

Autolesiones



Las autolesiones corresponden al daño que se hace uno mismo, de forma intencional, principalmente por la sensación corporal de control de una determinada situación, como también por la sensación de relajación al liberar nuestro cerebro las sustancias necesarias para mitigar el dolor.

Normalmente, la gente tiende a pensar que solo son llamados de atención, o que son intentos de suicidio fallidos, o incluso consideran la gravedad de la situación, en base a la herida infringida.

La conducta autolesiva muchas veces ni siquiera está ligada a una necesidad de atención, ni con intentos de suicidio.

Esto es un ejemplo de los mitos que existen entorno a las autolesiones.

¿QUE PUEDO HACER?

Si me pasa a mí, no es necesario contarle a todo el mundo, pero debo buscar ayuda.

Si se que le ocurre a alguien, aceptarlo sin juzgarlo o condicionarlo

Si le ocurre a un amigo, debo apoyarlo para buscar ayuda juntos.

Es importante hablarlo con nuestra familia y/o profesores

Para más información o para resolver dudas, puedes contactarnos en:



HPV Rancagua



@hpvrancagua



hpvcontesta@gmail.com



EDUCACIÓN
RAN
CAGUA