

Manifiesto

DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO 2025

Como cada **10 de septiembre**, en el **Día Mundial para la Prevención del Suicidio**, renovamos el mensaje según el cual la conducta suicida se puede prevenir.

Con ello ponemos en valor el derecho máspreciado: **el derecho a la vida**.

Si bien en la última medición se prevé un pequeño repunte a la baja, la cifra de **4000 muertes por suicidio** sigue golpeando nuestras conciencias.

La novedad este año ha sido la aprobación del **Plan de Acción para la Prevención del Suicidio 2025-2027**, por parte del Ministerio de Sanidad. Una demanda histórica de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, y del propio Comité Pro Salud Mental En Primera Persona.

Tras su lectura, compartimos el objetivo de proporcionar una **información de calidad que deshaga los prejuicios** sobre el suicidio, y ayude a formar un clima social para su abordaje.

También compartimos la necesidad de identificar a los colectivos más vulnerables, para intervenir de forma temprana. Y sin olvidar el acompañamiento a familiares y supervivientes.

En esta edición nos gustaría poner el foco en los **determinantes sociales que pueden precipitar una ideación suicida**.

Los seres humanos somos seres sociales, de tal manera que nuestra experiencia mental está fuertemente determinada por los condicionantes sociales.

Si, en su trayectoria, la persona logra cumplir con sus expectativas vitales, la experiencia mental será satisfactoria, y de ello se derivará un estado de bienestar emocional.

Al contrario, fruto de la presión ambiental, de la exigencia, y de unos procesos sociales vertiginosos, pueden aparecer la **frustración y la sensación de incomprensión**. En su fase más aguda, el malestar psíquico puede hacer que la persona se cuestione su papel en el mundo.

Transformar el dolor en esperanza es tanto como transformar las condiciones materiales y anímicas de la sociedad.

Apostar por la vida es apostar por un **mercado laboral de calidad**, y por una mejor conciliación familiar.

Es apostar por un **acceso más asequible a la vivienda**. El encarecimiento de la vivienda ha hecho imposible la emancipación.

Es **sonreír** cuando ves el precio compensado de la cesta de la compra.

Es **agilizar los tiempos de espera** en la atención socio sanitaria, y en las resoluciones de la Ley de Dependencia.

Es fortalecer los **lazos** para aliviar la soledad no deseada.

Es proclamar la **dignidad** de todas las personas y combatir los mensajes de odio.

En definitiva, es cambiar la ansiedad por un aire más respirable, más humano.

La presión social que por diversos motivos podemos llegar a sentir, a veces nos puede superar. Seamos realistas y sinceros con nosotros y nosotras mismas, y sepamos ver hasta dónde llegamos, sepamos entender nuestros límites.

La voluntad política para atajar este enorme problema de salud pública ha tomado forma con el Plan Nacional de Prevención. Ahora, tenemos que **tejer una red de seguridad entre todos y todas**. Tenemos que lograr la transformación social para que la vida sea un lugar donde vivir.

Gracias por escucharnos.

COMITÉ PRO SALUD MENTAL EN PRIMERA PERSONA Y
RED ESTATAL DE MUJERES DE SALUD MENTAL ESPAÑA



confederación
SALUD MENTAL
españa