

Capítulo 1

El suicidio. Reseña
sobre la prevención
del suicidio:
un imperativo global,
una mirada desde la
organización mundial
de la salud

Stephania Montserrat Arteaga-de Luna
Dpto. de Psicología de la UAA

El suicidio es un tipo de muerte violenta, innecesaria y prevenible en la que intervienen múltiples factores sociales, psicológicos, culturales, biológicos, entre otros, que al converger o acumularse llevan a la determinación de este comportamiento.

Este fenómeno multicausal se ha convertido en un problema de salud pública que implica al año la muerte de 800 000 personas, el cual no sólo conlleva el fallecimiento del individuo, sino que conjuntamente deja afectados a los familiares, amigos y conocidos de quien perpetró el acto; además, se estima que por cada persona que se suicida, 20 personas más intentan quitarse la vida, es decir, que un total de 16 000 000 personas intentan suicidarse al año, cobrando principalmente la vida de personas de entre 15 a 29 años de edad; por ello, atender esta problemática es un asunto prioritario para todas las naciones. Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el 2013, desarrolló el primer Plan de Acción Sobre la Salud Mental, en el que incluye este fenómeno, estableciendo como objetivo reducir del 2013 al 2020 en 10% las tasas de suicidio a través de la instauración de políticas públicas y estrategias que lo combatan.

Para poder disminuir la tasa de suicidio en ese porcentaje y prevenir esta problemática, la OMS sugiere que hay que considerar varios elementos que influyen en éste, los cuales van desde aspectos sistémicos, hasta aspectos más próximos a la persona, de lo cual hay que considerar que: el suicidio está determinado por factores contextuales y culturales, es decir, que la prevalencia, las características y los métodos del comportamiento suicida varían entre naciones y culturas. Por lo que la OMS considera relevante llevar a cabo el registro de los casos de suicidio y tentativa suicida para conocer la forma en que se está presentando el fenómeno dentro de la población correspondiente y poder encaminar actividades nacionales y locales en materia de prevención del suicidio, asimismo poder dar seguimiento y valoración de las acciones implementadas.

La estigmatización de los comportamientos suicidas, de los problemas de salud mental y del consumo de drogas, dificulta que las personas reconozcan su situación y acudan a buscar la ayuda que necesitan o, en su defecto, que las personas que rodean a quien se encuentra en riesgo tampoco reconozcan la problemática, ni se motiven en brindar el apoyo correspondiente, lo cual dificulta el cambio y por ende se obstaculiza la prevención del suicidio y la promoción de la salud. Por ello, resulta importante trabajar

con una difusión responsable y no sensacionalista por parte de los medios de comunicación sobre las conductas suicidas, los problemas de salud mental o búsqueda de ayuda por consumo de sustancias y otros problemas de salud mental, y aprovechar los medios de comunicación para dar directrices sobre la búsqueda de atención, logrando así atender el estigma y tratar de concientizar a la población respecto a estas problemáticas.

En el aspecto jurídico, la sanción del intento suicida y suicidio es implementada en algunos países, afortunadamente no es el caso para México; sin embargo, el hecho de que sea sancionable en algunas naciones conlleva a las personas a ocultar el hecho y negar el suicidio como la causa de muerte, siendo una razón por la que en algunas regiones del mundo no se tienen datos precisos sobre la magnitud del suicidio. La OMS propone despenalizar el suicidio, quitando así trabas al temor de notificar el hecho por miedo a las consecuencias legales y logrando así el acceso a datos más exactos de la magnitud del asunto, al igual que facilitando a las personas la búsqueda de la ayuda necesaria.

La disposición de los medios utilizables para suicidarse facilitan la consumación del suicidio, por lo que para favorecer la prevención de éste, es de importancia limitar la disponibilidad que se tiene de dichos medios, pues hay que conocer cuáles son éstos en cada una de las naciones o ciudades correspondientes, ya que es variable según las condiciones de los países (por ejemplo, puede ser el arma de fuego el medio más utilizable, como lo es en los Estados Unidos; o pueden ser los plaguicidas, como lo son en las zonas rurales de países con ingresos bajos), por ende, revisar y analizar los registros de suicidio y tentativas de suicidio servirá para conocer cuáles son los medios más utilizables en la región a intervenir y así restringir el acceso a ellos, para así establecer estrategias contextualizadas que aborden dichos medios y dificulten la perpetración del suicidio.

