

MANIFEST

Dia Mundial de la Prevenció del Suïcidi

La prevenció del suïcidi segueix sent un repte universal. Cada any, el suïcidi es troba entre les 20 principals causes de mort a nivell mundial per a persones de totes les edats. És responsable de més de 800.000 morts, que equival a un suïcidi cada 40 segons.

Cada vida perduda representa el company d'algú, fill, pare o amic. Per cada suïcidi, aproximadament 135 persones pateixen un dolor intens o es veuen afectades d'una manera o altra. Això ascendeix a 108 milions de persones per any que estan profundament afectades per la conducta suïcida. La conducta suïcida inclou suïcidi i també incorpora idees suïcides i intents de suïcidi. Per cada suïcidi, 25 persones fan un intent de suïcidi i molts més tenen idees de suïcidi.

El suïcidi és el resultat d'una convergència de factors genètics, psicològics, socials i culturals i d'altres factors de risc, a vegades combinats amb experiències de trauma i pèrdua. Les persones que moren per suïcidi representen un grup heterogeni, amb influències complexes i polifacètiques que precedeixen el seu acte final. Aquesta heterogeneïtat presenta desafiaments per als experts en la prevenció del suïcidi. Aquests reptes es poden afrontar mitjançant l'adopció d'un enfocament multinivell i cohesiu per a la prevenció del suïcidi.

Prevenir el suïcidi és sovint possible i ets una peça clau en la seva prevenció! Tu pots marcar la diferència: com a membre de la societat, com a nen, com a pare, com a amic, com a col·lega o com a veí. Hi ha moltes coses que pots fer a diari, i també en el Dia Mundial de la Prevenció del Suïcidi, per prevenir la conducta suïcida. Pots conscienciar sobre el tema, educar-vos a tu mateix i altres sobre les causes del suïcidi i els senyals d'alerta per al suïcidi, mostrar compassió i atenció a aquells que estan en dificultats en la teva comunitat, qüestionar l'estigma associat al suïcidi, la conducta suïcida i els problemes de salut mental i compartir les teves pròpies experiències.

Prevenir el suïcidi comporta un esforç. Els beneficis positius d'aquest treball són infinits i sostenibles i poden tenir un impacte important. El treball pot afectar no només els que estan en dificultats sinó també els seus éssers estimats, els que treballen a l'àrea i també a la societat en general. Hem d'esforçar-nos per desenvolupar activitats de prevenció de suïcidi basades en l'evidència que arribin als que lluiten a qualsevol part del món.

Unir-se és fonamental per prevenir el suïcidi. Prevenir el suïcidi requereix els esforços de molts. Es necessiten familiars, amics, companys de feina, membres de la comunitat, educadors, líders religiosos, professionals de la salut, funcionaris i governs.

La prevenció del suïcidi requereix estratègies integradores que abasten el treball a nivell individual, de sistemes i de comunitat. La investigació suggereix que els esforços de prevenció del suïcidi seran molt més eficaços si abasten múltiples nivells i incorporen múltiples intervencions. Això requereix la participació de les intervencions que es produeixen en les comunitats i impliquen reformes socials i polítiques, així com intervencions que es proporcionen directament a les persones. Per assolir el nostre objectiu comú en la prevenció de la conducta suïcida, nosaltres com a públic, nosaltres com a organitzacions, nosaltres com a legisladors, i nosaltres com a membres de la societat, hem de treballar de forma col·laborativa, de manera coordinada, utilitzant un enfocament multidisciplinari.

Tothom pot contribuir a prevenir el suïcidi. La conducta suïcida és universal, no coneix cap límit i, per tant, afecta a tothom. Els milions de persones afectades cada any per conductes suïcides tenen una visió exclusiva i veus úniques. Les seves experiències són inestimables per informar les mesures de prevenció del suïcidi i influir en la provisió de suports per a persones suïcides i les que l'envolten. La participació de persones amb experiències en recerca, avaluació i intervenció hauria de ser fonamental per al treball de totes les organitzacions que s'ocupen de la conducta suïcida.

Aquest any és el primer Dia Mundial per a la Prevenció del Suïcidi amb el lema "Treballant junts per Prevenir el Suïcidi". Aquest lema es mantindrà per al dia mundial de 2019 i 2020. Hem escollit aquest lema perquè destaca l'ingredient més essencial per a la prevenció efectiva global de prevenció de suïcidis. Tots tenim un paper per jugar i junts podem abordar col·lectivament els reptes que presenta la conducta suïcida a la societat actual. El 10 de setembre, uniu-vos amb nosaltres i amb molts altres membres del món que participen en la prevenció del suïcidi. Assegureu-vos d'implicar o invitar altres organitzacions locals i col·laboradors a organitzar un esdeveniment per marcar el Dia Mundial per a la Prevenció del Suïcidi 2018.