

## ¿Qué hay detrás de una muerte por suicidio?

- 1. Trastornos mentales:** depresión, control de impulsos, de la personalidad, etc.
- 2. Problemas psicológicos:** autoestima baja, ausencia de estrategias de afrontamiento y de gestión de la ira, etc.
- 3. Conducta adictiva:** social y comportamen.
- 4. Maltrato** físico, sexual u otros traumas
- 5. Sentido de aislamiento y falta de apoyo**
- 6. Ser víctima** de Bullying o cyberbullying
- 7. Acontecimiento vital estresante** pérdida, rupturas sentimentales o conflictos familiares.
- 8. Dificultades o problemas laborales** como el desempleo o vulnerabilidad económica.
- 9. Antecedentes familiares** de tentativa o de suicidio consumado.



Unidad de Prevención  
Comunitaria de Conductas Adictivas



*Cuando alguien toma la decisión  
de terminar con su vida, deja  
detrás de sí, una historia que  
queda inconclusa.*

**No seas parte de ese vacío**

*“Las sobredosis que justificamos  
hoy, pueden ser el suicidio que  
lloremos mañana”.*

## ¿Qué hay detrás de ti respecto al suicidio?

- ¿Alguna vez has pensado acabar con tu vida?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Se lo dijiste o insinuaste a alguien?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Te daba miedo o vergüenza contarlo?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Pediste ayuda?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Conoces a alguien que se haya suicidado?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Has escuchado “suicidarse es de cobardes”?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Crees que el suicidio es inevitable?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_
- ¿Hablar de suicidio provoca efecto contagio?  
SÍ \_\_\_ / NO \_\_\_



El suicidio es la principal causa de muerte no natural, y aparece como la segunda de defunción en personas entre 15 y 29 años.

Hablamos de 430 suicidios en la GVA, en 2020 (más de un suicidio cada día) con un incremento del 30% más que en 2019 en población infanto-juvenil.

El riesgo de suicidio en personas con conductas adictivas es de 14 a 17 veces mayor respecto al resto.

Existe un modelo bidireccional entre la ideación suicida y el consumo de drogas, debido a que incrementa de forma progresiva el riesgo ideación suicida, así como viceversa.

Las sobredosis tóxicas constituyen el principal método suicida en la juventud adicta a sustancias.



Unidad de Prevención  
Comunitaria de Conductas Adictivas

### Contacta

#### Centro Social Integral

C/ Jubilados, s/n. 03380, **Bigastro**  
965 35 00 00 Ext. 210  
[upcccaeytobigastro.es](mailto:upcccaeytobigastro.es)

#### Subvenciona



Conselleria de Sanitat  
Universal i Salut Pública

InfoCoronavirus  
#BigastroEnPositivo



# Adicciones y Salud Mental

CONDUCTAS ADICTIVAS Y  
PREVENCIÓN DE IDEACIÓN  
SUICIDA

