TuSalud

Ojo Con el Suicidio

Uno de cada diez estudiantes latinos de bachillerato ha intentado quitarse la vida. ¿Cómo puedes ayudar a un ser querido?

November 16, 2007 By Cristina Padrés

“Todavía existe cierto rechazo al tratamiento” de trastornos mentales en la cultura hispana, dice Walter Pedemonte, jefe del departamento de psiquiatría de Saints Mary and Elizabeth Medical Center en Chicago. “Por años se ha dicho que tienes que echarle ganas, divertirte, tomar unos tragos para que se te pasen los problemas”.

SEÑALES de AUXILIO

Tus seres queridos necesitan ayuda si:

Expresan deseos de morir: Las personas que continuamente dicen que se van a suicidar están buscando ayuda, explica Pedemonte.

Consumen más alcohol u otras drogas.

Muestran signos de depresión: Más del 90 por ciento de las personas que cometen suicidio sufren algún tipo de depresión o enfermedad mental. Algunos de los síntomas son tristeza, pesimismo, ansiedad, problemas para dormir, desesperanza y aislamiento.

Planean un final: “Regalar posesiones preciadas, retirarse de actividades placenteras y despedirse de amistades son algunas de las señales”, afirma Pedemonte.

Arriesgan su vida innecesariamente como al conducir a exceso de velocidad o pasarse semáforos en rojo.

Tienen arrebatos de furia, odio o se irritan fácilmente.

ACTÚA PRONTO

Habla con la persona, escúchala y no discutas, sé comprensiva y dile que la depresión y las ideas suicidas son tratables.

Busca un psiquiatra o acompáñala a la consulta. Los intentos de suicidio disminuyen después de un mes de tratamiento con medicamentos o psicoterapia, de acuerdo a un estudio en la *American Journal of Psychiatry*.

Llama a este teléfono: **877.SUICIDA**. El servicio es bilingüe y te pueden referir a un centro de ayuda cercano que ofrezca servicios baratos.

Lleva a la persona a una sala de emergencia si es una situación crítica.

Sólo uno de cada 4 latinos con depresión y ansiedad recibe el cuidado adecuado.

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.
http://beta.docker.tusaludmag.com/article/ojo-con-el-suicidio