



## Comisión de Derechos Humanos del Estado de Tamaulipas

### Visitadurías Generales

#### Victoria

Hernán Cortés con Juan B. Tijerina y República de Guatemala, No. 136, C.P. 87120,  
Tels. (834) 312 4612 y 312 4565  
primeravisitaduriageneral@codhet.org.mx

#### Tampico

Gral. Lázaro Cárdenas, No. 409, entre Cuauhtémoc e Ignacio Rayón, Col. Vergel, C.P. 89150,  
Tels. (833) 219 2822 y 214 9213  
segundavisitaduriageneral@codhet.org.mx

#### Reynosa

Tamaulipas, No. 915, Local 1, entre Saltillo y Monterrey, Col. Rodríguez, C.P. 88630,  
Tel. (899) 923 6010  
terceravisitaduriageneral@codhet.org.mx

### Delegaciones Regionales

#### Matamoros

Honduras No. 600, Plaza Modelo, Local 1, Col. Modelo, C.P. 87360,  
Tel. (868) 812 1795  
delegacionmatamoros@codhet.org.mx

#### Nuevo Laredo

Av. Vicente Guerrero, No. 1612 B, entre Maclovio Herrera y Simón Bolívar, Col. Ojo Caliente, C.P. 88240,  
Tel. (867) 712 8587  
delegacionlaredo@codhet.org.mx

#### San Fernando

Av. Adolfo Ruiz Cortines y Padre Mier, Local 2, Zona Centro, C.P. 87600,  
Tel. (841) 852 2965  
delegacionsanfernando@codhet.org.mx

#### Mante

Melchor Ocampo #401, entre Álvaro Obregón y Magiscatzin, Zona Centro, C.P. 89800,  
Tel (831) 234 2240  
delegacionmante@codhet.org.mx

#### Tula

Abasolo No. 5D, esq. con Degollado, Zona Centro, C.P. 87900. Tel. (832) 326 0701,  
delegaciontula@codhet.org.mx



# ¡Está bien hablar del suicidio!

Hablar del suicidio NO provoca el acto suicida.

Tener un episodio de autolesión/suicidio es un indicador de sufrimiento emocional grave, por lo que es muy importante el apoyo inmediato para ayudar a afrontar los problemas emocionales y los factores estresantes.



# Prevención del Suicidio

“Crear en el mundo es lo que más nos hace falta.”

Gilles Deleuze

Contáctanos:



La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el suicidio como el acto deliberado de quitarse la vida. Actualmente, el suicidio es considerado un problema de salud pública, que afecta no solo a los individuos, sino también a las familias y la sociedad en general. El suicidio ocurre cuando las personas se hacen daño a sí mismas con la intención de terminar con su vida y, como resultado, fallecen.

Un intento de suicidio es cuando las personas se lastiman con la intención de terminar con su vida, pero no mueren.

Aunque el suicidio puede ocurrir a cualquier edad, a nivel mundial, es la cuarta causa de muerte entre las personas de 15 a 29 años.



El mayor índice de suicidios por género, ocurre en los hombres, tres de cada cuatro suicidios son hombres, por el contrario, en las mujeres es más prevalente el intento de suicidio, sin llevarlo a cabo.

Desde pequeños se les menciona a los niños que los hombres no lloran, no sufren, son fuertes, aunado a esto, el 25% de los hombres, viven una situación de salud mental, ya sea diagnosticada o no.

Los suicidios y los intentos de suicidio tienen un efecto dominó que afecta no solo a las personas, sino también a las familias, las comunidades y las sociedades. el comportamiento suicida constituye un problema de salud pública importante que es resultado de una interacción compleja de factores biopsicosociales.

Fuente: Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud.



Ideación suicida: Se refiere al pensamiento, idea o deseo de quitarse la vida; los pensamientos pueden variar desde el deseo de muerte hasta la planeación completa del intento.



Intento suicida: Implica un comportamiento potencialmente auto lesivo con un resultado no fatal (la persona no murió), sobre el que existe evidencia explícita o implícita de que la persona deseaba terminar con su vida. En el intento suicida puede haber o no lesiones.



Suicidio: acto deliberado de quitarse la vida, iniciado y realizado por la persona, con la intención de morir como resultado de dicha conducta.

Fuente: Guía de Prevención del Suicidio y Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones.

Los suicidios son prevenibles.

