunque la cifra es un 3.8% inferior a la del año 2017, sigue casi duplicando a las muertes por accidente de tráfico. Sin embargo, las iniciativas para su prevención son escasas o nulas. Como si el problema no existiera, cuando se trata de un importante problema de salud pública, agravado en los últimos meses con la pandemia del COVID-19.

Las causas del comportamiento suicida son numerosas y complejas y, en su mayoría, están relacionadas con situaciones vitales, bien constantes o circunstanciales.
La relación de detonantes puede ser casi tan larga como experiencias tenga una persona a lo largo de su vida, aunque hay algunos factores, no pocos, que condicionan ideaciones y conductas suicidas. La pobreza, el desempleo, la pérdida de seres queridos, la ruptura de relaciones, o problemas jurídicos o laborales, antecedentes familiares de suicidio, el abuso de alcohol y estupefacientes, los maltratos en la infancia, el aislamiento social y determinados trastornos mentales, como la depresión y la esquizofrenia, también tienen gran influencia en numerosos suicidios.

La depresión, los trastornos debidos al consumo de sustancias y los comportamientos antisociales son los más frecuentemente asociados con el comportamiento suicida.

Se calcula que el riesgo de suicidio para toda la vida es de un 4% entre las personas con trastornos del estado de ánimo, de un 7% entre las personas con dependencia del alcohol, de un 8% entre las personas con trastorno bipolar y de un 5% entre las personas con esquizofrenia.

Es importante mencionar, y más aún en la situación actual, el efecto de la **violencia machista** sobre la salud mental de las mujeres que la sufren, y que incrementa también el riesgo de conductas suicidas. Durante los meses de confinamiento, estas mujeres han tenido que convivir con los maltratadores, vigiladas, sin poder salir de casa ni recurrir a los recursos de apoyo, lo que acrecienta su vulnerabilidad. Aunque no hay cifras concretas, profesionales de la Psicología alertan de la incidencia de la violencia machista y los abusos sexuales como importantes factores de riesgo importantes de la conducta suicida.

## Sobre Feafes Salud Mental Extremadura

Feafes SM Extremadura es una federación que se constituyó en 1998 y que actualmente la componen 10 asociaciones repartidas por toda Extremadura: Feafes SM Almendralejo, Aemis SM Badajoz, Apafem-Feafes Badajoz, Feafes Calma Mérida, Feafes SM Coria, Proines SM Don Benito, Feafes Mérida, Feafes SM Navalmoral, Feafes SM Plasencia y Feafes SM Zafra.
La Misión del movimiento Feafes es la mejora de la calidad de vida para las personas con trastorno mental y sus familias, la defensa de los derechos y la representación del colectivo. Actualmente representa a más de 4.000 familias.

## Contacto Comunicación: FEAFES Y OBSERVATORIO DE SM EXTREMADURA

- 682 632 100 (Inmaculada Valero).
- 636472667 (Antonio Lozano).
- feafesextremadura@gmail.com
- www.feafesextremadura.com