

## Suizidioaren prebentzioa gazte eta nerabeetan



**SARRERA**

EMPTY SEAT



2.930  
HOMBRES  
(74.3%)

3.941  
SUICIDIOS  
España 2020



11  
SUICIDIOS  
AL DÍA

1  
SUICIDIO  
CADA 2<sup>1</sup>/<sub>4</sub> HORAS



1.011  
MUJERES  
(25.7%)

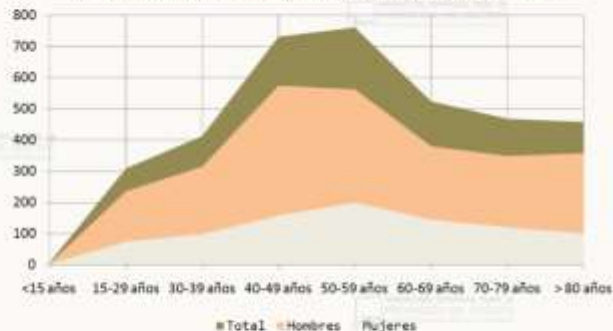
*suizidioaren  
inguruko  
zenbait datu*

## OBSERVATORIO DEL SUICIDIO

### Estadísticas 2019 SUICIDIOS España

Nº de suicidios por edades y sexo en España, 2019

Edades	Total	H.	M.
< 15 años	7	4	3
15-29 años	309	235	74
30-39 años	413	314	99
40-49 años	731	575	156
50-59 años	761	561	200
60-69 años	524	379	145
70-79 años	468	348	120
> 79 años	458	357	101
Total	3.671	2.771	900



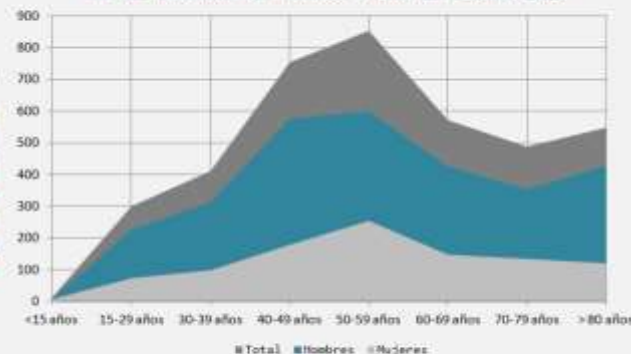
- El mayor número de suicidios se produce entre los 40 a 59 años (1.592, un 43,4% del total).
- Más de 900 suicidios al año se producen entre mayores de 70 años.

## OBSERVATORIO DEL SUICIDIO

### Estadísticas 2020 SUICIDIOS España

Nº de suicidios por edades y sexo en España, 2020

Edades	Total	H.	M.
< 15 años	14	7	7
15-29 años	300	227	73
30-39 años	411	313	98
40-49 años	754	576	178
50-59 años	854	600	254
60-69 años	572	425	147
70-79 años	488	354	134
> 79 años	548	428	120
Total	3.941	2.930	1.011



- El mayor número de suicidios se produce entre los 40 y 59 años (1.608, un 41% del total).
- El suicidio en mujeres de 50 a 59 años ha aumentado un 27% respecto a 2019.
- Más de 1.000 suicidios al año se producen entre mayores de 70 años (1.036, un 26% del total).
- El suicidio en mayores de 79 años ha aumentado un 20% respecto a 2019, tanto en hombres como mujeres.

