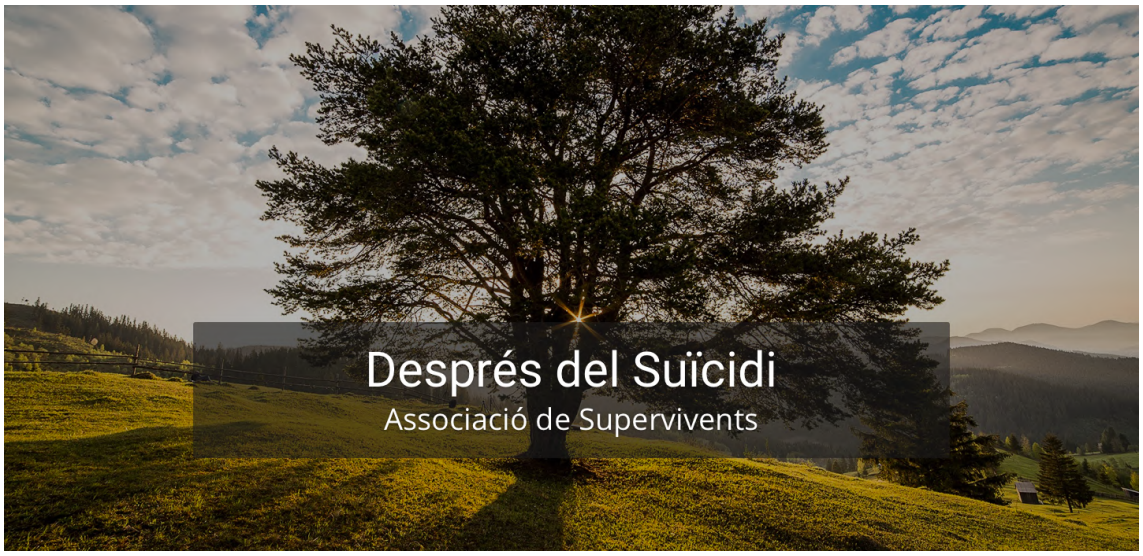
MEMORIA ANUAL DE ACTIVIDADES



Després del Suïcidi - Associació de Supervivents (DSAS)

Asociación sin ánimo de lucro que da apoyo en el duelo del superviviente a la muerte por suicidio y la prevención del suicidio

Núm. de Registro Generalitat de Cataluña 48863

www.despresdelsuicidi.org

Contenido

LA ASOCIACIÓN en el 2021 2
EL EQUIPO 4
LA JUNTA de la DSAS 4
EL COMITÉ ASESOR 5
LAS TAREAS 5
PERSONAL 6
EL ESPACIO 7
LAS PERSONAS SOCIAS 7
ACTIVIDAD ASISTENCIAL 8
ATENCIÓN ASISTENCIAL 11
ATENCIÓN ASISTENCIAL ACUMULADA 12
APOYO PROFESIONAL 15
GRUPOS 15
ACTIVIDAD Y VALORACIÓN DE LOS GRUPOS 16
PARTICIPACIÓN EN PROYECTOS 2021 19
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO de la DSAS 20
ACTOS EXTERNOS 22
GESTIÓN INTERNA 42
LA DSAS EN LAS REDES SOCIALES 43
PUBLICACIONES PROPIAS 45
LA DSAS EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN-2021 47
AGRADECIMIENTOS 67

LA ASOCIACIÓN en el 2021

El año 2021 la DSAS ha llevado a cabo la acción asistencial y de intervención en el luto por suicidio para procurar un proceso de luto saludable en los supervivientes en la muerte por suicidio.

La DSAS, como también fue desde el inicio de la pandemia, ha priorizado la atención presencial individual como en grupos siempre que ha estado posible y con todas las medidas adecuadas de prevención y seguridad, siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias.

Se recibió durante el 2021 el contacto de 543 personas, un 43,27% más que en el 2020, de los cuales 299 fueron supervivientes, un 43,06% más que el año anterior.

Los supervivientes contactan con nuestra entidad en fases muy iniciales de su proceso de luto, ha hecho que la media de tiempo desde la muerte por suicidio y el contacto con la entidad sea de menos tiempo. Por lo tanto, se ha ido haciendo un esfuerzo para dar una respuesta rápida a lo largo de estos años.

En el 2021 el tiempo entre la muerte por suicidio y el primer contacto se ha dado en 15 días, por lo tanto, la actuación desde la entidad es una acción orientada a la intervención en fases iniciales del luto por suicidio. Estas fases iniciales, todavía en muchos casos durante el estado de shock requiere de un seguimiento personalizado individual y que este también haya un seguimiento. El nuevo indicador en el 2021 nos indica un promedio de 2 acogidas por cada superviviente atendido.

Aun así, la entidad hizo el esfuerzo de mantener cinco grupos activos a pesar de que lo el confinamiento perimetral físico vigente hasta abril del 2021 limitó mucho la viabilidad de los Grupos de Tarragona y Girona por la procedencia de los propios supervivientes.

Hemos participado en 55 actos de formación y charlas de tipo comunitario, institucional, y la difusión de nuestro proyecto también encuentra lugar y eco en los medios con la presencia en 47 medios, casi un 147% más que en 2020, años donde el interés informativo obviamente ha sido las consecuencias en la salud emocional de las personas después del confinamiento, el riesgo elevado de suicidio entre los jóvenes y el anuncio del PLAPRESC del Dept de Salud de Prevención del Suicidio.

Queremos resaltar la participación de la DSAS en el 2021 en co-participación en ocho proyectos o comisiones de entidades, púbicas y profesionales, orientados en la prevención del suicidio.

El año 2021 hemos consolidado la campaña de sensibilización sobre la conducta suicida y su prevención en nuestras redes sociales para aumentar la concienciación y proveer conocimiento sobre la depresión y la conducta suicida y su prevención, así como ayudar y proporcionar información a recursos y organizaciones comunitarias de prevención. Esta campaña han comportado un significativo número de seguidores en todas nuestras redes sociales de la DSAS.

Estamos viviendo una situación excepcional de cambios a raíz de los años de pandemia. Requiere todavía mucho esfuerzo y trabajo para nuestra entidad mantener los objetivos marcados guiados por nuestra misión.

Por todo, mi profundo agradecimiento a todas la personas socias claves del equipo motor de nuestro proyecto, a todas las personas voluntarias y a todas la entidades publicas y privadas que confían y nos ofrecen su apoyo.

Gracias para contribuir en el bienestar de los supervivientes, y en los exigentes cambios que todavía necesitamos hacer entorno al suicidio, su prevención y sus dolorosas consecuencias.

Cecília Borràs Murcia
Presidenta de la DSAS

EL EQUIPO

La actual Junta Directiva Fundacional de la DSAS fue ratificada en sus cargos a la Asamblea General en fecha de 14 de junio de 2013 y renovada en Asamblea General en fecha 6 de mayo de 2017.

En Asamblea General con fecha: 27-04-19 se nombró en nuevos cargos a:

Carles Alastuey Sagarra: Vice-presidencia

Anna Lara Carles: Secretaría

Isabel Ibáñez Jiménez: Vocalía

LA JUNTA de la DSAS

Presidencia: Cecília Borràs Murcia

Vice-presidencia: Carles Alastuey Sagarra

Secretaría: Anna Lara Carles

Tesorería: Roser Carreras Coma

Vocalía: Isabel Ibáñez Jiménez

Isabel Jiménez ***Roser Carreras*** ***Cecília Borràs*** ***Carles Alastuey*** ***Anna Lara***

EL COMITÉ ASESOR

- Psicología adultos: Begoña Elizalde, psicóloga especialista en duelo y pérdidas. Coordinadora del Grupo de Trabajo de Duelo del Col·legi de Psicòlegs de Catalunya.

-Thais Tiana Sastre, Psicóloga, responsable asistencial del programa de "Plan de Atención al Superviviente (PAS)", Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (Barcelona).

- Psiquiatría adultos: Dr. Víctor Serrrano, responsable asistencial de l'àrea de Sant Pau del programa de Prevenció del Suïcidi de la Dreta de de l'Eixample i del «Plan de Atención al Superviviente (PAS)», Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (Barcelona).

- Psicología Infanto-juvenil: Joaquim Puntí Vidal de Parc Taulí, psicólogo y secretario de la Societat Catalana de Psiquiatria Infanto-Juvenil, corresponsable del programa de intervención en intentos de autolisis en adolescentes, Hospital del Parc Taulí Sabadell (Barcelona).

- Psiquiatría infantil: Dra. Montserrat Pàmias, responsable de psiquiatría infantil de Parc Taulí, presidenta de la Societat Catalana de Psiquiatría infanto-Juvenil y corresponsable del programa de intervención en intentos de autólisis en adolescentes, Hospital del Parc Taulí Sabadell (Barcelona).

- Psicoterapeuta infanto-juvenil: Meritxell Giralt terapeuta infanto-juvenil en procesos de pérdidas y duelos.

- Trabajo Social: Paula Giralt.

LAS TAREAS

Además de las tareas y obligaciones que conlleva los cargos de la junta, la junta de la DSAS ha asumido **voluntariamente** otras actividades importantes y necesarias para la asociación:

Cecília Borrás Murcia: Gestión y coordinación en general, atención personal a supervivientes (Acogidas), acompañamiento en los grupos de Apoyo; supervisión de redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram); preparación de proyectos para subvenciones de organismos oficiales y otras entidades.

Carles Alastuey Sagarra: Coordinación de los Grupos de Apoyo, área de infanto-juvenil, soporte a la gestión de la entidad. Portavoz oficial de la DSAS.

Roser Carreras Coma: Coordinación de voluntarios en actos de la DSAS. Apoyo a la gestión y gestión de subvenciones, atención on-line a supervivientes mediante los correos recibidos, soporte de contenido en las redes sociales.

Anna Lara Carles: atención personal a supervivientes (Acogidas), facilitadora de Grupo de Acompañamiento.

Isabel Ibáñez Jiménez:: atención on-line a supervivientes mediante los correos recibidos.

Miguel Alastuey Sagarrra: Construcción del fondo documental sobre la supervivencia y el suicidio, sigue apoyando el contenido para las redes sociales.

PERSONAL

Personal Asalariado

Desde mayo del 2015 la DSAS cuenta con una persona contratada que apoya a todo el equipo en las tareas de organización, registro, coordinación y apoyo logístico, con categoría de auxiliar administrativo con un apoyo de veinte horas semanales. Su actuación es por la entidad y con el objetivo de facilitar el apoyo de las personas que desarrollan atención y apoyo.
Desde diciembre del 2021 contamos con una persona contratada que apoya a las tareas contables, con categoría de administrativa con un apoyo de ocho horas semanales.

Personal Externo

El proyecto requiere de la contratación de los servicios de un profesional de la psicologia externo con experiencia clínica para el apoyo en Acogidas, el Grupo de Apoyo y derivaciones al "Plan de Atención al Supervivientes (PAS)" del HSCSP.

Profesional superviviente con experiencia en procesos de acompañamiento por las Acogidas por parte de un superviviente con larga trajectoria como terapeuta.

Voluntariado

El proyecto requiere del apoyo voluntario de supervivientes que han elaborado su proceso de duelo y que colaboran tanto en la asistencia individual y como en grupo. El porceso empático de la experiencia vivida refuerza el apoyo que la persona puede recibir al sentirse compresa y "entre iguales" en la hora de compartir.

Los voluntarios se han mantenido en el 2021: una persona superviviente con formación de magisterio, dos personas supervivientes más con formación en trabajo social: una de ellas apoyando a Acogidas y otro a Apoyo Grupal, después de formación interna supervisada, y su conocedores de las instrucciones internas de trabajo de la entidad, añadiéndose al equipo de apoyo de Acompañamiento una persona superviviente con formación adminstrativa y formada internamente.
Se ha realizado la formación interna por parte de una persona profesional de salud mental extrena al organización con contrastatada experiencia en este campo.

Hay otro grupo de voluntarios, en torno a 3 personas para el apoyo a tareas de la entidad y redes sociales para difundir el proyecto

Este año 2021 se ha podido organizar el acto externo junto con voluntarios el del encuentro abierto de espaldarazo con supervivientes

EL ESPACIO

La DSAS no dispone de sede social propia.
Agradecemos por tanto el espacio facilitado por el Hospital de Sant Pau para llevar a cabo los Grupos de Apoyo con reuniones quincenales.

En el 2021 se ha consolidado nuestro servicio de apoyo y acompañamiento en el espacio de BCN Cuida del Ajuntament de Barcelona en días y horas convenidas en la C/ Viladomat,127 de Barcelona.

Agradecemos el espacio ofrecido por la Fundación Memora para llevar a cabo el Grupo de Acompañamiento y las Acogidas en el espcio de Suport del Passeig Valldaura, 127 que fue posible hasta el mes septiembre del 2021.
La entidad en el úñtimo trimestre ha buscado lugares alternativos par aseguir adelante con su soporte.

