Entre el 65% y el 95% de los casos de suicidio tienen relación con los problemas de salud mental.

La Tasa de mortalidad por suicidio en las personas con ESQUIZOFRENIA es 9 veces mayor que el de la población.

En la DEPRESIÓN MAYOR el riesgo se multiplica x21.

En los TRASTORNOS ALIMENTICIOS x33.

Y en las ADICCIONES x86.

Comparte el sufrimiento con tu entorno.

PIDE AYUDA.

Programa de Promoción de la Autonomía y Prevención de la exclusión en Salud Mental.







Feafes Salud Mental Extremadura y sus entidades miembro, disponen de un SERVICIO REGIONAL de INFORMACIÓN y ORIENTACIÓN en salud mental conectado #EnRed.



Servicio Regional de Información y Orientación en Salud Mental

www.feafesextremadura.com























El Suicidio se puede Prevenir.

Campaña Regional de Información sobre la Prevención del Suicidio.



En 2019, en España se han producido:

## 3.671 suicidios

10 suicidios diarios **ó** 2,5 suicidios por hora

Por cada suicidio se producen 20 tentativas.

Es la PRIMERA CAUSA de muerte externa en jóvenes de 15 a 29 años aumentando x3 en jóvenes LGTBI.

En EXTREMADURA se han producido 79 casos de suicidio (2019), falleciendo más hombres que mujeres.

Las causas son múltiples y complejas y están relacionadas con situaciones y/o experiencias de la vida que generan gran sufrimiento.

- La Pobreza y el Desempelo.
- La pérdida de seres queridos.
- La ruptura de relaciones.
- Antecedentes familiares de suicidio.
- Adicciones.
- Maltrato, abuso u otras experiencias vitales negativas
- Soledad.
- Problemas de salud mental.

NO es egoismo.

NO es valentía ni cobardía.

NO es una llamada de atención.

NO se contagia.

NO es un impulso.

NO es un comportamiento pecaminoso ni vergonzante...



Acabar con el tabú y el estigma facilita que las personas con ideaciones suicidas pidan ayuda.

Detrás de una conducta suicida hay una persona con ENORME SUFRIMIENTO.

Acompaña con la escucha y No juzgues.

## El SUICIDIO se puede PREVENIR.

## SEÑALES DE ALERTA:

Mensajes de DESESPERANZA: "Todo es inútil", "No sirvo para nada", "Mejor sin mi", "Soy una carga"...

CAMBIOS conductuales: Aislamiento social, falta de comunicación, desmotivación, ira, tristeza excesiva...

CONSUMO de alcohol y/u otras sustancias.