**Suizidioa da estatuko eta Erkidegoko heriotza ez-naturalen (gaixotasunak) kausa nagusia.**

**Suizidioak, trafiko istripuak baina 2,7 aldiz heriotza gehiago sortzen ditu.**

**Suizidioak, hilketak baina 13,6 aldiz heriotza gehiago sortzen ditu.**

**Suizidioak, genero indarkeriak baina 90 aldiz heriotza gehiago sortzen ditu.**



**15-29 urteko gizonen artean, suizidioa da heriotza-kausa nagusia, eta adin horretako emakumeen artean, tumoreen ondoren, bigarrena. (Alejandro Rocamora)**

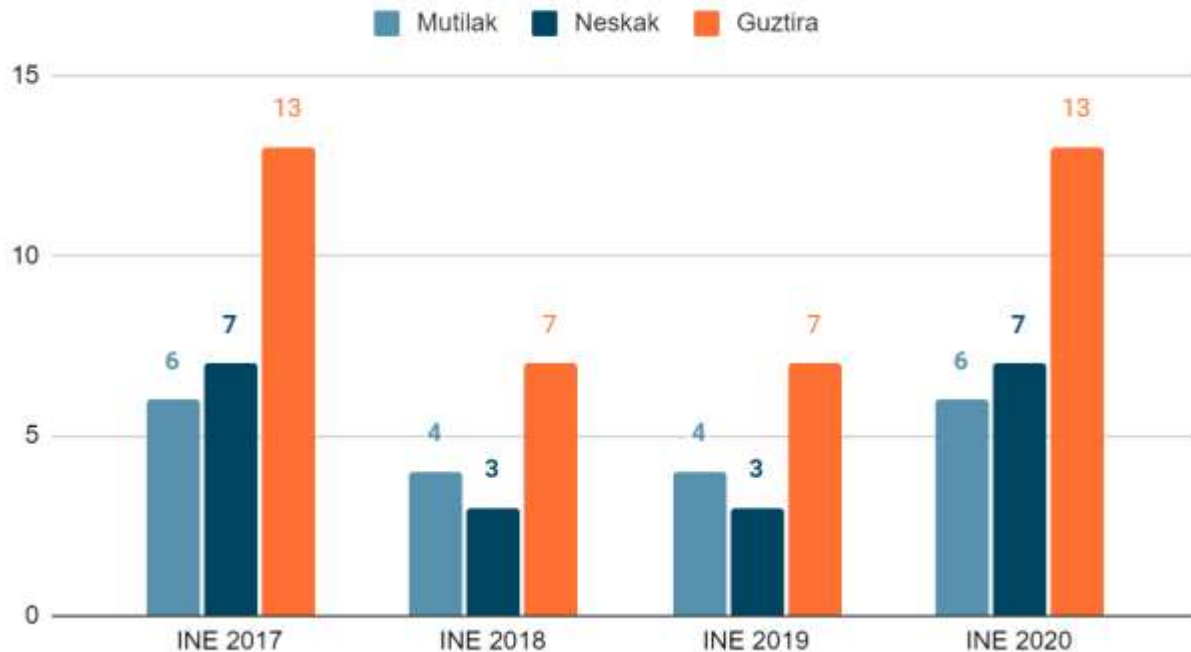
**Suizidioak eragindako heriotzei saiakerak eta ideia suizidak gehitu behar zaizkie. OMEren kalkuluen arabera, suizidio bakoitzeko 20 saiakera inguru egongo lirateke.**

**Beste ikerketa epidemiologiko batzuen arabera, berriz, ideia suizidak bizitza osoan zehar biztanleriaren % 5 eta % 10 artean eragingo die.**