LAS PERSONAS SOCIAS

En 2021 la entidad tuvo 130 socios que supone un incremento del 13,04% más respecto al año 2020, como se muestra en la siguiente gráfica (Figura 1)

Figura 1. Número de personas socias de la DSAS evolución 2012-2021

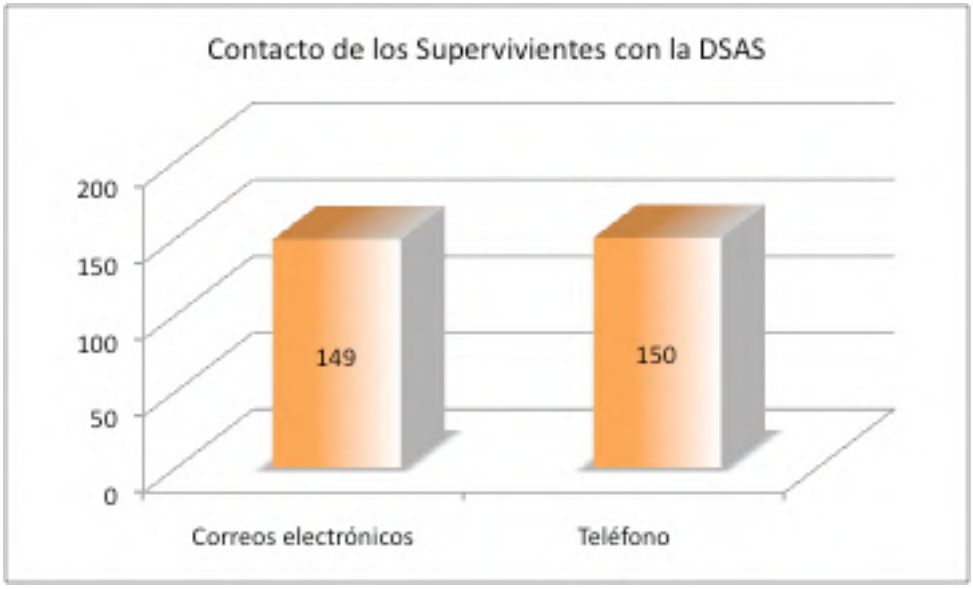
ACTIVIDAD ASISTENCIAL

Recibimos el **contacto de 543 personas durante el año 2021, un** 43,27% más de respecto al año previo.

De estas 543 personas, **299 fueron supervivientes a la muerte por suicidio o personas de su entorno, que representa un** 43,06% más que el año 2020.

El contacto con la entidad se realizó, tanto por correo electrónicio como a través del teléfono de la asociación (666 640 665) que dispone de mensajería de WhatsApp (Fig. 2)

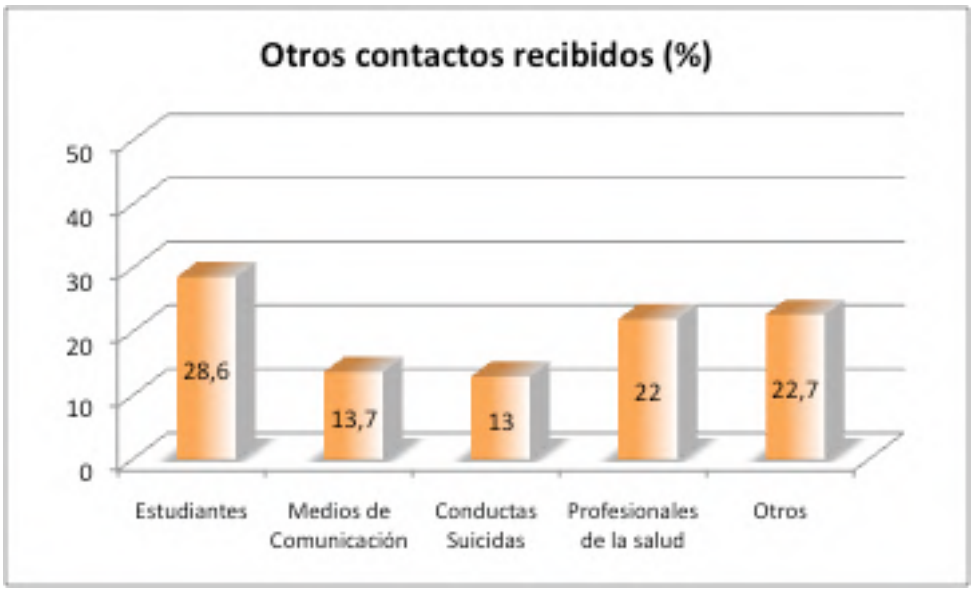
Figura 2. Registro de contactos de supervivientes con la DSAS



Por otro lado, se han atendido correos y llamadas de: estudiantes, medios de comunicación, profesionales de la salud, personas con ideación autolítica y otras personas con interés de información en nuestra labor.

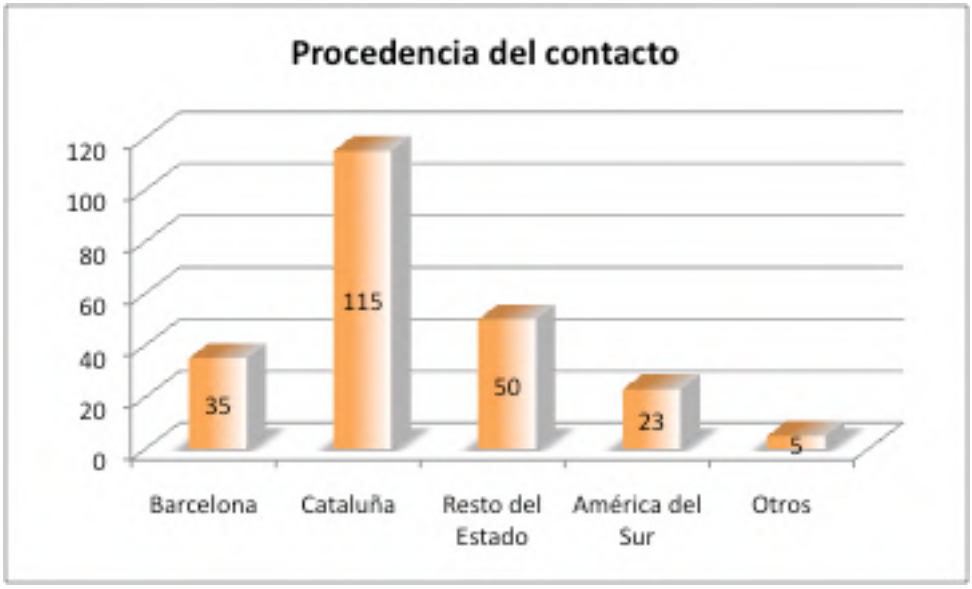
Se representan la distribución de los correos recibidos en la dirección de info@despresdelsuicidi.org y también a través de llamadas telefónicas: (Fig. 3)

Figura 3. Clasificación de otros tipos de contacto recibidos en la DSAS

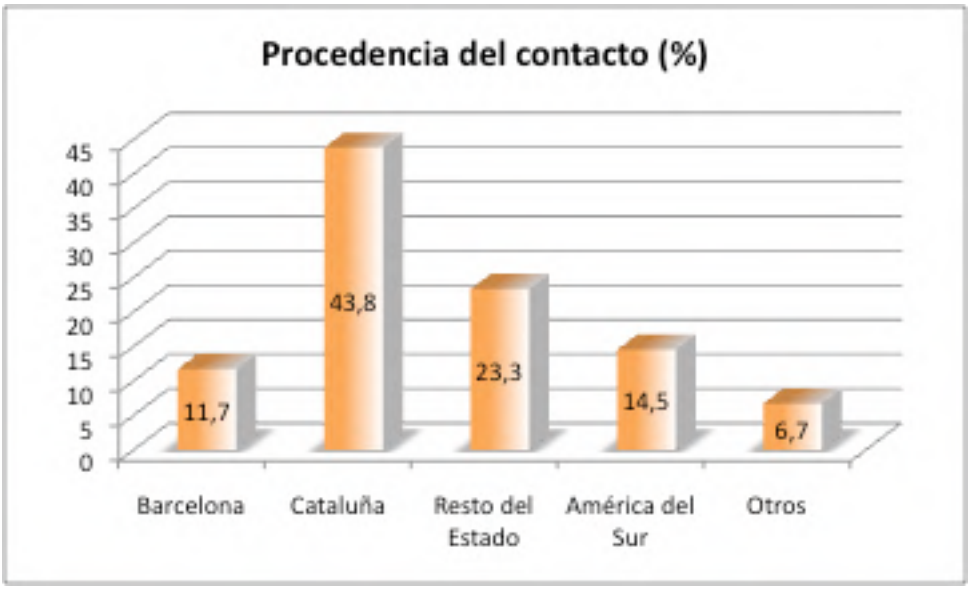


Mayoritariamente han contactado supervivientes de Cataluña, Barcelona y su área de influencia que representa más del 55,5% de los casos. (Fig. 4).
Hay que tener presente que un alto porcentaje de los correos recibidos no nos indican desde donde nos escriben (dato no representado en el gráfico).

Figura 4. Procedencia del contacto



Nota: el % de Barcelona está incluido en la Categoría del % de Cataluña



En el 2021 a las personas que contactaron con la DSAS se les prestó el siguiente tipo de apoyo asistencial directo, atendidos *"peer to peer"*, es decir, entre iguales o personalmente por también supervivientes:

Se ha actuado dando **apoyo a 573 supervivientes** (Fig. 5)

- Se han llevado atención a **263 supervivientes a través de Acogidas** (45,9%)
  - **1ª Acogidas:** 132 supervivientes atendidos
  - **Acogidas de Seguimiento**: 131 supervivientes atendidos
- Se han mantenido **45 entrevistas telefónicas de soporte** (7,85%)
- Se ha dado soporte a través del Grupo de Apoyo a 8 supervivientes en 16 sesiones con una **Incidencia real del grupo: 128** (22,33%)
- Se ha ofrecido soporte en los Grupos de Acompañamiento a **137 personas durante 12 meses** (24%)

Nota: El confinamiento perimetral físico vigente hasta abril del 2021, por la pandemia de la COVID19, limitó la prensencialidad de algunos supervivientes a Acogidas por su procedencia, situación que ya se arrastraba desde el 2020 condicionada por el confinamiento por áreas sanitarias y municipal

Figura 5. Servicio personalizado de apoyo de la DSAS a supervivientes

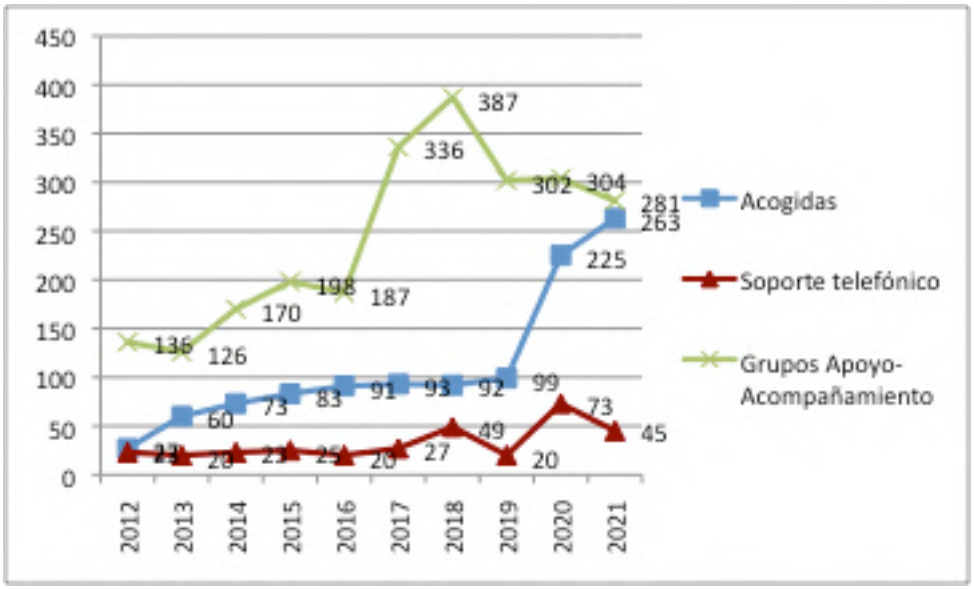
G.: Grupo/ Grupos S: Soporte Telf: Telefónico

Así mismo, se ofreció información de soporte a supervivientes mediante 149 correos electrónicos.

