

Gonbidatua

Suizidioaren prebentzioa, garaipen horretara denok gaude gonbidatuta

- Suizidioak pertsona askoren bizitza urratzen du urtero Euskadin Naturala ez den lehen heriotza-kausa da, zirkulazio-istripuen zifrak ia hirukoiztera iritsiz, eta gure gazteen artean bigarren heriotza-kausa ere bada. Hala ere, badakigu prebenitu daitekeela.
- Ez da lan erraza. Fenomeno konplexua da, osasun-faktoreak (gaixotasun fisikoak eta mentalak), faktore sozioekonomikoak (pobrezia, bakardadea, langabezia, indarkeria, etab.) eta faktore kulturalak (estigma eta ezjakintasuna) konbinatzen dituena. Eta konplexutasun horrek eta, bereziki, suizidioa inguratzen duen desinformazioak eta tabuak zaildu egiten dute laguntza eskatzea edo ingurunetik garaiz ematea.
- 2019ko ekainean, [Euskadiko Suizidioa Prebenitzeko Estrategia](#) aurkeztu zen. Estrategia horren helburua da fenomeno horrek gure gizartean duen eragina eta eragina murriztea, eta guztiok parte hartzera deituta gaude:
 - 1) Herritar anonimo bakoitza, edozein izan baitaiteke giltzarri suizidio berri baten prebentzioan.
 - 2) Komunitatean lan egiten duen profesional bakoitza, arriskuan dauden pertsonak identifikatzen eta laguntza espezializatu baterantz bideratzen lagunduz.
 - 3) Osasun-profesional bakoitza, arriskuaren aurrean erantzun azkarra, integratua eta eraginkorra eskainiz.
 - 4) Komunikabideetako profesional bakoitza, fenomeno horren inguruko estigma eta desinformazioaren aurka borrokatzen lagunduz.
- Komunitateko profesionalen garrantzia (gizarte-zerbitzuak, hezkuntza, segurtasuna, etab.) ez da hain ezaguna eta nabarmentzea komeni da. Badakigu ingurune horretatik egiten diren jarduerak bigarren eraginkorrenak direla suizidioa prebenitzeko (Hofstra e, 2019), eta kasuen% 10 ere prebenitu dezaketela (Ridani R, 2016), arriskuan dauden pertsonetako asko profesional horiekin ohikotasunez harremanetan daudelako, eta ez hainbeste osasun-sistemetan. Horregatik, Euskadiko Estrategiak proposatzen du suizidioaren prebentzioaren ikuspegia txertatzea talde kalteberentzat dauden protokoloetan/programetan eta profesional horien etengabeko prestakuntza-programetan. Asmo handiko helburu konplikatuak da, **eta guztion laguntza beharko dugu hori gauzatzeko.**

Zer egin dezaket?

- 1) **Prestatu eta informatu zaitetz:** Kontsultatu mitoei, alarma-seinaleei eta horien aurrean jarduteko moduari buruzko [informazio fidagarria](#)
- 2) **Zabaldtu ingurukoaren artean:** Zure inguru hurbilean mitoak eraisten eta gai hau argitara ateratzen laguntzen du
- 3) **Zalantzen aurrean, jardun:** ez izan beldurrik norbaitekin suizidioaz hitz egiteko, arriskuan egon litekeela uste baduzu.

Eta gogoratu: **suizidioa prebenitu daiteke, gure esku dago, guztion esku.**



*Suizidioaren
prebentzioa,
garaipen horretara
denok gaude
gonbidatuta*

Andrea Gabilondo Cuéllar
Gipuzkoako Osasun Mentaleko Sareko Psikiatra
Euskadin suizidioa prebenitzeko Estrategiaren Koordinazioa

Albistekak



Osasun-arloan desberdintasunak? Osasunean gizarte-desberdintasunak eta osasun sistemak

[Gehiago irakurri...](#)



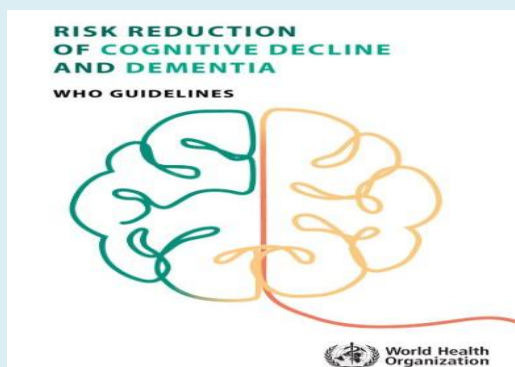
Osasunaren ikuspegia politika guztietan txertatuz. Ikasgaiak munduan zehar

[Gehiago irakurri...](#)



Arrisku-egoeran dauden adingabeei edo sexu-abusuen biktimei arreta emateko zerbitzuak ebaluatzeko gida praktikoa

[Gehiago irakurri...](#)



Hondatze kognitibo eta dementzian arriskua murrizteko gida (OME 2019)

[Gehiago irakurri...](#)

Albisteak



Mendetasun-egoeran dauden adinekoen eskubideak eta betebeharrak, eta horiek eguneroko bizitzan erabiltzea

[Gehiago irakurri...](#)



Dementziekin lagunkoia den etxebizitza izateko gida

[Gehiago irakurri...](#)



Australiak plan nazional bat abiatu du adinekoen aurkako tratu txarrei aurre egiteko

[Gehiago irakurri...](#)



Etxe eta laguntza-zentro eremuetan (sozialak eta sanitarioak) eusteko neurriak erabiltzeko Jardunbide egokien protokoloa berrikustea eta eguneratzea Aragonen

[Gehiago irakurri...](#)

Albisteak



ELAko gaixoeek diseinatutako Zainketa integralen Mapa, Luzon Fundazioarena

[Gehiago irakurri...](#)



Suizidioaren prebentzioa, 2019 Osasun Mentaleko Mundu Egunaren muina izango da

[Gehiago irakurri...](#)



Urriak 1, Nazioarteko Adineko personen eguna

[Gehiago irakurri...](#)

Editore Taldea

Aitor Lopez de Aberasturi, Catarina Paz eta Lucía Iñigo

Datu Pertsonalak Babesteko 2016/679 Araudi Orokorrean xedatutakoa betez, argitalpen hau bidaltzeko zein beste argitalpen batzuen berri emateko zure baimena eman diguzu.

Buletina jasotzen jarraitu nahi ez baduzu, **baja hemen** eman dezakezu coordinacionsosa@bioef.org helbidera idatzi ezker. Halaber, dagozkizun eskubideak erabiltzeko helbide honetara jo dezakezu: Eusko Jaurlaritza, Arreta Soziosanitarioa, Donostia kalea 1, 01010 Gasteiz.

Informazio honetara iritsi zara eta interesgarria iruditu zaizu? **Buletin hau ere jaso eta Arreta Soziosanitarioari buruzko informazioarekin egunean izatea nahi duzu?** Gure webgunean **alta eman dezakezu** esteka honen bidez: <http://www.euskadi.eus/sociosanitario/-/informacion/suscripcion-boletin-atencion-sociosanitaria/>