

CONÉCTATE CON TU VIDA



Anualmente, la Organización Mundial de la Salud conmemora el **10 de septiembre** el **DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO**

buscando fomentar compromisos y medidas prácticas para prevenir el suicidio en todo el mundo.



UNIVERSIDAD LIBRE®
Vivir la Educación



ÁREA DE DESARROLLO HUMANO
BIENESTAR UNIVERSITARIO NACIONAL

Porque tú cuentas... Marca la diferencia...

Conducta Suicida



Puede afectar a personas
de cualquier edad y condición.
Es un fenómeno global
que afecta a todas
las regiones del mundo.



UNIVERSIDAD LIBRE[®]
Virtud. Innovación.



ÁREA DE DESARROLLO HUMANO
BIENESTAR UNIVERSITARIO NACIONAL

Porque tú cuentas... Marca la diferencia...



Signos de alarma

- Agresividad, intolerancia, frustración.
- Refiere estar cansado y sentir que nada tiene solución
- Autolesión (golpes, cortes en la piel, rasguños, quemaduras).
- Negación y/o atribución de culpas.
- Sentimiento de abandono familiar y social.
- Cambios en el estado de ánimo recurrente.
- Sentimientos de inferioridad y de incertidumbre.



UNIVERSIDAD LIBRE
Virtud. Innovación.



ÁREA DE DESARROLLO HUMANO
BIENESTAR UNIVERSITARIO NACIONAL

Porque tú cuentas... Marca la diferencia...

¿Qué puedes hacer?

Escucha y
acompaña

Intenta
tranquilizar,
siendo
tolerante.

Motiva a
hablar de lo
que le está
pasando.

Hazle saber
que no está
solo(a) y que
las cosas
pueden
mejorar.

Incentiva sus
fortalezas,
su posibilidad
de cuidar
de sí mismo.



Recomiéndale asistir
a su servicio de salud.



UNIVERSIDAD LIBRE®
Virtud y Mediosación



ÁREA DE DESARROLLO HUMANO
BIENESTAR UNIVERSITARIO NACIONAL

Porque tú cuentas... Marca la diferencia...

Recuerda...



La vida es una oportunidad y a su vez una responsabilidad, implica asumir compromisos y estar dispuestos a aprender, compartir y aceptar a las personas que nos rodean, perdonar y valorar los detalles de la vida cotidiana. **NO DESFALLEZCAS**



UNIVERSIDAD LIBRE®
Virtudes. Innovación.



ÁREA DE DESARROLLO HUMANO
BIENESTAR UNIVERSITARIO NACIONAL

Porque tú cuentas... Marca la diferencia...

¡GRÍTALO, NO LO HAGAS!
TU VIDA ES IMPORTANTE



«Alégrate de la vida
porque ella te da la oportunidad
de amar, de trabajar, de jugar
y de mirar a las estrellas».
Henry Van Dyke.



UNIVERSIDAD LIBRE[®]
Virtud. Innovación.



ÁREA DE DESARROLLO HUMANO
BIENESTAR UNIVERSITARIO NACIONAL

Porque tú cuentas... Marca la diferencia...