



# MITOS Y VERDADES sobre el suicidio

## Mito 1

“Hablar del suicidio puede darle ideas a la persona.”



Hablar del tema no empeora la situación; al contrario, puede **salvar vidas**.

## Mito 2

“El suicidio es un acto de cobardía o valentía.”



**No es cuestión de valor**; es el deseo de dejar de sufrir al no ver otra salida.

## Mito 3

“Quien habla de suicidio solo busca llamar la atención.”



Expresar ideas suicidas es una señal de sufrimiento y **debe tomarse en serio**.

## Mito 4

“Las personas en riesgo suicida están locas o enfermas.”



No todas las personas con **riesgo suicida** tienen un diagnóstico de salud mental.

## Mito 5

“Hacerse daño cortándose es solo una moda.”



**Las autolesiones** son una forma seria de expresar o aliviar el dolor.

## Mito 6

“Si alguien decidió suicidarse, no hay nada que hacer.”



**Siempre se puede ayudar**; las decisiones cambian con apoyo y acompañamiento.

## Mito 7

“El comportamiento suicida se hereda.”



No es genético, los antecedentes familiares aumentan la vulnerabilidad, pero **influyen muchos factores**.

## Mito 8

“Una persona creyente no piensa en morir.”



La fe puede ser un factor protector, pero **ser creyente no te hace inmune al dolor**; también con fe se pueden vivir crisis o pérdidas.

Un suicidio puede evitarse si lo hablamos a tiempo. Si necesitas consejo, orientación o ayuda, llama gratis al 113, opción 5. Aquí estamos para ayudarte

\* Hablar salva vidas \*

BIENESTAR ESTUDIANTIL