



SOCIAL LEÓN
TRABAJO SOCIAL DE PROXIMIDAD
www.socialleon.net

DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



10 de septiembre 2025

La Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2022–2026 y los planes autonómicos, como el de Castilla y León, reconocen la prevención del suicidio como una prioridad en salud pública.

SEÑALES DE ALERTA

- Hablar de querer morir o sentirse una carga.
- Cambios bruscos de ánimo o conducta.
- Aislamiento social, pérdida de interés en actividades cotidianas.
- Dificultad para dormir o descansar.
- Conductas de despedida (regalar pertenencias, cerrar cuentas).
- Consumo problemático de alcohol u otras sustancias.

Teléfonos de ayuda y recursos de emergencia:

- 024 – Línea de atención a la conducta suicida (gratuita, anónima y 24 h)
- Emergencias: 112
- Centros de salud y urgencias de salud mental.





FACTORES DE RIESGO

- Trastornos mentales como depresión, ansiedad o trastorno bipolar.
- Experiencias de abuso, bullying o violencia.
- Enfermedades crónicas o dolor persistente.
- Antecedentes de suicidio en la familia o entorno.
- Situaciones de soledad, duelo, desempleo o problemas económicos.



El diagnóstico de riesgo suicida debe hacerse siempre por profesionales sanitarios cualificados, normalmente desde atención primaria, unidades de salud mental o urgencias.

TRATAMIENTO Y ACOMPAÑAMIENTO

- El abordaje es multidisciplinar e individualizado, y puede incluir:
- Intervención psicológica y psicosocial.
- Apoyo emocional desde salud mental y servicios sociales.
- Seguimiento por parte de equipos de atención primaria y salud mental.
- Coordinación con familiares, centros educativos y comunitarios.



- Teléfonos de ayuda y recursos de emergencia:**
- 024 – Línea de atención a la conducta suicida (gratuita, anónima y 24 h)
 - Emergencias: 112
 - Centros de salud y urgencias de salud mental.