



Reduce el Estigma

Estigma puede causar que la persona se sienta avergonzada por algo fuera de su control y peor aun, prevenir que busque ayuda.



Suicidio no solo ocurre en gente con enfermedad mental.

Muchos factores contribuyen al suicidio:

Problemas de relación (42%)



Crisis pasado o dos semanas proximas (29%)

Uso de sustancia (28%)



Problema de salud física (22%)

Problema de trabajo o finanzas (16%)



Problema Criminal legal (9%)



Perdida de vivienda (4%)



Normalizando conversaciones sobre suicidio y salud mental reduce estigma, facilitando la búsqueda de ayuda.

Como combatimos el estigma en el lugar de trabajo?

- Hablar libremente sobre salud mental
- Educarse y a otros sobre problemas de salud mental
- Estar consiente de lenguaje dañino
- Trata la salud física y mental como igual de importante



Fecha:

Registro

1.	16.
2.	17.
3.	18.
4.	19.
5.	20.
6.	21.
7.	22.
8.	23.
9.	24.
10.	25.
11.	26.
12.	27.
13.	28.
14.	29.
15.	30.