



Los 10 consejos principales para informar sobre el suicidio

1. No utilice la palabra “cometió”; en su lugar, diga “falleció por suicidio” o “se quitó la vida”.
2. Proporcione siempre información sobre la línea de asistencia: “Si está atravesando una crisis, llame a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 1-800-273-TALK (8255) o comuníquese con la línea de mensajes de texto en momentos de crisis enviando un mensaje con la palabra TALK al 741741”.
3. No incluya detalles ni imágenes del medio o método letal utilizado, ya que puede ser un factor desencadenante para aquellas personas con dificultades y se ha demostrado que causa el efecto de contagio.
4. No se refiera al suicidio como un “problema en crecimiento”, una “epidemia” ni “una problemática en aumento desenfrenado”, ya que se ha demostrado que esto causa el efecto de contagio.
5. Excluya las representaciones gráficas de la muerte por suicidio y no realce el método utilizado. Además, evite contar detalles sobre la ubicación de la muerte y compartir notas que dejó la persona.
6. No se refiera a un intento de suicidio como “cumplido”, “fallido” o “frustrado”.
7. Evite informar que una muerte por suicidio “se produjo” a causa de un solo evento, como la pérdida de un empleo o el divorcio, ya que las investigaciones demuestran que nadie se quita la vida por una causa única, sino que ocurre por una combinación de factores (de los cuáles puede obtener información en la URL afsp.org/signs). Informar una “causa” le brinda al público un entendimiento excesivamente simple y erróneo del suicidio.
8. Transmita que los pensamientos y los comportamientos suicidas pueden reducirse con el apoyo y el tratamiento de salud mental adecuados y que no son debilidades ni defectos.
9. Utilice datos actualizados sobre el suicidio: la AFSP resume los datos más recientes de los CDC en afsp.org/statistics.
10. Transmita el mensaje esperanzador de que el suicidio es prevenible con el lenguaje, el tono y las imágenes utilizados; en caso de duda, comuníquese con pr@afsp.org para obtener más información o conversar con un experto.