# 10 eta 14 urte bitartekoen estatistika konparatiboa 2017-

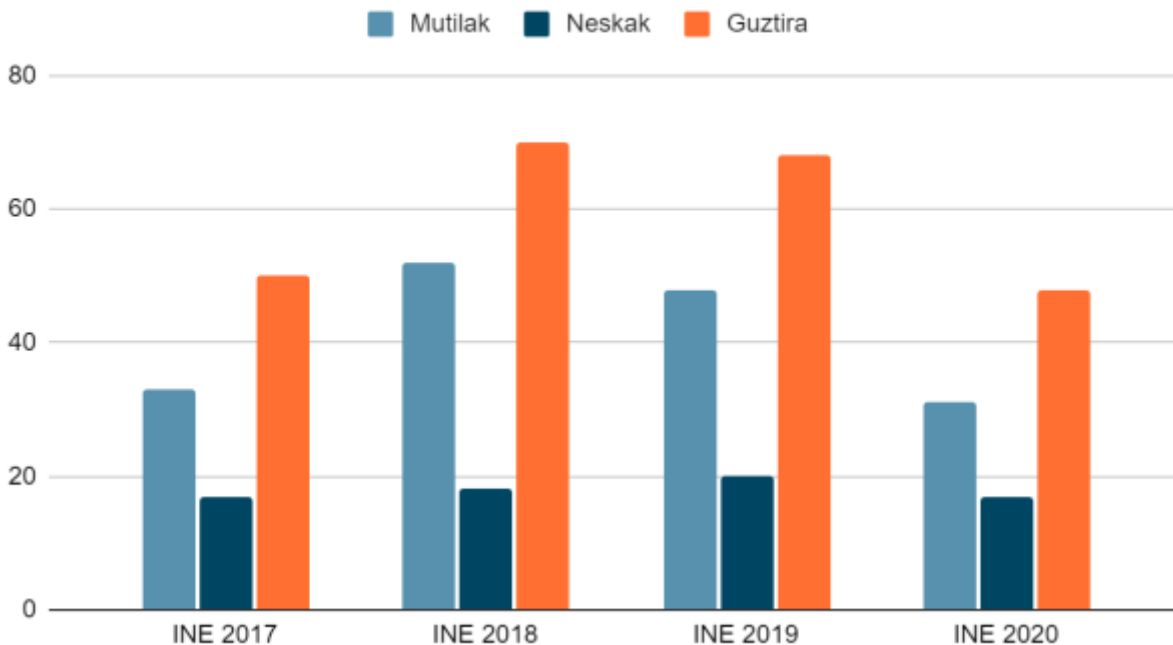
Suizidioak eragindako heriotzak





# 15 eta 19 urte bitartekoak estatistika konparatiboa 2017-2020

Suizidioak eragindako heriotzak







# SUIZIDIOAREN INGURUKO KONTZEPTU BASIKOAK

[SUIZIDIOAREN PREBENTZIO](#)

## 1. MITOA:

### Eskolako arazoek, konponbide erraza dute.

- 1) **Errealitatea:** eskola oso leku erasokorra izan daiteke haur eta gazteentzat..
- 2) **Ondorioa:** arazoak gutxitzen ditugu eta ez dugu arretaz entzuten. Gelakideen isolamendu edo iseken aurrean, ez badute ez babesik ez eta laguntzarik aurkitzen, indefentsio egoera eman daiteke.
- 3) **Arrisku-faktoreak:** fisikoki edo mentalki desberdina izatea . Sexu identitatea. Bullying-a sufritzea. Laguntza edo babes talderik ez izatea.

## 2. MITOA:

Esaten duenak, ez du egiten. Hiltzeko intentzioa duenak, ez du esaten.

1) **Errealitatea:** Beren buruaz beste egiten duten pertsonen portzentaia handi batek beren asmoak argi utzi zituzten agerian. Hauetako % 45ak, aurreko hilabetean medikuari bisita egin zioten. Garrantzitsua da alerta seinaleak gogoratzea.

2) **Ondorioak:** bere buruaz beste egitera doazen pertsoneri arretarik ez ematea, horrek dakartzan ondorioekin. Mehatxu suizidak minimizatzea.

## 3. MITOA:

### Esan ez duenez, ez du egingo.

- 1) **Errealitatea:** Pertsona batzuek, batez ere gazte jendeak, beren pentsamenduak eta asmoak ezkutatzen dituzte senideak babesteko. Epaituak ez izateko. Galdetu ez gero ez dute esaten edo ukatu egingo dute. (Alerta seinaleak ezagutzea garrantzitsua da)
- 2) **Ondorioak:** guardia jaitsi, seinaleei jaramon egiteari utzi eta erantzun negatibo batek ematen digun lasaitasunarekin gelditu.