En el ámbito de los servicios de salud, se encuentra como factor que potencializa el riesgo de suicidio la falta de acceso a la atención necesaria de forma oportuna y eficaz, debido, en algunos países, a la complejidad del sistema de salud o la falta de recursos, por el estigma asociado a la búsqueda de ayuda y el escaso conocimiento sobre la salud mental. De este modo, la OMS sugiere que los gobiernos se comprometan a generar políticas públicas, servicios, asistencia social integral y estrategias que

promuevan y fomenten la salud mental así como el fortalecimiento de los sistemas de información, datos científicos e investigación en torno a este tema. Con mayor puntualidad menciona como acción relevante en la prevención del suicidio capacitar a personal de salud en evaluar y manejar a personas con trastornos mentales y trastornos derivados del abuso de sustancias, así como fomentar evaluaciones integrales de pacientes que presenten alguna planeación, ideación e intentos previos de suicidio, además del establecimiento de líneas telefónicas para brindar atención, dar seguimiento a quienes intentan atentar contra su vida y/o salen de los establecimientos de salud y, especialmente, se trabaje con su comportamiento suicida; asimismo, facilitar la prestación de servicios de intervención en crisis y servicios post-crisis.

En el comportamiento suicida influyen también factores contextuales y propios de la persona que aumentan la vulnerabilidad y riesgo de suicidio, entre ellos se encuentran: problemas financieros, problemas académicos o laborales, discriminación (personas encarceladas, homosexualidad, indígenas, refugiados o migrantes), acoso escolar, adversidad familiar, violencia intrafamiliar, divorcio, factores adversos presentes en la niñez, antecedentes familiares de suicidio, dolor y enfermedades crónicas, consumo de alcohol y otras sustancias, trastornos mentales (como depresión, trastorno bipolar, esquizofrenia, entre otros), bajos niveles de serotonina, desesperanza e intentos previos de suicidio que aumentan el riesgo de la persona a consumirlo. Ante esto, la OMS propone intervenciones dirigidas a grupos vulnerables, contar con el apoyo comunitario, promoviendo la salud mental a través de la formación de guardianes informados que ayuden a las personas vulnerables, lo cual implica la capacitación no sólo del personal de salud, sino también de educadores, policías y otros guardianes sociales; también propone mejorar la identificación y manejo de trastornos mentales, al igual que el uso de sustancias. Retomando el aspecto personal de la conducta suicida, la OMS menciona que no bastará con disminuir los factores de riesgo en los que la persona se encuentre, sino que hará falta, a nivel psicológico, fortalecer los factores protectores como el establecimiento de relaciones sociales sólidas, un sistema personal de creencias y estrategias positivas de afrontamiento.

Lo anterior permite esclarecer y concluir que, a nivel mundial, la prevención del suicidio es una necesidad que no se ha abordado de forma adecuada, debido básicamente a la falta de conocimiento,

consciencia y sensibilización social de la magnitud y multidimensionalidad de este fenómeno y, por ende, la falta de un establecimiento de este problema como aspecto prioritario a combatir, al grado que sólo 28 países cuentan con estrategias nacionales en la prevención del suicidio (OMS, 2014).

Atender esta problemática mundial exige un enfoque innovador en la dinámica sociocultural referente a la salud mental y el suicidio, la cual se base en evidencia científica, disminución de los tabús y estigmas, así como la generación de un enfoque integral e implicación multisectorial. La implicación multisectorial conlleva a una generación de estrategias integrales en las que se involucren y comprometan diferentes sectores sociales, como lo es el gobierno, el sector judicial, el sector educativo, el sector del empleo, los medios masivos de comunicación, el sector de ciencia e investigación, el sector salud y la relevante concientización y compromiso comunitario; este último cuya implicación es sumamente importante, pues resulta el entorno próximo y el apoyo social de mayor fuerza para las personas con mayor riesgo de suicidio.

Todo lo anterior que se ha visto implicado en el fenómeno del suicidio y las consideraciones que la OMS menciona, lleva a concluir que aún hay mucho trabajo por realizar para prevenir este fenómeno multicausal; sin embargo, trabajar por esta problemática no sólo generará mejoras en la salud mental, sino que se apostaría por favorecer la calidad de vida de la sociedad.

Referencias

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). *Prevención del suicidio: un imperativo global*. Washington, D. C.: OPS.