



Universidad Interamericana de Puerto Rico Vicepresidencia de Asuntos Religiosos 10 de agosto de 2012

Acto de Reflexión con motivo de la Semana Nacional de la Prevención del Suicidio

Saludos

Lectura Bíblica: Salmo 23

El SEÑOR es mi pastor, nada me faltará. En lugares de verdes pastos me hace descansar; Junto a aguas de reposo me conduce. El restaura mi alma; Me guía por senderos de justicia por amor de Su nombre. Aunque pase por el valle de sombra de muerte, No temeré mal alguno, porque Tú estás conmigo; Tu vara y Tu cayado me infunden aliento. Tú preparas mesa delante de mí en presencia de mis enemigos; Has ungido mi cabeza con aceite; Mi copa está rebosando. Ciertamente el bien y la misericordia me seguirán todos los días de mi vida, Y en la casa del SEÑOR moraré por largos días.

¿Qué ICE?

Oración alternada

Señor Jesús, tú hablaste del amor que el Padre tiene por toda la humanidad;

Ayúdanos a entender que tu amor jamás se apartará de aquellas personas que se enfrentan con la decisión de terminar con sus vidas; tampoco tu amor se apartará jamás de nuestras vidas.

Señor Jesús, tú luchaste con interrogantes sobre la vida y la muerte, allá en el huerto de Getsemaní; ayúdanos a entender que tú entiendes y estás presente allí donde hay angustia mental y espiritual.

En tu nombre oramos. Amén.

Cántico:

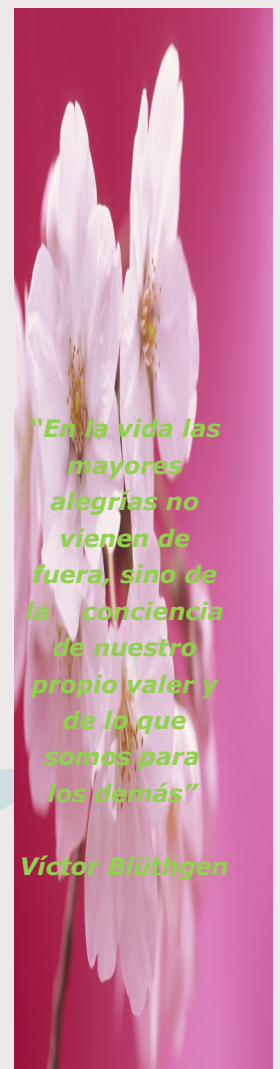
¿Cómo podré estar triste?

¿Cómo podré estar triste, cómo entre sombras ir, cómo sentirme solo y en el dolor vivir? Si Cristo es mi consuelo, mi amigo siempre fiel, si aun las aves tienen seguro asilo en Él, si aun las aves tienen seguro asilo en Él.

¡Feliz cantando alegre, yo vivo siempre aquí; si Él cuida de las aves, cuidará también de mí!

“Nunca te desalientes”, oigo al Señor decir y en su palabra fiado, hago al dolor huir. A Cristo, paso a paso, yo sigo sin cesar y todas sus bondades me da sin limitar, y todas sus bondades me da sin limitar.

Siempre que soy tentado o que en tinieblas voy, cerca de Él camino y protegido estoy. Si en mí la fe desmaya y caigo en ansiedad, tan sólo Él me levanta, me da seguridad, tan sólo Él me levanta, me da seguridad.



"En la vida las mayores alegrías no vienen de fuera, sino de la conciencia de nuestro propio valer y de lo que somos para los demás"

Víctor Blüthgen

SALUD INFORMA REDUCCIÓN SIGNIFICATIVA DE SUICIDIOS EN PUERTO RICO (PUBLICADO EL 26 DE DICIEMBRE DE 2011)

San Juan, P.R.

El Secretario del Departamento de Salud, Lorenzo González Feliciano, informó una reducción marcada en casos de muerte por suicidio para este año. Afortunadamente esperamos cerrar el año 2011 con 94 casos menos de suicidios en comparación con las cifras del año 2010 para esta misma fecha. A su vez, se redujo los

suicidios en mujeres, en 12 menos que en el año pasado”, especificó.

Según aseguró el Secretario de Salud, los buenos resultados fueron fruto del esfuerzo de la Comisión para la Prevención del Suicidio del Departamento de Salud (CPS)

González Feliciano exhortó a continuar utilizando la **Línea PAS (1-800-981-0023)** que continuará ofreciendo los servicios de consejería durante esta Navidad las 24 horas los 7 días de la semana, asegurando una respuesta rápida y efectiva para quienes así lo necesiten.

¿Quién está en riesgo?

El suicidio afecta a todos y todas, pero algunos grupos son de mayor riesgo que otros. Los hombres son 4 veces más dados a suicidarse que las mujeres. Sin embargo, las mujeres lo intentan 3 veces más que los hombres. Los jóvenes lo intentan más que las personas mayores de 65. Existen algunos factores que pueden poner en riesgo a una persona a que intente o logre suicidarse. Algunos factores de riesgo son los siguientes:

- ◆ Intentos suicidas previos
- ◆ Historial de suicidio en la familia
- ◆ Historial de abuso dentro de la familia
- ◆ Tendencia agresivas o impulsivas
- Historia de depresión u otras enfermedades mentales
- Abuso de alcohol o drogas
- Enfermedad física
- Sentimiento de abandono o soledad

CREEMOS EN LA VIDA

Afirmamos que la vida es un regalo de Dios. Fomentamos que cada ser humano valore su vida para poder dar lo mejor de sí al país, la familia y la sociedad. Promovemos la preservación de la vida, y para ello fomentamos una conciencia cristiana en la educación.

Estadísticas de Suicidio en Puerto Rico

1999 - 2011 *

Años	Hombres	Mujeres	Total
1999	280	40	320
2000	287	30	317
2001	272	46	318
2002	217	42	259
2003	273	34	307
2004	297	34	331
2005	290	52	342
2006	270	29	299
2007	250	57	307
2008	268	47	315
2009	292	22	314
2010	259	46	334
2011	135	24	159

* Datos preliminares (Hay muertes bajo investigación) Fuente: Instituto de Ciencias Forenses

† Hasta el 17 de agosto de 2011



¿Cómo lo podemos prevenir?

Factores protectivos

Muchas investigaciones han identificado factores que *disminuyen* el riesgo de una persona a cometer suicidio.

- ◆ Tratamiento efectivo de las enfermedades mentales, y abuso de sustancia.
- ◆ Acceso fácil a los servicios de salud
- ◆ Apoyo de la familia y de la comunidad
- ◆ La adquisición de destrezas para manejar los problemas, para resolver conflictos y para manejar el disputas sin violencia.
- ◆ Creencias culturales y fe religiosa que disuade el suicidio y aboga por la auto preservación.

Referencias: Sobre el suicidio en Puerto Rico <http://nigalarza.blogspot.com/2009/02/sobre-el-suicidio-en-puerto-rico.html>;
<http://www.salud.gov.pr/Comisiones/ComisionparalaPrevenciondelSuicidio/Documents/Est%20Suicidio%20PR%201999%20a%202011.pdf>
<http://www.salud.gov.pr/Publicaciones/Comunicados/Documentos/cp2011/CP-SaludinformareduccionsignificativadesuicidiosenPuertoRico-26Dic2011.pdf>