



Nombre del alumno: Karime Dahian González Rivas

Parcial:III

Nombre de la materia: Comunicación Oral

Nombre del Profesor: María López

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre:II

Tema: Suicidio

Hoy vengo a hablar de un tema que , aunque muchas veces preferimos evitar , es fundamental para la salud de nuestra sociedad y nuestras relaciones humanas:el suicidio.Esta acción o palabra , cargada de tanto dolor , refleja una realidad dolorosa que afecta a millones de personas al rededor del mundo. En nuestro país es la segunda causa de muerte , al año mueren alrededor de un millón de personas , cada día hay en promedio casi 3 mil personas que ponen fin a su vida; al menos 20 intentan suicidarse por cada una que lo consigue y se afectan al menos 6 personas cercanas.

Mi nombre es :Karime Dahian González Rivas, y como dije anteriormente el tema es tan delicado como el alma.

El suicidio no es un acto aislado , ni un hecho inexplicable. Es el resultado de un sufrimiento profundo , de una batalla interna que , lamentablemente, no todos logran ganar. Muchas veces , quienes pasan por este dolor no sienten que tienen una salida , sienten que sus problemas son más grandes que su capacidad de enfrentarlos , y, lo más doloroso , a veces creen que no hay nadie dispuesto a escucharles , a brindarles el apoyo necesario.

Es crucial que entendamos que el suicidio no discrimina .Puede afectar a cualquier personas , sin importar su edad, género,origen o situación social. Las estadísticas nos muestran que ,en el mundo , el suicidio es una de las principales causas de muerte , especialmente entre los jóvenes , pero lo que más nos debería alarmar no es solo el número de muertes , sino el número de voces silenciadas, de corazones rotos , de familias devastadas que no encontraron un camino hacia la ayuda.

Pero¿qué podemos hacer ante esta realidad?

Lo primero y más importante es ser conscientes de que el suicidio se puede prevenir. Si bien es cierto la lucha interna que enfrentan una persona con pensamientos suicidas es compleja , nunca debemos subestimar el poder de la conversación. A veces todo lo que alguien necesita es sentir que no está solo , que su dolor es válido y que su vida tiene un propósito, por más oscura que parezca su existencia.

No se trata solo de hablar de sobre el suicidio , si no crear un ambiente donde la salud mental sea vista de la misma forma que la salud física: importante , valiosa y , sobre todo , merecedora de atención.

Y por último, a aquellos que puedan estar enfrentando pensamientos suicidas, les digo: su dolor no define su valor como seres humanos. La vida, aunque a veces parece un camino oscuro y solitario, siempre tiene la posibilidad de ser transformada. No hay vergüenza en pedir ayuda, no hay debilidad en reconocer que uno no puede con todo. Al contrario, buscar apoyo es un acto de valentía, es un paso hacia la luz.

En conclusión, el suicidio es una tragedia, pero también es una oportunidad para actuar, para ser más conscientes, para apoyar a quienes nos rodean, para crear una sociedad más empática y compasiva. Todos podemos ser agentes de cambio, podemos ser el apoyo que alguien necesita para seguir adelante. Juntos, podemos salvar vidas.

Gracias.