



Día Mundial para la Prevención del Suicidio

Desde 2003 la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP), en colaboración con la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha venido promoviendo el “Día Mundial para la Prevención del Suicidio”.

El lema de este año es: “ **Conectar. Comunicar. Cuidar.**”

- 1. Conectar:** La conexión social reduce el riesgo de suicidio. Conectar a las personas con apoyos formales e informales también puede ayudar a prevenir el suicidio. El fomento de las conexiones con aquellos que han perdido a un ser querido por suicidio es crucial para impulsar los esfuerzos de prevención del suicidio.
- 2. Comunicar:** La habilidad de comunicar e interactuar efectivamente con las personas con riesgo de suicidio o con experiencias previas relacionadas, es un componente importante en la estrategia de prevención del suicidio.
- 3. Cuidar:** Los gobiernos y los proveedores de los servicios de salud deben priorizar la prevención del suicidio. Las comunidades tienen un papel clave en el cuidado de las personas vulnerables y en aquellas con riesgo de suicidio, apoyando sus necesidades de manera efectiva.

Panorama General de la Situación del Suicidio:

El suicidio es un grave problema de salud pública; se estima que el número de vidas perdidas cada año debido al suicidio supera el número de muertes por homicidio y por las guerras. Cada suicidio es una tragedia que afecta a familias, comunidades y países.

Los suicidios son de gran prioridad para la salud pública, son prevenibles mediante intervenciones basadas eficaces basadas en la evidencia científica y de bajo costo. Para que las respuestas nacionales para la prevenir el suicidio sean eficaces, se necesita una estrategia multisectorial.

A nivel mundial, más de 800 000 personas mueren por suicidio cada año, y es la segunda causa principal de muerte en la población entre los 15-29 años de edad. De acuerdo a estimaciones, por cada suicidio consumado es probable que al menos 20 personas más hayan intentado suicidarse. Más hombres cometen suicidio que las mujeres, sin embargo; más mujeres intentan suicidarse.

Datos sobre el Suicidio en las Américas

- En la Región de las Américas ocurren alrededor de 65.000 defunciones por suicidio anualmente.
- El Caribe no-Hispano y América del Norte tienen las tasas de suicidio más elevadas.
- Las tasas de suicidios en hombres siguen siendo más altas que las de las mujeres, representando el 79% de todas las muertes por suicidio.
- La mayoría de los suicidios en la región se producen en personas de 25-44 (36,8%) y 45-59 años (25,6%).
- El número reportado de muertes por suicidio puede estar subestimado en muchos países.
- El principal método de suicidio en la región fue la asfixia, seguido por el uso de armas de fuego y el envenenamiento.
- La tendencia de las tasas de suicidio es a disminuir en los grupos de mayor edad, pero está aumentando en algunos de los grupos más jóvenes.
- El suicidio ocupa el tercer lugar entre las principales causas de muerte en personas entre 10-24 años de edad.

Principales Factores de Riesgo del Suicidio:

- Sistema de Salud y Sociedad:
 - Barreras para acceder a la atención de salud y recibir los cuidados necesarios.
 - Fácil acceso a los medios para cometer el suicidio (tales como pesticidas o armas de fuego).
 - Difusión inapropiada a través de los medios de comunicación y el uso de redes sociales.
 - La estigmatización asociada a la búsqueda de ayuda a causa de comportamientos suicidas, problemas de salud mental, consumo de sustancias psicoactivas u otros estresantes emocionales.
- Comunidad y relaciones:
 - Estrés por desplazamiento y aculturación.
 - Sentimiento de aislamiento y falta de apoyo social.
 - Desastres, guerras y conflictos.
 - Traumas psicológicos o abuso.
 - Conflictos en las relaciones, disputas o pérdidas

- Individual:
 - Episodios previos de conducta suicida, trastornos mentales, uso nocivo del alcohol, pérdida financiera, dolor crónico y antecedentes familiares de suicidio.

Mensajes Claves:

- Los suicidios son prevenibles. Para que las repuestas nacionales de prevención sean eficaces, se necesita una estrategia integral multisectorial.
- Es importante identificar los factores de riesgo y de protección relacionados con las conductas suicidas.
- La restricción del acceso a los medios utilizados para cometer suicidio está asociada a buenos resultados en las intervenciones de prevención.
- Los servicios de salud deben incorporar la prevención del suicidio como un componente central en las estrategias de salud.
- La identificación temprana de los problemas de salud mental, del consumo nocivo de alcohol y del uso de sustancias, son intervenciones fundamentales para conseguir que las personas reciban la atención que necesiten.
- Las comunidades desempeñan una función fundamental en la prevención del suicidio y pueden apoyar la lucha contra la estigmatización de la población en riesgo.

Recursos técnicos de cooperación de la OPS/OMS

Mortalidad del Suicidio en las Américas: <http://bit.ly/2a6G9OO>

Prevención del Suicidio – Imperativo Global: <http://bit.ly/1xeMtl7>

Plan de Acción sobre Salud Mental (OPS, 2015-2020): <http://bit.ly/29rY8yG>

Clinical management of acute pesticide intoxication: <http://bit.ly/2aQCnZy>

Guía de Intervención mhGap: <http://bit.ly/2a2luoO>

Atlas Salud Mental en las Américas: <http://bit.ly/29n0rID>

Practice manual for establishing and maintaining surveillance systems for suicide attempts and self-harm: <http://bit.ly/2agOyiq>

Pharmacological treatment of mental disorders in primary health care: <http://bit.ly/2b37UE3>