

Septiembre Amarillo: un movimiento a favor de la vida

Septiembre Amarillo es una campaña anual de prevención al suicidio creada en Brasil, en 2015, por el Centro de Valoración de la Vida (CVV), en alianza con el Consejo Federal de Medicina (CFM) y la Asociación Brasileña de Psiquiatría (ABP), que viene ganando cada vez más fuerza en Latino América. La valoración de la vida es el foco central, buscando diseminar informaciones sobre los factores de riesgo y señales de alerta e incentivar la búsqueda por ayuda profesional.

Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) presentan un escenario delicado:

Cerca de
800 mil
personas cometen
suicidio cada año,
en todo el mundo,
lo que representa
una muerte cada
40 segundos;

En Latino América hay
100 mil
suicidios al año,
aproximadamente.

Para lidiar con ese grave problema, es fundamental que la sociedad esté preparada para reconocer las señales de alerta y ofrecer apoyo a las personas en riesgo.

Entre las principales medidas preventivas se destacan



la identificación y tratamiento de trastornos mentales;



el fortalecimiento de los lazos sociales y familiares;



la disponibilidad de servicios de atención a la salud mental en todos los niveles de atención.

Los primeros auxilios psicológicos también son fundamentales para prevenir el suicidio, proporcionando apoyo emocional y psicológico inmediato a personas en situación de crisis.

benefits that truly benefit



Echa en vistazo a algunas señales de alerta:



Aparición o agravamiento de problemas de conducta o de manifestaciones verbales durante por lo menos dos semanas.



Preocupación constante sobre la vida o falta de esperanza.



Expresión de ideas o de intenciones suicidas.



Aislamiento.

¡Pide ayuda!

Diálogo

Los sentimientos e ideas de desear quitarse la vida pueden ser angustiantes y bastante desafiantes, pero siempre podrás pedir y acceder al auxilio. Es de máxima importancia dialogar con una persona en la que confíes. ¡Por eso, no dudes en pedir ayuda!

Servicios y canales de apoyo

También puedes buscar servicios y canales de apoyo especializados en tu país.

A pesar de los avances en la implementación de políticas de prevención en algunos países de Latino América, como Argentina, Chile y Colombia, aún hay mucho que hacer. Es fundamental que los gobiernos y la sociedad trabajen juntos para ampliar el acceso a los servicios de salud mental y promuevan la valoración de la vida en todas las esferas de la sociedad.

Creando consciencia y con el compromiso de todos, es posible reducir el número de muertes por suicidio y crear una cultura de valoración de la vida.