

# Caminata por el Día Mundial de la Prevención del Suicidio

Posted on 10 de septiembre de 2024 by Diario Humano



## **La actividad reunió a estudiantes, profesionales de la salud y familias para promover la prevención del suicidio y la búsqueda de ayuda profesional.**

Diario Humano | Baja California Sur. – Con el objetivo de sensibilizar a las y los adolescentes sobre la importancia de adoptar una cultura de la comprensión y apoyo hacia las personas que enfrentan problemas emocionales, la Secretaría de Salud desarrolló, junto con estudiantes de la secundaria Humberto Muñoz Zazueta, una caminata por el Día Mundial de la Prevención del Suicidio, que se conmemora este 10 de septiembre.

En esta actividad que fue organizada por la Coordinación Estatal de Salud Mental y Adicciones (CESMA), con el apoyo de la dirección del plantel, se destacó el mensaje de estar atentos de los amigos, compañeros o conocidos que presenten señales de alerta por trastornos emocionales, a fin de brindarles acompañamiento y alentarlos a solicitar ayuda profesional para mejorar sus condiciones de bienestar, expresó la secretaria de salud, Zazil Flores Aldape.

Dicho recorrido se desarrolló por vialidades aledañas al centro escolar con la participación de profesionales de la salud, docentes, así como madres y padres de familia se resaltó la necesidad de que como sociedad normalicemos solicitar ayuda psicológica, la cual es fundamental para aprender a gestionar emociones complejas y con ello evitar que estas avancen hacia trastornos o patologías que deriven en conductas autolesivas o suicidas.

En este diálogo con la comunidad escolar se enfatizó el lema “cambiar narrativas” establecido en este 2024 para dicha conmemoración, con el planteamiento de no estigmatizar a quienes enfrenten este tipo de afecciones, sino de asistirlos con la escucha activa y empática que son relevantes para enfrentar momentos de crisis, en tanto se logra la vinculación con profesionales de la psicología emprendan procesos terapéuticos para prevenir complicaciones de largo plazo, detalló Flores Aldape.

Al término de esta jornada informativa con adolescentes, se subrayó que el Gobierno de Baja California Sur opera dos Unidades Médicas Especializadas, UNEME, en Salud Mental (una en San José del Cabo y otra en La Paz), así como seis centros comunitarios de Salud Mental y Adicciones, CECOSAMA, (en Cabo San Lucas, La Paz, Ciudad Constitución, Loreto, Santa Rosalía y Guerrero Negro) en los que se ofrecen atenciones gratuitas a personas que registren emociones complejas de manera persistente, concluyó.