## 4. MITOA:

### Umeez ez dute bere buruaz beste egiten.

- 1) **Errealitatea:** 8 edo 9 urtetik gorako umeez, heriotza bueltarik ez duen erabakia dela ulertzen dute. Ez dute hil nahi. Erabaki hori hartzen dute, minarekin, tristurarekin, haserrearekin, ezinegonarekin nola amaitu ez dakitelako.  
Duten egoera jasanezina da beraiantzako.
- 2) **Ondorioak:** Imajinaezina zaigu hori gertatu daitekeela pentsatzea. Ez dugu behar bezalako arretarik ematen

## 5. MITOA:

Eskola porrota, ez da bere buruaz beste egiteko arrazoia.

- 1) **Errealitatea:** ikasle guztiak ez dira berdinak. Batzuk familiaren, ikastetxearen, edo beraien exigentziaren ondorioz presio handia sentitzen dute.
- 2) **Ondorioak:** bere edo besteen espektatibak betetzen ez badituzte, estrés maila oso altuak izaten dituzte. Ondorioz, bideratzen ez dakiten krisiak jasatera iristen dira.

## 6. MITOA:

Supergaituak diren ikasleak ez dute arazorik eskoan.

1) **Errealitatea:** adimen maila altua izateak, babes faktorea izan daitekeela dirudien arren, gaitasun handiko haur batzuek besteen gutxiespenak jasan ditzakete. Zenbaitetan ez dira sozialki egokitzen, desberdinak sentitzen dira.

2) **Ondorioak:** Pertsona hauengan behar den arreta maila ez jartzea.



## 7. MITOA:

### Suizidioaz hitz egiteak suizidioa eragin dezake

- 1) **Errealitatea:** Gehiegizko alarmerik edo gaitzespenik gabe hitz egiteak larritasuna sortzen diguten arazoei aurre egiten laguntzen digu, nolabaiteko tentsioa askatzen du, eta, beraz, arriskua murrizten da. Entzuteko prestasunak jendea kezkatuta dagoela eta lagundu nahi duela adierazten du. Arriskua gutxitzen du.
- 2) **Ondorioak:** Beldurrak gaia ez jorratzera garamatza. Pertsonak bere sekretua gordetzen jarraitzen du, eta inori kontatzen ez dionez, ez du lasaitasunik aurkitzen.



# ALARMA SEINALEAK

Saber que se puede. Nerabeentzako laburmetraia

## Alarma seinaleak:

1) Hiltzeko desioa adieraztea:  
Nire bizitzak ez du zentzurik,  
ez dut inolako ilusiorik...

2) Sufrimendu psikologikoa izatea:  
Antsietatea, nortasun asaldurak, depresioa...

3) Etsituta egotearen adierazpena: Edozer egiten  
dudala ere, ez naiz honetatik aterako, beti bakarrik  
egongo naiz, zertarako bizitzen jarraitu?

4) Zama bat izatearen pertzepzioa  
adieraztea: Ez dut gurasoentzako karga  
bat izan nahi...

## Alarma seinaleak:

---

5) Isolamendua.  
Lagunengandik eta sare  
sozialetatik isolatzea.

6) Norberarentzat garrantzitsuak  
diren objektuak oparitzea.

7) Itxi gabe dauden gaiak ixtea. Pendiente  
dauden elkarrizketak, dokumentazioak...

# Ongizate Emozionala

FP Euskadi LH

## Mila esker



EUSKO JAURLARITZA

HEZKUNTZA SAILA  
Lanbide Heziketa / Salburuzdortza



GOBIERNO VASCO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
Viceconsejería de Formación Profesional