

El COPIB rechaza la banalización del sufrimiento de las personas que sufren una crisis vital y recuerda que el suicidio no es un juego

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) quiere expresar su rechazo ante cualquier tipo de comportamiento y/o acción colectiva e individual que banalice el sufrimiento de las personas que atraviesan una crisis vital y han pensado o están pensando en quitarse la vida, así como el de todas aquellas personas que han perdido a alguien por este motivo. Asimismo, desde el Colegio recuerdan que las muertes por suicidio siguen siendo un desafío universal, que bajo ningún concepto pueden relacionarse con un juego.

Solo en España, en 2021 fallecieron 4.003 personas -89 en las Islas Baleares- a causa de este fenómeno complejo, multicausal y multidimensional. Se estima que cada una de estas muertes deja tras de sí una extensa red de hasta 135 personas afectadas que sufren un intenso dolor, por la pérdida de un hijo/a, madre, padre, abuelo/a, hermano/a, nieto/a, pareja, amigo/a o compañero/a.

El COPIB está implicado desde hace años en la desestigmatización y en la prevención del suicidio, así como en la concienciación, sensibilización y visibilización de este grave problema de salud pública. En este sentido, considera que todos y todas tenemos una responsabilidad como agentes de cambio de esta situación: las personas que están pasando por un sufrimiento o crisis vital tienen que poder expresarlo abiertamente, pedir ayuda y acudir a un profesional sin miedo a sentir el rechazo social. Por su parte, las personas que conocen a alguien que lo está pasando mal, deben acercarse y ofrecer su ayuda, desde el respeto y la comprensión.

Actuar, escuchar de forma empática sin prejuicios ni menosprecios, darle confianza y un espacio para verbalizar y validar sus emociones puede salvarle la vida. Hablar de suicidio sigue siendo la mejor manera de prevenirlo.

LISTA DE RECURSOS

112 psicólogo/a de emergencias 24 horas

024 Línea de atención estatal a la conducta suicida

Teléfono de la Esperanza de Baleares 971 46 11 12.

AFASIB Asociación de referencia en Baleares para los supervivientes del suicidio. **657 716 340**

Ángeles de Azul y Verde, cuando la persona afectada pertenece a las fuerzas de seguridad.

Info@angelesdeaxulyverde.org

En situación de emergencia se puede acudir a las Unidades de Atención específicas de los hospitales de referencia de las Islas.