Se realizaron 573 atenciones personales a supervivientes en el 2021, y si le sumamos los 149 correos atendidos, **la DSAS ha dado soporte en 722 actuaciones en el duelo por suicidio**

ATENCIÓN ASISTENCIAL ACUMULADA

Figura 6. Evolución de la actividad asistencial de soporte de la DSAS los supervivientes periodo 2012-2021



Nota Asistencia de grupos acumulada: por sesiones y supervivientes atendidos

Figura 7. Actividad acumulada Acogidas a supervivientes periodo 2012-2021:

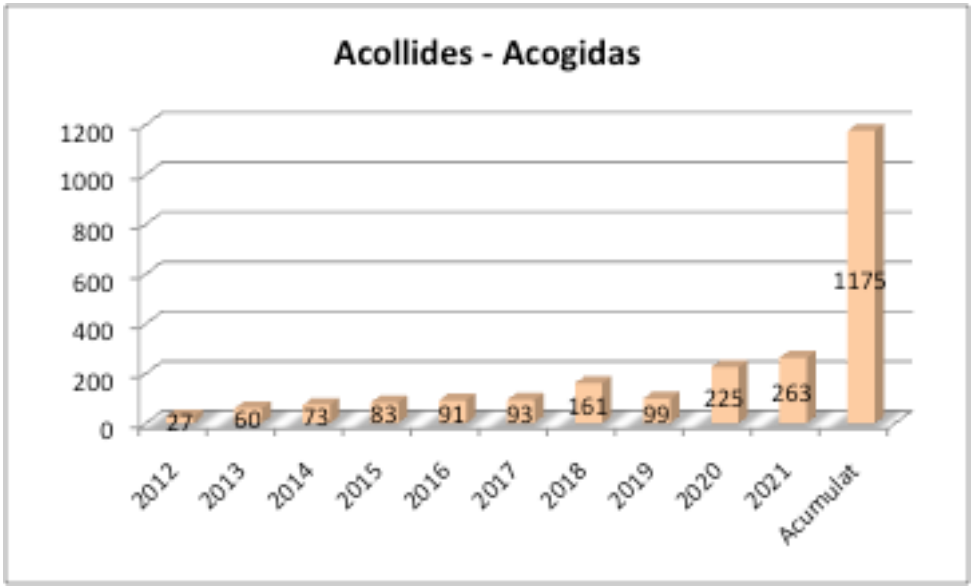
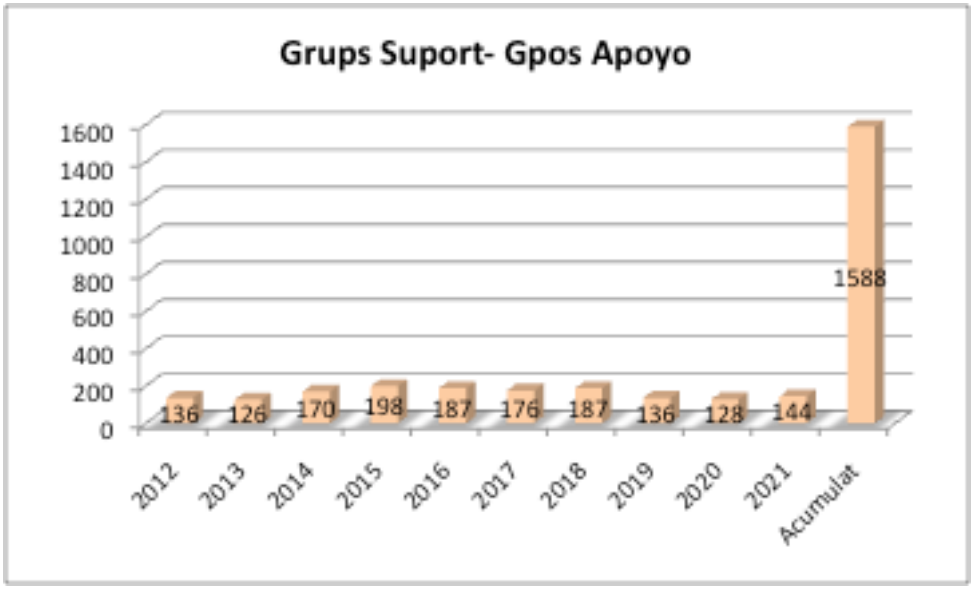
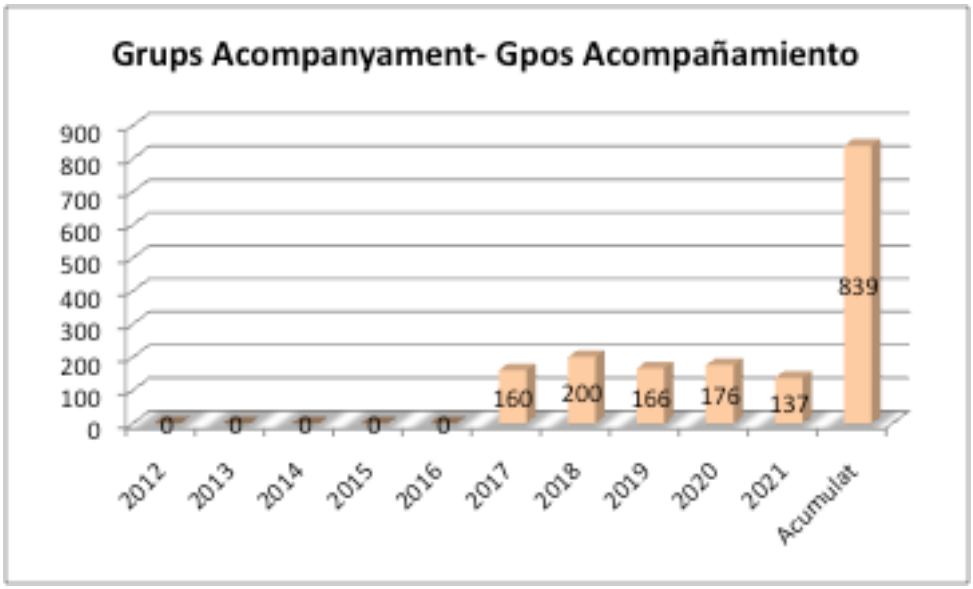


Figura 8. Actividad acumulada Grupos de Apoyo a supervivientes periodo 2012-2021:



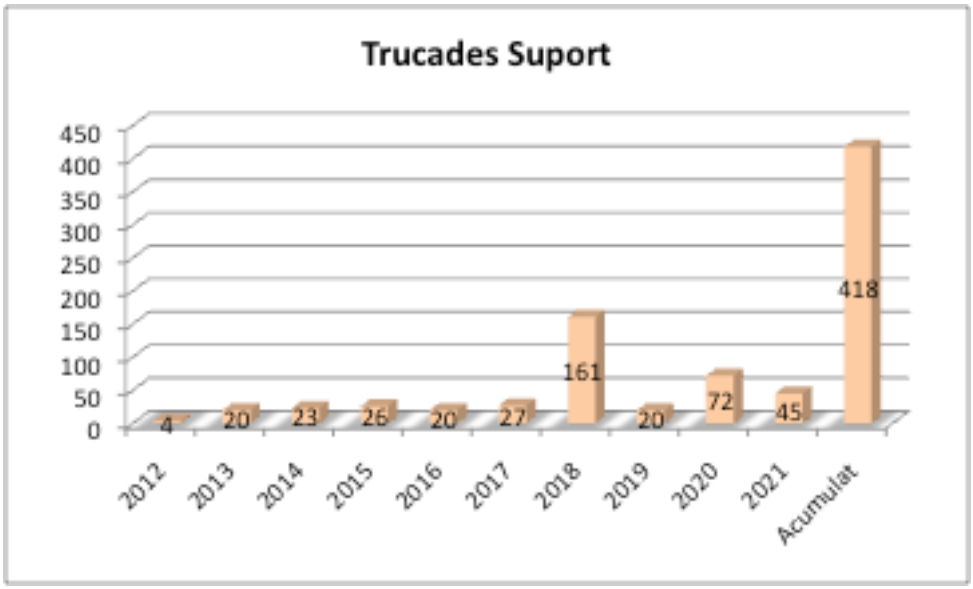
Nota Asistencia de grupos: acumulada por sesiones y supervivientes atendidos

Figura 9. Actividad acumulada Grupos de Acompsñamiento a supervivientes periodo 2012-2021:



Nota Asistencia de grupos acumulada por sesiones y supervivientes atendidos
Nota Assistència de grups: acumulada per sessions i supervivents atesos

Figura 10. Actividad acumulada Llamadas de Apoyo a supervivientes periodo 2012-2021:



La entidad DSAS ha ofrecido asistencia a 4.020 supervivientes de forma personal y acumulada durante 2012-2021 (Figs. 7,8,9,10)

APOYO PROFESIONAL

El apoyo asistencial a la DSAS atiende también **la detección de procesos de duelo complicados** o que requieren una intervención profesional de ayuda durante el proceso de duelo.
Durante el año 2021 se detectaron 8 casos de supervivientes en quienes fue necesaria valoración y soporte profesional por el "Plan de Atención del Superviviente" del Hospital de Sant Pau. En el seguimiento y trabajo de grupo que la DSAS hace con los profesionales del servicio, se constató que las derivaciones fueron correctas.

GRUPOS

En el 2021 la DSAS ha intentado seguir con su diversificación en su atención asistencial, creando **5 Grupos para el duelo por suicido en Barcelona:**

1) **3 Grupos de Acompañamiento** orientados a dar soporte a supervivientes cuya pérdida es relativamente reciente, a partir de 6 meses, y que, en su sentimiento de soledad para hablar de su experiencia, ofrecemos un grupo para compartir. La intervención es relativamente mínima proporcionando un encuentro entre iguales.

→ El confinamiento perimetral físico vigente hasta abril del 2021, por la pandemia de la COVID19, limitó mucho la viabilidad de los Grupos de Tarragona y Girona por la procedencia de los propios supervivientes, situación que ya se arrastraba desde el 2020 condicionada por el confinamiento por áreas sanitarias y municipal.

El Grupo de Acompañamiento está constituido por máximo de 10-12 personas, llevado por 1 facilitador superviviente y las sesiones son mensuales de una duración máxima de 2 horas.

2) Grupo de Duelo Tardío: orientados a dar soporte a supervivientes cuya pérdida es relativamente larga y que por diferentes motivos no han podido compartir su experiencia o parte de su proceso de duelo.

3) Grupo de Apoyo está orientado al acompañamiento en el duelo a supervivientes a la muerte por suicidio para realizar un trabajo más profundo entorno a la pérdida y la reconstrucción emocional y anímica. Se organiza con sesiones quincenales y se plantean dinámicas de trabajo durante el mismo. Está conducidos por dos

facilitadores Supervivientes, que han elaborado su proceso de duelo y tienen formación sobre la pérdida, sus manifestaciones y diferentes fases del proceso.

El proceso empático que se da entre los supervivientes, denominado *"peer to peer"* o entre iguales, que dirigen la dinámica y el grupo, es un valor añadido para el acompañamiento en este proceso de duelo tan traumático.

Imagen 2. El espacio

ACTIVIDAD Y VALORACIÓN DE LOS GRUPOS

Número de Grupos de Apoyo del período de marzo 2012 a diciembre 2021: 10 grupos

Datos del Grupo de Apoyo 2021:

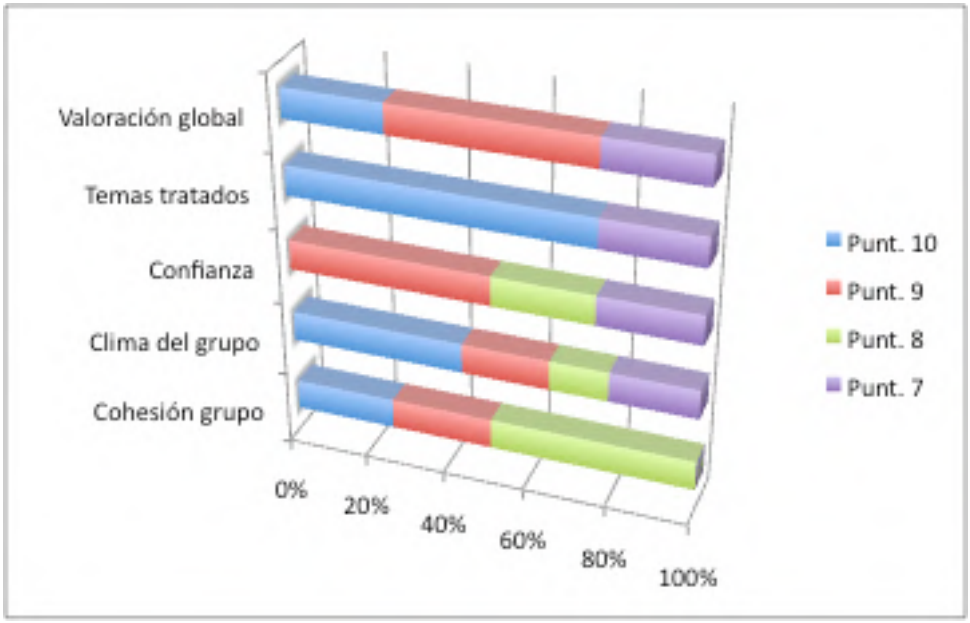
- Número de supervivientes: 8 por sesión
- Número de acompañantes facilitadores: 2 personas supervivientes 1 de ellas con formación en psicología
- Número de sesiones: 16
- Adherencia al grupo: 100 %
- Horas de sesión: 24 horas

En la última sesión del Grupo de Apoyo se pide siempre a sus integrantes su valoración (escala nominal de puntuaciones del 1 al 10) de diferentes aspectos del grupo en que han participado como:

a) La cohesión del grupo
b) El clima vivido
c) La confianza recibida
d) Los temas tratados en las dinámicas
e) Valoración Global de su experiencia

Los resultados en este grupo, como en los otros grupos de años anteriores, demuestran la experiencia positiva de haber participado en el Grupo de Apoyo de la DSAS (Fig. 11).

Figura 11. Valoración de los integrantes de los Grupos Apoyo de la DSAS sobre su experiencia en el grupo



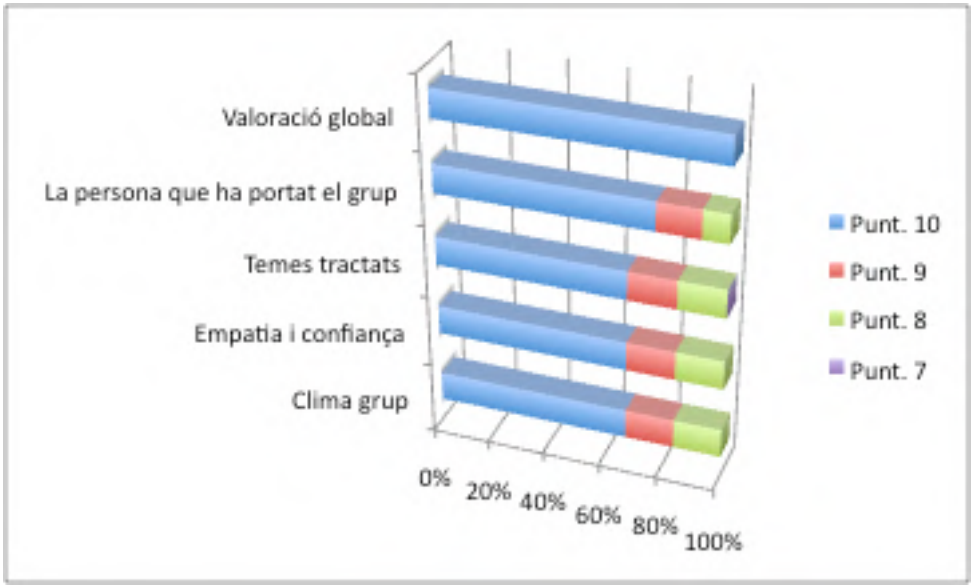
Nombre de Grups de Suport del període de març 2012 a desembre 2021: 10 grups

Así mismo, en la última sesión del año de los **Grupos de Acompañamiento** se pide a sus integrantes su valoración (escala nominal del 1 al 10) de diferentes aspectos del grupo en que han participado como:

a) El clima vivido
b) Temas planteados
c) La valoración del facilitador
d) La confianza recibida
e) Valoración Global de su experiencia

Los resultados en este grupo, como en los otros grupos de años anteriores, demuestran la experiencia positiva de haber participado en los Grupos de Apoyo de la DSAS (Fig. 12).

Figura 12. Valoración de los integrantes de los Grupos de Acompañamiento de la DSAS sobre su experiencia en el grupo



PARTICIPACIÓN EN PROYECTOS 2021

La DSAS ha participado en los siguientes proyectos en el 2021:

1- **Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya**: Entidad perteneciente al equipo motor para la elaboración del Pla de Prevenció del Suïcidi a Catalunya (PLAPRES)

2- **Ajuntament de Barcelona:** Entidad perteneciente al equipo motor para la prevención del suicido en la ciudad. Participación en las Taules de Salut Mental Periodo del 11-03-2020 – actual

3- **Ministerio de Sanidad, Dirección General de Salud Pública:** Entidad perteneciente al equipo de trabajo para la elaboración de la nueva Estrategia de Salud Mental. Periodo del 10-2019 – 2021

4- **Miembro del Consell Assessor del Telèfon de Prevenció del Suïcidi de la Fundació Ajuda i Esperança**
Periodo del 27-05-2020 – actual

5- P**rograma de Prevención del suicidio Agencia Catalana de Juventud**
Periodo del 27-05-2021– actual

6- Grupo de trabajo Universitat Autònoma de Barcelona sobre prevención del Suicidio
Periodo del 03-2021– actual

7- Entidad colaboradora para el diseño del proyecto de la plataforma de promoción de Salud Mental de Sant Joan de Déu: SOM 360
Periodo del 09-01-2020 – actual

8- Grupo de Trabajo de la web de l'Hospital Sant Joan de Déu de Prevención del Suicidio
Periodo del 01-02-2021 – actual

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO de la DSAS

Campaña de sensibilización para la prevencion del suicidio de la DSAS en las redes sociales

El suicidio se relaciona con la mayoría de los trastornos mentales graves y, en el caso de la depresión, el riesgo es 21 veces superior a la población general.
Sin embargo, solo el 58% de las personas que padecen depresión buscan ayuda en los servicios sanitarios de salud (Gabilondo y cols., 2011), es posible que esta cifra no está informando correctamente sobre la magnitud del problema, observándose que el 10% de la española habría padecido al menos una vez a lo largo de su vida un episodio depresivo mayor, siendo la prevalencia anual del mismo en torno al 4% (Gil, A. 2021) , siendo más prevalente en mujeres y personas de edad avanzada.

La percepción y la actitud sobre la depresión asociado al estigma puede llevar a una falta de predisposición para pedir o buscar ayuda.
Sobre la persona con depresión, el 60% tenían una opinión de "ser alguien inestable" y el 49% opinó que tienen un "carácter débil". Sobre la forma de cómo afrontar la depresión, el 73% lo asociaba a la "forma de vivir las enfermedades en casa", así como el 48% consideraba que "los síntomas de este trastorno pueden fingirse". El 88% de los pacientes con depresión refiere que podía hablar con alguien sobre su enfermedad, y aquellos pacientes que no lo hacían lo justificaban porque es "algo que no se cuenta" o bien "por no preocupar" (Lahera y cols. 2019).

Es importante, por tanto trabajar y tener el objetivo de vencer la discriminación, los tabúes y el estigma que existe en torno a la enfermedad mental, una educación que debe ser primordial en la depresión por el riesgo de suicidio su empeoramiento y gravedad, dado que el entre el 50-75% de las muertes por suicidio el principal factor es la depresión grave (Hawton y cols., 2013).
Los recientes datos publicados muestran el importante impacto de la pandemia en la salud mental, con **un aumento de casos situado entre el 25% y el 30% tanto para los cuadros de depresión como los de ansiedad,** donde España se sitúa entre los países más afectados junto a Francia, Portugal y Bélgica (COVID-19 Mental Disorders Collaborators, 2021) .

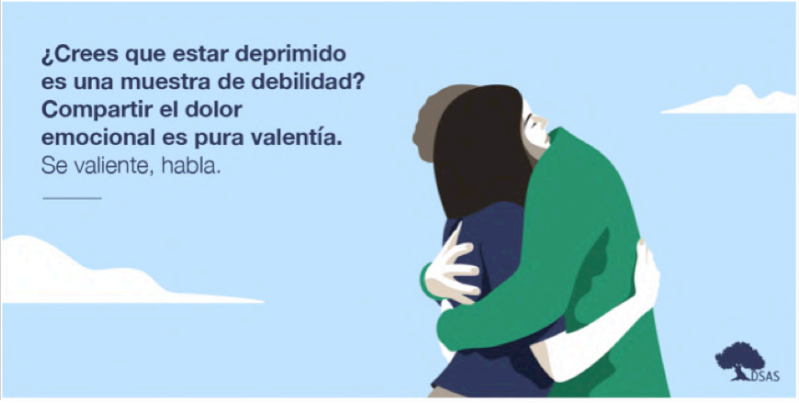
La iniciativa de la DSAS en el 2020 y el 2021, de llevar a cabo este tipo de acción hacia la nueva situación de vulnerabilidad emocional y riesgo de depresión, valoramos que es una línea necesaria para la prevención del suicidio y se engloba dentro de una estrategia de prevención universal y para la promoción de la salud y el bienestar emocional

Objetivo principal: Campaña de sensibilización sobre la conducta suicida y su prevención en las redes sociales de la DSAS
Objetivos secundarios:

a)Aumentar la concienciación y proveer conocimiento sobre la depresión y la conducta suicida y su prevención
b)Ayudar y mejorar la comprensión social de la asociación de los factores de riesgo de la conducta suicida, principalmente la depresión.
c)Proporcionar información y orientación orientada a recursos y organizaciones comunitárias orientadas en la prevención de la depresión y conducta suicida.

Gracias a la colaboración de Fabiana, Gustavo i Pep de **Caldasnaya** desde la DSAS iniciamos una campaña con diseño gráficos orientados a la detección precoz de síntomas de depresión o primeras señales de alerta, para la prevención de conductas suicidas.

¡Muchas gracias a todo el equipo ¡



ACTOS EXTERNOS

DICIEMBRE 2021

20-12-2021

Encuentro telemático con mujeres de Can Brians

Intervención formativa: Desde la experiencia vivida hablar de la falsas ideas y mitos entorno el suicidio y poder hablar de señales de alarma o alerta que nos puedan ayudar a identificar a alguien en una situación de vulnerabilidad o peligro

19-12-2021

La Marató de TV3

Participación de la presidenta de la DSAS por habla de su experiencia personal entorno al suicidio a la 30ª edición dedicada a la Salud Mental

16-12-2021
“Conversaciones: depresión y suicidio”
Zaragoza, acto organizado por Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME) en el Caixaforum, se abordó eltema que durante años se ha silenciado y que se ha convertido en un grave problema de salud pública: el suicidio, con la participación de la psicóloga y presidenta de la DSAS

09 y 16 -12-21
Formación: Centro de Atención Primaria Antoni Creus, Instituto Catalán de la Salud
Sesión formativa sobre el proceso de duelo por suicidio y recursos de apoyo para personal sanitário y sobre los mitos sobre el suicidio para personal administrativo, ofrecida por Carles Alastuey, vicepresidente y psicopedagogo coordinador de los grupos del apoyo de la entidad

03-12-21
I Jornada sobre Prevención del suicidio en los cuerpos policiales y de emergencias
Abordaje de la problemática del suicidio en cuerpos policiales en el acto organizado por CCOO y el sindicato SUP
Junto a profesionales de diferentes cuerpos policiales, la DSAS participó con la ponencia: “Como queda la famiia y como se debe actuar”, por Cecília Borràs, residenta de la entidad

03-12-21

Dando vida a la muerte

Hablamos de la conducta suicida y el valor del acompañamiento

Conferencia de Eva Bilbao y Agustín Erkizia (Biziarun) y Cecilia Boràs (DSAS)

NOVIEMBRE 2021

30-11-21

Presentación Plataforma SOM Salut Mental 360, Hospital Sant Joan de Déu

Auditorio Sant Joan de Déu Numancia, Barcelona

La DSAS estuvo en representación de las entidades de pacientes y familiares co-creadores de contenidos de la plataforma

- Manel del Castillo, director gerent de l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona
- Enric Mangas, director general del Parc Sanitari Sant Joan de Déu
- Jaume Capdevila, gerent de Sant Joan de Déu Terres de Lleida
- Josep Maria Haro, director de recerca i docència del Parc Sanitari Sant Joan de Déu
- Eduard Serrano, coordinador de la Unitat de TCA de l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona i membre del comitè tècnic-científic de SOM Salut Mental 360

- **Cecília Borrás, representant de les associacions de familiars**
- Maria Prats, representant en primera persona

VII Encuentro entre Investigadores en Salud Mental, Pacientes y Familiares
Mesa redonda: **La prevención en salud mental. ¿Qué se está haciendo?¿Qué nos queda por hacer? ¿Dónde hay que intervenir?**
Moderadora: Marta Torrens (FEPSM).
Ponentes: Celso Arango (Presidente de la SEP), Carles Alastuey (Vice-presidente de DSAS) y Mercedes Navío (Coordinadora de la Oficina regional de Salud Mental y Adicciones de Madrid)
Organizado por Sociedad Española de Psiquiatria, CIBERSAM y Lundbeck

23-11-21
Charla mediante videoconferència con motivo del "Día Internacional del Superviviente" en el Centro Penitenciario de mujeres Can Brians,
La DSAS mantuvo un encuentro con internas del Centro para hablar sobre el suicidio y su duelo, con Cecília Borràs presidenta de la DSAS y Anna Lara voluntaria de la entidad.

20-11-21
Día Internacional del Superviviente

Encuentro de Supervivientes y Acompañamiento en el Espacio Modernista de Sant Pau, Barcelona
Día Internacional del Superviviente a la muerte por suicidio

Conmemoración del día internacional del supervivent organizado por DSAS, llevamos a cabo el acto presencialmente siguiendo todas la medidas preventivas debido a la pandemia.
Animamos a los supervivientes a reunirse, a recordar y decir en voz alta los nombres de quienes han muerto por suicidio.

Entidad declarada de Utilidad Pública
Registre Assoc. Generalitat de Catalunya: 48863 Secció 1ª
https://www.despresdelsuicidi.org/es/inicio/

Semana Conmemorativa del Día Internacional del Superviviente: "Voces de Supervivencia 2.0" en Facebook

Veus de Supervivència 2.0
Voces de Supervivencia 2.0

Con motivo del Día Internacional del Superviviente, **13 de noviembre de 2021 al 01 de diciembre del 2021**, dedicamos como cada año un espacio en nuestra página de Facebook, para que los supervivientes que nos siguen pudieran compartir sus experiencias.
Invitamos a los supervivientes que nos siguen a través de esta red social, y desde cualquier rincón del mundo, a compartir vivencias, pensamientos y poder recordar a nuestros seres queridos.
En el 2021 participaron 20 supervivientes con un 68% menos en relación al 2020 que participaron 50, ello se debe a que durante todo el año 2021 se ha abierto este espacio de recuerdo en esta red social para los publicaran sus escritos de supervivencia y recuerdo a su seres queridos.

Quisimos salvar las distancias para que todos los supervivientes a la muerte por suicidio no sintiéramos más unidos en nuestro reto de sobrevivir**.**

¡Mil gracias a todos los supervivientes por la participación!

18-11-21

Jornada sobre Depresión y Suicidio en España
Congreso de los Diputados
Carrera de San Jerónimo, Madrid
Profesionales de la Salud Mental: Dr. Celso Arango, Presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), Dr. Víctor Pérez, Presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría Biológica (SEPB), Dra. Ana González-Pinto,Presidenta de la Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental, Dra. Mercedes Navío, Psiquiatra, Coordinadora del Libro Blanco Depresión y Suicidio 2020, Dr. Tato Vázquez y Dra. Iria Miguéns. Presidente de la Sociedad Española de Emergencias y Urgencias (SEMES), **Cecilia Borrás, Presidenta y Fundadora de la Asociación Después del Suicidio**

Portavoces de la Comisión de Sanidad del Congreso: Sra.Ana Prieto. Portavoz del Grupo Socialista. Sra. Elvira Velasco. Portavoz del Grupo Popular. Sr. Juan Luis Steegmann. Portavoz del Grupo Vox. Sra. Rosa María Medel, Portavoz del Grupo Unidas Podemos. Sr. Guillermo Díaz. Portavoz del Grupo Ciudadanos.

11-11-21
Webinar de Sociedad Catalana de Calidad Asistencial, Academia de las Ciencias Médicas, sobre suicidio y prevención:
Presentación del PRESCAT por el Dr. Víctor Pérez, director Servicio de Psiquiatria del Parque Salud Mar)
Experiencia de las personas supervivientes por Cecília Borràs, presidenta de la DSAS

11-11-21
"Sobrevivir a la muerte por suicidio" por Cecilia Borràs
Formación psicosocial para la atención a la población
Secció de Formació en Protecció Civil, Institut de Seguretat Pública de Catalunya

10-11-21
Taula de Salut Mental Nou Barris:
Formación por la Prevención del Suicidio.
Módulo 1: Introducción: ¿De qué estamos hablando? Impartido por la DSAS (Cecília Borràs) y CSMA

05, 10 y 12 -11-21
Colaboración de la DSAS en la formación de prevencion del suicidio del programa PAIGUM (Plan de Atención e Intrevención en el Guandia Urbana Municipal) que ofrece el Hospital del Mar (Barcelona) dirigico por el Dr Víctor Pérez Solà

OCTUBRE 2021

24-10-21

Cursa de Bombers Solidaris 2021, Barcelona

Carrera solidaria por la captación de fondo para proyectos de la DSAS

19-10-21

"¿Y por qué no hablar del suicidio? Hablar para prevenir y ayudar"

Organizada por: Colegio Oficial de Picólogos de Cataluña- Tarragona, Fundación Mémora, Universidad Rovira i Virgili, Bienestar y salud, Tarragona

Mesa redonda: La experiencia de los supervivientes Participación de Anna Lara, voluntaria de la DSAS y Cecilia Borràs presidenta de la DSAS y psicóloga compartiendo sus experiencias de supervivientes después del suicidio.

06-10-21
"Sobrevivir a la muerte por suicidio" por Cecilia Borràs
Formación psicosocial para la atención a la población
Secció de Formació en Protecció Civil, Institut de Seguretat Pública de Catalunya

SEPTIEMBRE 2021

28-09-21
Monográfico de prevención del suicidio juvenil: Plataforma SOM-HSDJ
Preguntas al experto: "Cómo hacer frente al riesgo de suicidio en adolescentes y jóvenes"

Instagram Live con Dr. Fran Francisco Villar, Psicólogo Clínico. Coordinador del Programa de atención de la conducta suicida al menor H. San Joan de Déu y Dra. Cecília Borràs, presidenta fundadora de DSAS.

https://www.som360.org/es/monografico/prevencion-suicidio-juvenil/pregunta-experto/prevenir-suicidio-juvenil

28-09-21

Foro depresión y suicidio en Cataluña

Plataforma digital dirigido a médicos, especialistas en Psiquiatría y otros profesionales sanitarios vinculados al ámbito de la salud mental, junto a pacientes.

Organizan y colaboran: Sociedad Española de Psiquiatría, Sociedad Española de Psiquiatría Biológica, Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental, con la participación de la DSAS

15-9-21

Filmación por el documental “A puerta cerrada”sobre los suicide de la poetisa Ivette Navidad en el espacio del Recinto de Modernista de Sant Pau, con la participación de Carles Alastuey

13-09-21

Acte de reconeixement a les persones i organitzacions que contribueixen a la Acto de reconocimiento a las personas y organizaciones que contribuyen a la prevención del suicidio en la ciudad de Barcelona con motivo del Día Internacional para la Prevención del Suicidio
Saló de Cent, Ajuntament de Barcelona

Agradecimiento y reconocimiento a los voluntarios del Teléfono de Prevención del Suicidio y a las asociaciones de la ciudad a cargo de la Alcaldessa de Barcelona, Sra. Ada Colau i la Regidora de Salut, Envelliment i Cures, Sra. Gemma Tarafa.

10-09-21

Día Mundial de la Prevención del Suicidio
Campaña organizada por la DSAS: "Abre los ojos. Acércate. Habla".
En los Hospitales de: H de Sant Pau, H del Mar y H Sant Joan de Déu Barcelona

Acercamiento al público general para la prevención al suicidio"

De nuevo la DSAS llevó a cabo la campaña de prevención del suicidio en los vestíbulos de los Hospitales en la prevención del suicidio. Nosotros los supervivientes. tenemos cosas importantes a transmitir a las personas, rompiendo los falsos mitos y creencias sobre el suicidio e informado de los signos o señales de alerta.

¡Gracias a todos las personas voluntarias!

09-09-21

Presentación del Pla de prevenció del Suïcidi de Catalunya 2021-2025 (PLAPRESC) en el'Hospital d'Olot.

El Honorable Conseller de Salut Dr. Josep Maria Argimon presentó oficialment el Pla de Prevenció del Suïcidi, junto con los profesionales que han colaborado en l aredacción y coordinación del Pla: Dr. Diego Palao, H. Parc Taulí (Sabadell) y Dr. Víctor Pérez Solà. H. del Mar (Barcelona). Como represnetante de los supervivientes en el acto estuvo presente la presidenta de la DSAS, Dra. Cecília Borràs.

09-09-21
Parlament de Catalunya.
Intervención de las entidades de supervivientes de Cataluña con motivo del Día Internacional del Suicidio En Carles Alastuey , baches-presidente de la DSAS: “Cuidar a la sociedad se impulsar de prevención del suicidio”

7-9-21
CNJC Consell Nacional de la Joventut de Catalunya
Prevención suicidio juvenil
Grupo de trabajo de prevención del suicidio juvenil con entidades y profesionales para definir propuestas que aborden la problemática con la participación de Carles Alastuey (DSAS)

JULIO 2021

21-07-21
Presentación en rueda de prensa del grupo de trabajo de la Sociedad Española de Emergencias y Urgencias (SEMES) para implementar un plan de actuación ante el incremento de pacientes con enfermedad mental en los servicios de Urgencias

Presentación de las conclusiones del Grupo de Trabajo para el correcto abordaje en urgencias ante el incremento de casos de depresión e intentos de suicidio cuya tendencia va en aumento, agravado especialmente por el impacto que la pandemia por COVID-19 tiene sobre la población, no solo para los pacientes, sino también para los profesionales sanitarios, ya que ha supuesto un riesgo de afectación de su salud mental.
El acto con los medios de comunicación tuvo lugar mediante Videoconferencia con la presencia de Dr. Tato Vázquez (SEMES), Dra. Iria Miguens, Dra. Ana González Pinto (SEPB) i Dra. Cecília Borràs (DSAS)

JUNIO 2021

29-06-21
Participación en el acto de la presentación del Observatorio de la Esperanza de la Fundación Ayuda y Esperanza, entidad que lleva a cargo el Teléfono de Prevención del Suicidio.
La DSAS como miembro del Comité Asesor colaboró en el apartado de expertos del libro presentado con el capítulo: "Después del Suicidio".
El acto tuvo lugar en Caixa Forum contó con la presencia de la Regidora de Salud del Ayuntamiento de Barcelona, Sra. Gemma Tarafa.

16-06-21

Reunión del Grupo de Trabajo en relación a las conductas suicidas de los pacientes que acuden a servicios de Urgencias de hospitales

Análisis multidisciplinar para optimizar el abordaje de estos pacientes sin descuidar la salud mental de los profesionales

Grupo de trabajo compuesto por : Dr. Tato Vázquez (SEMES), Dra. Iria Miguens, Dra. Ana González Pinto (SEPB) i Dra. Cecília Borràs (DSAS)

10/11-06-21

#1VoiceSummit online Academy organizada por Lundbeck.

Reunión y trabajo con otras entidades internacionales en torno a la salud del cerebro: salud mental y la gestión de recursos de las entidades que trabajan, Madrid.

MAYO 2021

31-05-21

Reunión per VC del Equipo Asesor para la planificación del monográfico de la plataforma SOM 360 HJSD sobre prevención del suicidio juvenil.

- Consell Nacional de la Joventut
- Servei de Psicología Inganto Juvenil de HSJD
- DSAS

28-05-21

Reunió VC amb la Taula de Salut Mental Nou Barris

19-05-2021

Charla: "Hagamos frente al suicidio juvenil: claves para la sensibilización y prevención"

La Taula Salut Mental del districte Barcelona- Sant Marti organiza charlas sobre la Prevención del Suicidio para el público a cargo de Asociacion DSAS

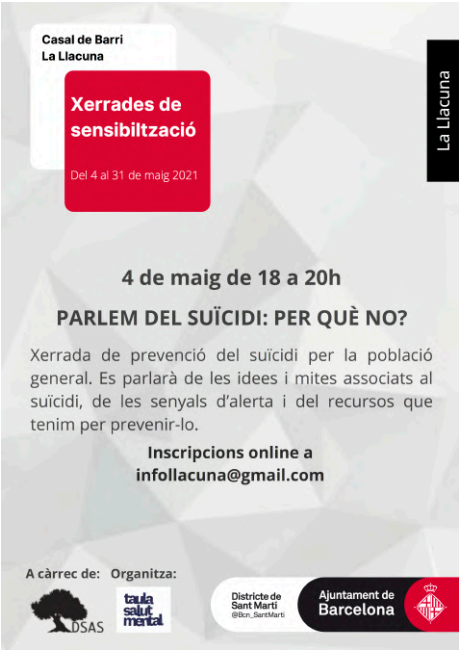
12-05-21

"Sobrevivir a la muerte por suicidio" por Cecilia Borràs
Formación psicosocial para la atención a la población
Secció de Formació en Protecció Civil, Institut de Seguretat Pública de Catalunya

04-05-2021

Charla: Hablemos del suicidio: ¿por qué no?
La Taula Salut Mental del districte Barcelona- Sant Marti organiza charlas sobre la Prevención del Suicidio para el público a cargo de Asociacion DSAS

-

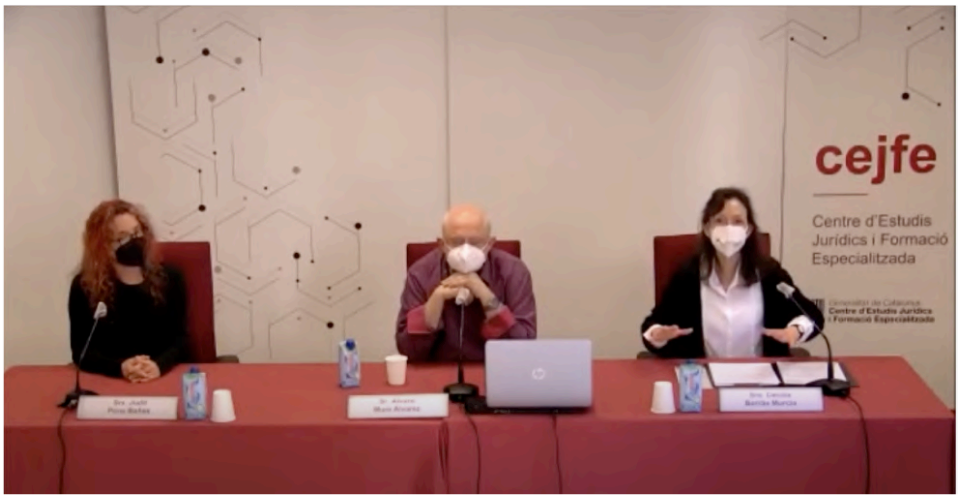


MARZO 2021

11-03-21: Reunión con la Mesa de Salud Mental Sant Martí

17-03-21
Formación: ciclo "" Miradas resilientes "para todos los profesionales del CUESB
La DSAS participó a través de su presidenta como a partir de la entidad DSAS y su experiencia actualmente ayuda a familiares que han pasado por lo mismo, puede ayudar a los profesionales de CUESB a reconocernos y mejorar la tarea.

23-03-21
Ponencia: Mesa Redonda: "El suicidio su tratamiento en prisiones"
Mesa redonda en torno a 3 preguntas sobre el tema: "Suicidio: hay que hablar dentro de la prisión? Cuál es la mejor fórmula para su gestión penitenciaria? Es indicado hablar del suicidio después? "
Judit Pons Baños, enfermera referente de los programas de atención a la conducta suicida del Consorcio Hospitalario de Vic.
Álvaro Muro Álvarez, coordinador de los Servicios de Psiquiatría Penitenciaria de Barcelona.
Cecilia Borràs Murcia, presidenta fundadora de la asociación "Tras el suicidio-Asociación de Supervivientes (DSAS)".



FEBRERO 2021

18-02-21

Charla: "Prevenir el suicidio" para el canal Youtube en el Espacio de Apoyo de Hospitalet, Fundación Memora

10-02-21

Webinar al equipo del Teléfono de prevención del suicidio: "DSAS compañía, ¿Qué hacemos"

ENERO 2021

22-01-21
Reunión del Grupo Promotor de la Red para la prevención del suicidio en Barcelona

Presentación de los recursos de la DSAS a:

28-01-21: en la Mesa de Salud Mental Horta Guinardó

21-01-21: en la Mesa de Salud Mental Sant Martí

19-01-21: en la Mesa de Salud Mental Sants Montjuïc

13-01-21: en la Mesa de Salud Mental Ciutat Vella

14-01-21

Reunión del Comité Asesor del Teléfono de Prevención del Suicidio de la Fundación Ayuda y Esperanza

GESTIÓN INTERNA

14-12-2021 Formación Interna al equipo de voluntarios de asistencia de la DSAS a cargo de Thais Tiana “Cuidarse y continuar cuidando”

16-11-2021 Inicio Grupo de Acompañamiento DSAS

16-10-2021 Taller formación voluntarios de la DSAS de acompañamiento y apoyo a supervivientes: "Recursos para trabajar durante las sesiones"

13-10-2021 Presentación de la DSAS en el Centro Cívico Can Bastè, Barcelona

13-09-2021 Reunión de la Junta Directiva

06-09-2021 Inicio Grupo de Acompañamiento DSAS

22-05-2021 Asamblea General de Socios/as de la DSAS

15-04-2021 Reunión de la Junta Directiva

29-03-2021 Resolución JUS/807/2021 a favor de la DSAS es declarada Entidad de Utilidad Pública (DOG NUM-8376-29-03-2021)

25-03-2021 Reunión de Junta Directiva

22-03-2021 Cierre Grupo de Acompañamiento DSAS

10-03-2021 Inicio Grupo de Apoyo

02-03-2021 Reunión de la Junta Directiva

LA DSAS EN LAS REDES SOCIALES

Campaña de sensibilización para la prevencion del suicidio de la DSAS en las redes sociales

Gracias a la colaboración de Fabiana, Gustavo i Pep de **Caldasnaya** desde la DSAS iniciamos una campaña con diseño gráficos orientados a la detección precoz de síntomas de depresión o primeras señales de alerta, para la prevención de conductas suicidas.

Facebook

La DSAS inició en año 2013 su actividad en Facebook, a través de esta red social DSAS da información sobre:

- Todo lo que rodea la muerte por suicidio
- Apoyar el duelo de los supervivientes
- Promover la prevención del suicidio
- Informar de nuestras actividades.

El año **2021 cerramos el año con 5.372 seguidores, un incremento del 14,24%**.

La página de Facebook de la DSAS fue pionera en hablar abiertamente de las consecuencias de vivir una muerte por suicidio y la necesidad de la prevención. Gracias a este esfuerzo, en los últimos años se han abierto otras páginas de similares contenidos, ayudando a los necesarios mensajes e información que se debe dar entorno al suicidio.

En el 2021 la DSAS abre una nueva página de Facebook: **DSAS Prevención** orientada a la prevención del suicidio.

Twitter

La DSAS inició en año 2016 su actividad en Twitter, a través de esta red social DSAS da información sobre:

- Todo lo que rodea la muerte por suicidio
- Promover la prevención del suicidio
- Informar de nuestras actividades.
- Informar noticias relacionadas con la prevención del suicidio

El año **2021 cerramos el año con 1.383 seguidores, un incremento del 73,3%**.

YouTube

La DSAS inauguró en el año 2016 su canal en Youtube con el corto de prevención. “La música le da color a la vida”, con 2.890 visualizaciones.

El año **2021 cerramos con 96 seguidores, un incremento del 13%**.

Instagram

La DSAS inauguró en el año 2020 su canal **Instagram**, en el 2021 cerramos con **1.120** seguidores, un **incremento del 182,11%**.

Apps

La DSAS participa en el proyecto ***“Apart of me”*** una aplicación para la gestión emocional del duelo infanto juvenil a través de un juego. La DSAS es una entidad de recurso en el duelo para jóvenes hispanohablantes

https://www.facebook.com/ApartOfMeEspana

ió 1ª
/

PUBLICACIONES PROPIAS

La DSAS contribuye a la reflexión con nuestras publicaciones entorno a temas sobre el suicidio y sus consecuencias. La web de las publicaciones es

https://www.despresdelsuicidi.org/publicaciones

En el 2021 contamos con la colaboración de Carles Alastuey, Coordinador de los Grupos de Apoyo de la DSAS, para la publicación del número 07: "Porqué se suicidan los jóvenes "

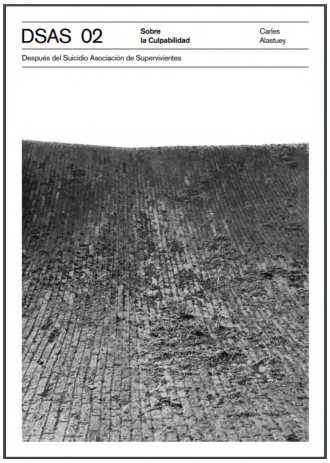
En los últimos meses hemos observado con creciente preocupación como uno de los muchos efectos indeseables de la pandemia ha sido el aumento exponencial de las problemáticas relacionadas con la salud mental de la población. Un elemento de gran alarma ha sido el aumento evidente de las consultas de salud mental de las y los adolescentes, pero tal vez el mayor eco mediático haya supuesto el aumento de tentativas suicidas y las manifestaciones autolíticas de todo tipo en una población que cada vez se producen a una edad más temprana.

Las publicaciones:

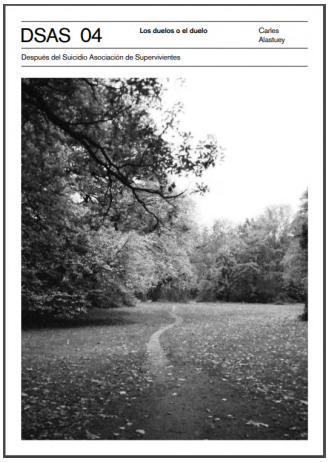
- DSAS 01: Mitos y creencias equivocadas respecto a la muerte por suicidio - Carles Alastuey
- DSAS 02: Sobre la culpabilidad - Carles Alastuey
- DSAS 03: La rabia en el duelo por suicidio - Thaïs Tiana Sastre
- DSAS 04: Los duelos o el duelo - Carles Alastuey
- DSAS 05: Caminando por el proceso de duelo: Primeros pasos - Aina Fernández
- DSAS 06: El camino del duelo - Carles Alastuey
- DSAS 07: Porqué se suicidan los jóvenes **-** Carles Alastuey[1]
- Recomendaciones a los medios audiovisuales sobre el tratamiento informativo de la muerte por suicidio

[1] Este artículo se publicó por primera vez en al publicación digital: https://www.som360.org/es/monografico/prevencion-suicidio-juvenil/articulo/suicidan-jovenes

DSAS 01
Mitos y creencias equivocadas respecto a la muerte por suicidio
Carles Alastuey
Después del Suicidio Asociación de Supervivientes

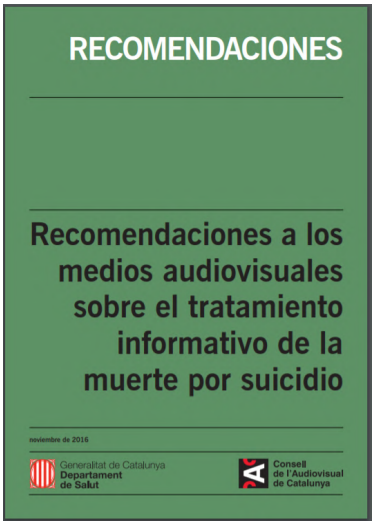

DSAS 02
Sobre la Culpabilidad
Carles Alastuey
Después del Suicidio Asociación de Supervivientes

DSAS 03
La rabia en el duelo por suicidio
Thaís Tiana Sastre
Después del Suicidio Asociación de Supervivientes


DSAS 04
Los duelos o el duelo
Carles Alastuey
Después del Suicidio Asociación de Supervivientes

DSAS 05
Caminando por el proceso de duelo: Primeros pasos
Aina Fernández
Después del Suicidio Asociación de Supervivientes

DSAS 06


RECOMENDACIONES
Recomendaciones a los medios audiovisuales sobre el tratamiento informativo de la muerte por suicidio
noviembre de 2016
Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Consell de l'Audiovisual de Catalunya

LA DSAS EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN-2021

DICIEMBRE 2021

Medio/Mitjà: TV3
Fecha/Data: 19-12-2021
Programa: La Marató TV3

Salud Mental / Es un error no hablar del suicidio

Programa solidario para la captación de fondos, este año dedicado a la Salud Mental. Cecilia Borrás (DSAS) asiste como superviviente, dejando su testimonio y reflexión

https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/marato/la-marato-cecilia-borras-es-un-error-no-parlar-del-suicidi/video/6135399/

Medio/Mitjà: Catalunya Ràdio
Fecha/Data: 19-12-2021
Programa: A la carta

El suïcidi en les dones, entre l'estigma i el silenci
El suicidio en las mujeres, entre el estigma y el silencio

Participación de Anna Lara (DSAS) donde reflexiona en este programa radiofónico, sobre el suicidio en el género femenino, que pueden ser a raíz de una depresión o por motivos relacionados con su género "La mejor manera de pararlo, es hablando"

https://www.ccma.cat/catradio/alacarta/les-dones-i-els-dies/el-suicidi-en-les-dones-

Medio/Mitjà: Heraldo de Aragón
Fecha/Data: 18-12-2021
Programa: Contenido exclusivo

Cuando la depresión llega al extremo:" Nadie muere por hablar, lo que mata es el silencio"

Finaliza en Zaragoza el ciclo de conferencias 'Conversaciones: depresión y suicidio', organizado por ASAPME (Asociación Aragonesa Pro Salud Mental), que ha recorrido Aragón con voces profesionales y testimonios en primera persona sobre esta realidad tan compleja. Participación de Cecilia Borràs como testimonio en primera persona

https://www.heraldo.es/noticias/aragon/2021/12/18/cuando-la-depresion-llega-al-extremo-nadie-muere-por-hablar-lo-que-mata-es-el-silencio-1541176.html

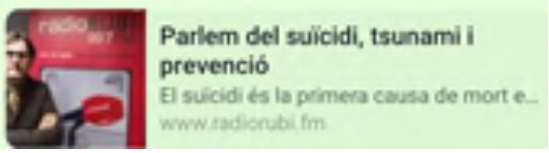
Medio/Mitjà: Canal Sur TV
Fecha/Data: 14-12-2021
Programa: Noticias -Despierta Andalucía, informativo matinal

La Salud Mental, uno de los principales problemas.

Entrevista en directo a Cecilia Borrás como fundadora de la DSAS. Explica que a las preguntas que los supervivientes se hacen, se les suma las que la sociedad también se las repite. Insta a que los medios de comunicación sean "un canal de ayuda". "El suicidio aboca a las familias a un doble sentimiento de culpa"

https://www.canalsur.es/noticias/andaluc%C3%ADa/sevilla/la-psicologa-cecilia-borrs-el-suicidio-aboca-a-las-familias-a-un-doble-sentimiento-de-culpa/1781108.html

Medio/Mitjà: Radio Rubí
Fecha/Data: 14-12-2021
Programa: NoEntrevistes Rubí al día



Parlem del suïcidi, tsunami i prevenció
Hablemos del suicidio, tsunami y prevención

Carles Alastuey como vicepresidente de la DSAS y el Dr. Monreal hablan de contextos, circunstancias y de como detectar conductas previas

https://www.radiorubi.fm/programs/entrevistes-rubi-al-dia/radiorubi_podcast_17813

Medio/Mitjà: Diari de Girona
Fecha/Data: 10-12-2021
Programa: Comarques local

La mort i el procés de dol
La muerte y el proceso de duelo

Cecilia Borràs manifiesta sobre la dificultad de hablar sobre la muerte "lo que necesitan las familias es un soporte , ya que es difícil compartir como te sientes y lo que ha pasado"

https://www.diaridegirona.cat/comarques/2021/12/06/suicidi-prevencio-suport-familia-60365753.html

Medio/Mitjà: Radio Sant Cugat Media
Fecha/Data: 9-12-2021
Programa: Notícies societat

El meu fill no volia morir, només volia deixar de patir.
Mi hijo no quería morir, sólo quería dejar de sufrir.

Testimonio de Isabel Ibáñez, voluntaria y superviviente de la DSAS

https://www.cugat.cat/tv/actualitat/noticiesdiari/11234/isabel-ibanyez - el-meu-fill-no-volia-morir-nomes-volia-deixar-de-patir

NOVIEMBRE 2021

Medio/Mitjà: El médico interactivo
Fecha/Data: 30-11-21
Programa: Noticias sanidad pública

La prevención en Psiquiatría es coste-eficiente, Celso Arango

Varios expertos ponen en común cómo se pueden prevenir los problemas de salud mental. Intervención de Carles Alastuey (DSAS), ponente junto al Dr.Celso Arango, Marta Torrents y Mercedes Navío,

https://elmedicointeractivo.com/celso-arango-la-prevencion-en-psiquiatria-es-coste-eficiente/

Medio/Mitjà: El Punt Avui
Fecha/Data: 29-11-21
Programa: Salut

SALUT BARCELONA - 29 novembre 2021 2.00 h

Aprendre a sobreviure

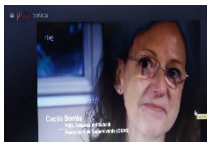
- Diverses entitats treballen des de fa anys per ajudar persones que s'han vist afectades per un suïcidi
- Reclamen una major visibilitat de la problemàtica i constaten que el confinament s'ha convertit en un factor de risc

Apendre a sobreviure
Aprender a sobrevivir

Varias entidades reclaman una mayor visibilidad de la problemática y constatan que el confinamiento por la pandemia, se ha convertido en un factor de riesgo. Reportaje con la participación de Carles Alastuey (DSAS)

https://www.elpuntavui.cat/societat/article/14-salut/2064127-aprendre-a-sobreviure.html

Medio/Mitjà: RTVE
Fecha/Data: 24-11-21
Programa: Play crónicas



Alerta, suicidio juvenil

El suicidio es la principal muerte en los adolescentes en España desde 2019. La DSAS participó en esta crónica con Cecília Borras, presidenta, y Julián y Pili, supervivientes de su hijo y participantes de grupos de soporte de la DSAS

https://www.rtve.es/play/videos/cronicas/alerta-suicidio-juvenil/6226658/

Medio/Mitjà: TVE
Fecha/Data: 19-11-21
Programa: Notícies

Els supervivents reclamen combatre l'estigma i el silenci. Dia Internacional Supervivent.
Los supervivientes reclaman combatir el estigma y el silencio. Día Internacional Superviviente.

Reportaje con Cecília Borràs (DSAS), Carles Alastuey (DSAS) y Miriam Farelo (superviviente y participante en un grupo de soporte de la DSAS). "Necesitamos

hablarlo" "Las personas que han vivido de cerca un suicidio, tienen un alto riesgo de desarrollar un duelo patológico y pueden tener ellos mismos, tentativas suicidas"

https://www.ccma.cat/324/aquesta-es-la-filla-del-que-es-va-suicidar-reclamen-combatre-lestigma-i-el-silenci/noticia/3130282/

OCTUBRE 2021

Medio/Mitjà: Revista BRAINS, especializada en Neurociencias y Salud Mental
Fecha/Data: octubre-21
Programa: Clúster Salut Mental Catalunya.Social

Prevención y supervivencia del suicidio

Cecilia Borràs colabora en esta edición como psicóloga y presidenta fundadora de la DSAS. Habla sobre primeros momentos, protocolo ideal, estigmas y sobre el papel fundamental de las asociaciones de acompañamiento al duelo por suicidio

https://www.clustersalutmental.com/brains/brains-04/

Medio/Mitjà: xarxanet.org
Fecha/Data: 28-10-21
Programa: Monogràfic sobre el dol/duelo

Parlar del suïcidi és un acte profundament preventiu
Hablar del suicidio es un acto profundamente preventivo

Reportaje sobre el duelo en general. Carles Alastuey habla como vicepresidente de la DSAS acerca de duelo por suicidio

https://xarxanet.org/comunitari/noticies/carles-alastuey-parlar-del-suicidi-es-un-acte-profundament-preventiu

Medio/Mitjà: La Vanguardia
Fecha/Data: 20-10-21
Programa: Salud

Prevenir el suicidio

Charla organizada por Fundación Mémora con la participación de Cecília Borrás como presidenta de la DSAS.

www.lavanguardia.com/vida/salud/20211020/7800392/muertes-suicido-crecen-espana-2021-terminar-tabu-salvar-vidas-brl.html?utm_term=botones_sociales_app&utm_source=social-otros&utm_medium=social

-

Medio/Mitjà: TV3
Fecha/Data: 9-10-21
Programa: FAQS

Día Mundial Prevención al Suicidio

Testimonio de Cecilia Borràs (DSAS) que perdió a su hijo por suicidio a los 19 años. El testimonio también del periodista Anxo Lugilde que ha convivido durante más de 30 años con depresión y tentativas de suicidio. Thais Tiana, psicóloga de la Unidad de Prevención al Suicidio del Hospital de Sant Pau en Barcelona

https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/preguntes-frequents/cecilia-borras-la-depressio-no-es-una-questio-dactitud-de-les-persones/video/6123367/

SEPTIEMBRE 2021

Medio/Mitjà: El Periódico
Fecha/Data: 22-09-21
Programa: Pautas y consejos

Pautas y consejos
La prevención y aceptación del suicidio en tiempos de pandemia

La prevención y aceptación del suicidio en tiempos de pandemia

Entrevista a Carles Alastuey en el especial "Universo Memora"

Medio/Mitjà: lagacetamedica.com
-Fecha/Data: 17-9-21
Programa: Opinión/tribunas

Prevención del suicidio: un reto ya incuestionable

Cecília Borràs:"El abordaje de la prevención de la conducta suicida nos sitúa ante un reto incontestable". Este reto se recoge en el Plan d Prevención del Suicidio en

Catalunya, presentado el 9/9/21 con un planteamiento en 6 líneas estratégicas, todas bajo un único lema "Escoge la Vida"

https://gacetamedica.com/opinion/tribunas/prevencion-del-suicidio-un-reto-ya-incuestionable/

Medio/Mitjà: TVSabadell-Vallés.cat
Fecha/Data: 16-09-21
Programa: En directe

Anem al Hospital Parc Taulí per parlar del Dia Internacional de la Prevenció del Suïcidi
Vamos al Hospital Parc Taulí para hablar del Día Internacional de la Prevención del Suicidio

Entrevista a Carles Alastuey (DSAS)

https://tvsabadell-valles.cat/salut/en-directe-anem-al-parc-tauli-per-parlar-del-dia-internacional-de-la-prevencio-del-suicidi/

Medio/Mitjà: catalunyapress.es
Fecha/Data: 13-9-21
Programa: **Redacción**

Acto de agradecimiento municipal con motivo del primer año de funcionamiento del teléfono de prevención del suicidio: 900.92.55.55, del Teléfono de la Esperanza de Barcelona que ha atendido a más de 3.300 llamadas en este primer año.

Acto presidido por la alcaldesa de BCN, Ada Colau, en reconocimiento a las personas y organizaciones que trabajan para la prevención del suicidio en BCN:Fundació Ajuda i Esperança, ACPS i DSAS

https://www.catalunyapress.es/texto-diario/mostrar/3157502/telfon-lesperanca-barcelona-atiende-3300-llamadas-primer-ano

Medio/Mitjà: RTVE
Fecha/Data: 10-9-21
Programa: Noticias en el Día Internacional Prevención del suicidio DIPS

La pandemia dispara las conductas suicidas entre jóvenes y adolescentes

Los expertos en salud mental constatan que la pandemia ha desencadenado un incremento de conductas suicidas, tentativas y autolesiones, no tanto en el primer momento de la crisis del coronavirus, sino especialmente en los últimos meses. Carles Alastuey (DSAS) cree que con los suicidios la sociedad tiene la misma visión que con el SIDA o con el cáncer hace años. Como ocurre ahora con el suicidio, de aquellas enfermedades "no se podía hablar y como no se hablaba, no se gastaba dinero”

https://www.rtve.es/noticias/20210910/pandemia-dispara-conductas-suicidas-jovenes-adolescentes/2169456.shtml

Medio/Mitjà: 20minutos.es
Fecha/Data: 10-9-21
Programa: Noticias. Prevención del suicidio en el Día Internacional Prevención Suicidio DIPS

Prevención del suicidio: Hablar de ello es el principio de la solución

Carles Alastuey, vicepresidente y portavoz de la asociación DSAS, pide acabar con el "estigma" y con la "invisibilidad”. Hablar de suicidio "es el principio de la solución y no aumenta el riesgo si lo hacemos bien"

https://www.20minutos.es/noticia/4815898/0/prevencion-suicidio-hablar-ello-principio-solucion/

Medio/Mitjà: Diari de Girona
Fecha/Data: 10-9-21
Programa: Comarques

Presentación del "Pla Prevenció Suïcidi" a Catalunya. Más recursos para la prevención de suicidios

En la presentación de este Plan, Cecilia Borràs como presidenta de la DSAS, insistió en la necesidad de que la sociedad tome consciencia de las cifras que acompañan a las muertes por suicidio. "Hoy tenemos ocasión de enviar un mensaje de esperanza a todos los que padecen esta situación"

https://www.elperiodico.com/es/barcelona/20200806/barcelona-crea-un-telefono-de-prevencion-del-suicidio-900925555-8066811

Medio/Mitjà: La Vanguardia
Fecha/Data: 10-9-21
Programa: Psicología. Día Mundial Prevención Suicidio

Día Mundial para la Prevención del Suicidio.

Con Motivo del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, La Vanguardia ha hablado con Cecília Borrás (DSAS) para tomar consciencia y abandonar las ideas preconcebidas: "Tenemos una imagen del siglo XX del suicidio y de la persona que se suicida". Los expertos coinciden en que este tipo de muerte es multicausal que mata 10 personas al día en España ."Nunca subestimes un me quiero morir"

https://www.lavanguardia.com/vivo/psicologia/20210910/7709634/dia-mundial-prevencion-suicidio-espana.html

Medio/Mitjà: Deia
Fecha/Data: 10-9-21
Programa: Actualidad.Sociedad

El Suicidio, de tabú y estigma a patología.

"La **prevención pasa por la información y por hablar del suicidio sin tabúes y sin estigmatizar",** indica a DEIA **Cecilia Borrás, psicóloga y presidenta de Después del**

Suicidio - Asociación de Superviviente" (DSAS), que ha puesto en marcha **en twitter la campaña #HablemosSobreSuicidio.**

https://www.deia.eus/actualidad/sociedad/2021/09/10/tabu-estigma-patologia/1149681.html

Medio/Mitjà: Vilaweb
Fecha/Data: 9-9-21
Programa: Notícies/Salut-061-pla prevenció suïcidi

El departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, incluirá el 061 en el Plan Prevención contra el Suicidio

El El conseller de Salut, **Josep Maria Argimon**, ha explicado que esta integración se hará a partir del próximo año y que supondrá un paso más en la atención que ofrece este tno. De hecho, durante el 2020, el 061 atendió 5.900 llamadas relacionadas con el suicidio. "Actualmente, estas llamadas se articulan a través de equipos de consulta del SEM que tienen una casuística muy variada y ahora lo que queremos es reforzar el servicio"
Participación en el reportaje de Cecilia Borràs (DSAS) con un mensaje de esperanza: "hoy tenemos la posibilidad de enviar un mensaje de esperanza a todos los que sufren esta situación"

https://www.vilaweb.cat/noticies/salut-061-pla-prevencio-suicidis/

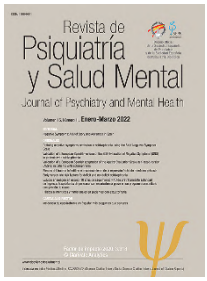
Medio/Mitjà: TV3
Fecha/Data: 9-9-21
Programa: Notícies.

Salut Mental .“Han fet molt tard” : els supervivents de suïcidis reclamen concrecions al pla de govern
Salud Mental. "Han llegado muy tarde": los supervivientes de suicidios reclaman concreciones en el plan de gobierno.

Cecília Borras (DSAS): "Las muertes por suicidio podrían ser evitables. Esto, a nosotros nos hace daño porque con nuestros seres queridos, no pudimos llegar a tiempo"
Mirian Farelo (participante grupo soporte DSAS): "Está muy bien este plan. Seguramente esta hecho de la mejor de las intenciones, pero no me gustaría que quedase en papel mojado"

https://www.ccma.cat/324/han-fet-molt-tard-els-supervivents-de-suicidis-reclamen-concrecions-al-pla-de-govern/noticia/3117342/

Medio/Mitjà: Revista ScienceDirect
Fecha/Data: 04-09-21
Programa: Psiquiatría y Salud Mental



La humanización en los planes de salud mental en España

Un grupo amplio y multidisciplinar de personas implicadas en la asistencia en SM (Cecilia Borràs fue una de ellas) participó en un consenso, según un método Delphi modificado, basado en el «pensamiento de diseño», en 3 fases: 1) identificación de medidas de humanización en los planes de SM de las CC. AA.; 2) análisis de la implantación de estas medidas, y 3) identificación de prioridades de humanización en SM.

https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1888989121000987#

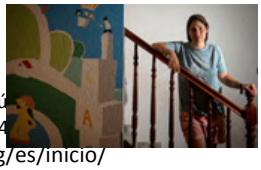
JULIO 2021

Medio/Mitjà: El País
Fecha/Data: 27-07-21
Programa: Familia

Depresión en adolescentes

Participación de Carles Alastuey (DSAS) en este reportaje: A Carles no le gusta que el abordaje del suicidio en adolescentes se centre en las cifras, “porque el tema ya estaba antes”, pero sí considera que hay que prestar mucha atención al impacto que está teniendo la pandemia en la salud mental de los adolescentes y en las tentativas de suicidio

https://elpais.com/mamas-papas/2021-07-27/como-saber-si-tu-hijo-adolescente-sufre-depresion.html



Medio/Mitjà: El País
Fecha/Data: 26-07-21
Programa: Sociedad-La crisis del coronavirus

El suicidio, la amenaza silenciosa tras la pandemia: "Es algo que te rompe por dentro"

Diez personas se quitan la vida cada día y España suspende en prevención. Los expertos alertan de que la crisis sanitaria ha sacudido la salud mental: las tentativas se disparan entre los jóvenes.

Testimonio de Míriam Farelo, superviviente vinculada a DSAS: "No estamos preparados. Hay que prevenir y hablar de ello", repite, "hay que romper el tabú". Echa en falta recursos en la sanidad pública, más seguimiento de los pacientes. Pero en esa materia España suspende.

https://elpais.com/sociedad/2021-07-26/el-suicidio-la-amenaza-silenciosa-tras-la-pandemia-es-algo-que-te-rompe-por-dentro.html

Medio/Mitjà: prensa digital varia:
diariovasco.com/elcorreo.com/lavozdegalicia.es/lasprovincias.es/larioja.com/hoy.es/ diariosur.es
Fecha/Data: 21-07-21
Programa: Salud pandemia

La pandemia dispara un 50% la depresión entre los sanitarios de primera línea.

Los médicos de Urgencias reclaman ayuda para implantar un plan nacional de reducción de suicidios, que le quitan la vida a un español cada dos horas.
Además de los jóvenes, el mayor aumento de los daños a la salud mental se ha detectado entre los sanitarios de las UCI, las urgencias, los servicios de emergencias, centros de salud, residencias y plantas hospitalarias covid.

Nuestra aportación en este reportaje: «Muchos suicidios empiezan en Urgencias. Intentos fallidos, depresiones camino de desbordarse. Ese primer contacto médico nos puede marcar profundamente para bien o para mal. Nos puede dar esperanza y abrirnos a la vida» Cecília Borràs, como presidenta de la DSAS

https://www.diariovasco.com/sociedad/salud/pandemia-dispara-depresion-20210721174548-ntrc.html

Medio/Mitjà: noticiasdegipuzkoa.eus

Fecha/Data: 17-07-21
Programa: Periodismo de soluciones

Suicidio, del "fracaso" a la oportunidad

Se menciona a la DSAS en esta entrevista a Agustín Erkízia, superviviente y fundador de BIZIRAUN. "Hemos puesto la mirada en una iniciativa que nace de las víctimas, esas que lloran a menudo en silencio y se sienten "interpeladas por la sociedad" y "con un sentimiento de culpa grande"

https://www.noticiasdegipuzkoa.eus/actualidad/sociedad/2021/07/18/catalogo-temas-hablabamos-casa-habia/1127616.html

Medio/Mitjà: El Mundo
Fecha/Data: 17-07-21
Programa: Historias

El complicado duelo tras una muerte por suicidio: lucha contra el dolor, el estigma y la soledad.

Los familiares de una persona que se ha quitado la vida siguen llorando en soledad con frecuencia. Hay una mayor sensibilización social, pero impera el silencio y actualmente no hay una atención adecuada por falta de especialización y de recursos.
Nuestra participación en este reportaje: "Es una muerte súbita, violenta, tan inesperada y poco previsible que nos ocasiona una fractura emocional del máximo nivel", Carles Alastuey como cofundador de la DSAS junto a Cecília Borràs

https://www.elmundo.es/papel/historias/2021/07/17/60edc5ecfdddffb29e8c02de.html

JUNIO 2021

Medio/Mitjà: RTVE
Fecha/Data: 30-6-21
Programa: Play Radio

Construyendo memoria

Programa de radio con la participación de Cecilia Borràs (DSAS):
"Cecilia decidió fundar una asociación para que las víctimas como ella tuvieran un lugar dónde encontrarse y ayudarse los unos a los otros. Porque nadie puede comprender lo que significa pasar por ese trance si no se ha vivido. Sentimiento de culpa que también persiguió a Cecilia. Una madre que además es psicóloga."

https://www.rtve.es/play/audios/construyendo-memoria/construyendo-memoria-cecilia-borras/5960987/

MAYO 2021

Medio/Mitjà: Youtube
Fecha/Data: 17-5-21
Programa: #DeLaDepresiónSeSale

Depresión y suicidio: detectar las señales de alerta

"No tengo ganas de vivir" o "no puedo más" son comentarios que no podemos normalizar al escucharlos en personas con depresión. Entrevista con el Dr. Víctor Pérez-Solá, Jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital del Mar y coordinador del Programa de Depresión y Prevención del Suicidio del CIBERSAM y con la Dra. Cecília Borrás, psicóloga y presidenta de la DSAS, "El riesgo de suicidio es 20 veces mayor en personas con depresión"

https://www.youtube.com/watch?v=yzmHSdMZItc&t=134s

Medio/Mitjà: publico.es

Fecha/Data: 16-5-21
Programa: Salut mental pandèmia

La pandemia dispara els intents de suïcidi entre els adolescents
La pandemia dispara los intentos de suicidio entre los adolescentes

Carles Alastuey (DSAS) participa en este reportaje:
"El vicepresidente y coordinador de los Grupos de Apoyo de la asociación Después del Suicidio - Asociación de Supervivientes (DSAS), Carles Alastuey, explica que su sobrino se suicidó cuando tenía 19 años. Después de haber superado el luto, decidieron formar esta asociación. En el caso de los adolescentes, el psicopedagogo explica que les cuesta mucho exteriorizar este tipo de emociones, sobre todo a las personas adultas. Además, son un grupo que desaparece rápidamente del circuito de salud, puesto que dejan de ser atendidos en el servicio de pediatría y pasan a un mundo de la salud en el cual "no se sienten identificados", sobre todo por las formalidades del sistema. "Los servicios dedicados a la juventud tienen que ser mucho más próximos a su cultura porque puedan expresar sus emociones en caso de pérdida", explica."

https://www.publico.es/public/salut-mental-pandemia-dispara-els-intents-suicidi-els-adolescents.html

https://especiales.publico.es/pages/el-quinze/el-quinze-14-de-mayo#page=20

Medio/Mitjà: Twitter Lundbeck España

Fecha/Data: 8-5-21
Programa: Patient Summit

Restos en la Salud del Cerebro.

Reunión anual de diferentes asociaciones de todo el mundo para hablar entorno a Salud Mental, entre ellas la DSAS

https://www.lundbeck.com/content/dam/lundbeck-com/masters/global-site/pdf/1VoiceSummit2021_MEETING_REPORT_final.pdf.coredownload.pdf

ABRIL 2021

Medio/Mitjà: Brújula Global.com

Fecha/Data: 26-4-21
Programa: Salud

España esconde el suicidio tras un muro de silencio.

Las muertes por suicidio se duplicaron desde 1980 entre el tabú religioso, la autocensura de los medios y la inacción de las autoridades. Dice Carles Alastuey como vicepresidente de la DSAS "La partida para supervivientes simplemente no existe, sin embargo el desamparo ya no es el que era" "La sociedad civil va mucho más rápida que la Administración" mientras las campañas públicas para prevenir la violencia de género o los accidentes de tráfico están por todas partes, del suicidio apenas se habla en guías como las elaboradas por RedAIPIS

https://brujulaglobal.com/categorias/historias/salud/espana-esconde-el-suicidio-tras-un-muro-de-silencio

Medio/Mitjà: www.ajuntament.barcelona.cat
Fecha/Data: 26-4-21

FPrograma: /sanmarti/ca/notícia

Xerrades de sensibilització sobre el suïcid
Charlas de sensibilización sobre el suicidio

La Mesa de Salud Mental de Sant Martí y la DSAS, organizan durante el mes de mayo cuatro charlas dedicadas a la prevención del suicidio

https://ajuntament.barcelona.cat/santmarti/ca/noticia/xerrades-de-sensibilitzacio-sobre-el-suicidi_1062469

Medio/Mitjà: TV3
Fecha/Data: 23-4-21
Programa: Tot es mou

Augment dels intents de suïcidi en els joves
Aumento de los intentos de suicidio en los jóvenes

Breve intervención de Carles Alastuey (DAS) junto a Thais Tiana (Psicóloga del programa de prevención del suicidio del Hospitat St.Pau), sobre las tentativas de suicidio en los jóvenes durante el 2020 por la pandemia.

https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/tot-es-mou/augmenta-un-27-els-intents-de-suicidi-en-lultim-any-en-menors-dedat/video/6096708/

Medio/Mitjà: TV3
Fecha/Data: 22-4-21
Programa: Noticíes

Els intents de suïcidi en adolescents augmenten un 27% en l'any de la pandèmia a Catalunya)
Los intentos de suicidio en los jóvenes aumentas un 27% en el año de la pandemia en Catalunya

Carles Alastuey(DSAS) como superviviente de su sobrino adolescente, habla del riesgo que comporta en el colectivo de los supervivientes, el desarrollar problemas de salud mental severos, salud física, etc.... Y que en todo el estado español, no haya ningún servicio de atención específico que los atienda.

https://www.ccma.cat/324/els-intents-de-suicidi-en-joves-augmenten-un-27-en-lany-de-la-pandemia/noticia/3092519/?fbclid=IwAR0Ialeyi-SsWWj4smFxZFl_h-0UQsGe1g6XsCPQjKRNrAPxEK_aCznI5Io

MARZO 2021

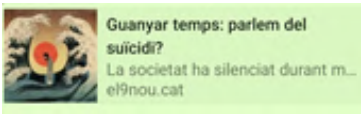
Medio/Mitjà: Catalunya Ràdio
Fecha/Data: 31-03-21
Programa: El Matí de Catalunya Ràdio

Els suïcidis i els transtorns mentals, l'assignatura pendent a la societat.
Los suicidios y los transtornos mentales, asignatura pendiente en la sociedad

Según los datos del CRS (Cógido del Riesgo de Suicidio) de la Generalitat de Catalunya, durante el 2020 -año de la pandemia- no sólo han crecido ls tentativas de suicidio (cerca de un 30%), sino que los centros de salud mental de menores están diagnosticando, principalmente, trastornos de la ansiedad y trastornos en la conducta alimentaria. Entrevista a Cecília Borràs

https://www.ccma.cat/cercador/?text=cecilia+borras&profile=portalunic

Medio/Mitjà: Revista el9Nou.cat
Fecha/Data: 12-03-21
Programa: Sense Boira



Guanyar temps: parlem de suïcidi?.

Ganar tiempo, hablamos del suicidio>?

La sociedad ha silenciado durante muchos años el suicidio y esto ha hecho que se convierta en un auténtico tabú. Pero,¿porque hemos decidido callar y no hablar abiertamente sobre los suicidios cuando en realidad es que, muy a nuestro pesar, puede afectar a cualquiera? Participación de Carles Alastuey en este artículo

https://el9nou.cat/osona-ripolles/senseboira/guanyar-temps-parlem-del-suicidi/

FEBRERO 2021

Medio/Mitjà: Ràdio Ciutat de Tarragona
Fecha/Data: 25-02-21
Programa: l'ull

Entrevista a Radio Tarragona

Sobreviure.Sobrevivir

"Es una muerte silenciosa y que deja atrás una serie de supervivientes que han de pasar un duelo muy duro. Hay señales, pero no estamos preparados para reconocerlos y se habla muy poco" Participación de Anna Lara

https://rctgn.cat/podcast/programes/lull/sobreviure/

Medio/Mitjà: Diari Ara
Fecha/Data: 20-02-21
Programa: Ara criatures

Adolescència.El suïcidi juvenil. Supervivents
Adolescencia. El suicidio juvenil.Supervivientes

Anna Lara, superviviente. Cuando llegue a la DSAS fue como un "bálsamo", darme cuenta de que no estaba sola y poder encontrarme con otros supervivientes con quienes podía hablar de cualquier sentimiento".
Carles Alastuey, impulsor de la DSAS y superviviente: "te sientes muy solo y nos dimos cuenta que se había que hacer alguna cosa para tratar el suicidio como un verdadero problema social" "La sociedad necesita que los medios os preocupéis y hagáis de altavoz. Tendríais que perder el miedo a hablar del suicidio, como pasó con la violencia de género o el sida"

Medio/Mitjà: TV3
2Fecha/Data: 7-2-21
Programa: Telenotícies vespre

Més pensaments suicides arràn de la pandemia.
Más pensamientos suicidas a raíz de la pandemia.

A pesar de que el año pasado los suicidios no aumentaron en Cataluña, los expertos sí que alertan que la pandemia ha hecho aumentar los factores de riesgo. Un hecho que también notan al teléfono de prevención del suicidio que el Ayuntamiento de Barcelona: más aislamiento, incertidumbre...
Yolanda Pedrosa, superviviente y voluntaria de la DSAS nos comenta como se sintió cuando perdió su pareja por suicidio: abandono, culpa, como no lo pude ayudar..

https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/telenoticies/mes-pensaments-suicides-arran-de-la-pandemia/video/6083152/

Medio/Mitjà: Ajuntament de Barcelona
Fecha/Data: del 5 al 9-2-21
Programa: Vallas publicitarias y marquesinas BUS

Telèfon de preveció del suïcidi.
Teléfono de prevención del suicidio>?

Si te encuentras en una situación difícil, llamanos. Hablar puede salvar vidas

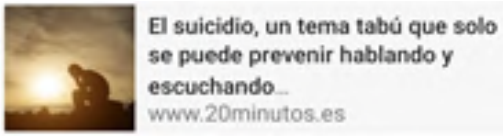
Medio/Mitjà: TMB
Fecha/Data: del 5 al 9-2-21
Programa: Video en los andenes, proyectores en estaciones y vagones TMB

Campaña de sensibilización e información Teléfono Prevención del Suicidio.
Participación de la DSAS(logo al final del video)

https://mail.google.com/mail/u/6?ui=2&ik=b21211a194&attid=0.1&permmsgid=msg-f:1695883118063525583&th=1788fcb5f0c21ecf&view=att&disp=safe&realattid=1788fcac63c24f7d45a1

ENERO 2021

Medio/Mitjà: Revista 20 minutos.es
Fecha/Data: 25-01-21
Programa: Salud



El suicidio, un tema tabú que solo se puede prevenir hablando y escuchando

“No mires hacia otro lado, es algo que nos puede afectar a todos en algún momento de nuestra vida. Está ahí, pero es invisible. Muchas veces no se manifiesta, ni siquiera por boca de quienes lo sufren. La tristeza, la soledad, el miedo o la ansiedad pueden desencadenar, si se agravan, problemas diversos de salud mental hasta el punto de no querer seguir viviendo. Y todos podemos ayudar a prevenirlos, escuchando y dándoles importancia". Participación de Cecília Borrás

https://www.20minutos.es/noticia/4477851/0/suicidio-tema-tabu-puede-prevenir-hablando-escuchando/

Medio/Mitjà: Revista Iluro
Fecha/Data: 7-01-21
Programa: Reportatge

“El suicidio también es una pandemia. Forma parte de la conducta humana y lo tenemos que normalizar”, afirma Carles Alastuey, vicepresidente de DSAS

https://www.revistailuro.com/reportatge/el-suicidi-tabu-per-afrontar/

AGRADECIMIENTOS

Nos han dado soporte en el 2021 y estamos muy agradecidos a:

Memoria cerrada a 3 de mayo de 2022

Entidad declarada de Utilidad Pública
Registre Assoc. Generalitat de Catalunya: 48863 Secció 1ª
https://www.despresdelsuicidi.org/es/inicio/