

El tabú que agrava el riesgo del suicidio en adolescentes



Gabbi Dix no se imaginaba que el suicidio estaba en el "radar" de su hija adolescente.

"La gente cree que es un crimen tener pensamientos suicidas o sentirse al borde del suicidio, y no lo es", dice Lauren Ball, una joven de 20 años que ha tratado de quitarse la vida varias veces.

Seis veces, para ser precisos. Su intento más reciente fue en 2014.

"Sé que ha sido muy difícil para mi familia", le dijo al programa de la BBC para jóvenes *Newsbeat*.

Gabbi Dix sabía que su hija única Izzy estaba pasando un mal momento en su adolescencia, pero **no se imaginó nunca que el suicidio estaba en "su radar"**.

"No creo que vaya a superarlo nunca", apunta la madre de la joven, que se suicidó en 2013, a los 14 años, en una ciudad costera del sur de Inglaterra.

CIFRAS GLOBALES

803.900

personas se suicidan cada año — lo que equivale a 1 muerte cada 40 segundos

- **15ta. causa de muerte** en el mundo, si se consideran todos los grupos etarios
- **Pero es la 2da. causa** de muerte entre adolescentes y jóvenes de 15 a 29 años

OMS, 2012

800.000 suicidios al año en el mundo

A medida que muchas sociedades comienzan a abrir el diálogo público en torno a los problemas mentales (y mientras muchas otras aún no lo hacen), expertos en salud pública alertan de la necesidad de confrontar una "epidemia" particular: **la del suicidio de los adolescentes.**

Un problema "que ha estado envuelto en tabú durante demasiado tiempo", según la Organización Mundial de la Salud (OMS).



Dix se suicidó a los 14 años. Su caso desató un debate sobre el suicidio en Reino Unido.

Algunas tendencias sociales recientes - desde el ciberacoso hasta el "contagio social" que se alimenta de la cobertura sensacionalista del suicidio que hacen los medios- han tenido un impacto sobre este problema del que no se habla y, según los expertos, quizá hayan expuesto a los adolescentes a un riesgo mayor.

"El suicidio es un tema muy complejo y **a menudo no hay una única razón por la que alguien decide quitarse la vida.** Además, el suicidio en los adolescentes es una cuestión aún menos entendida e investigada", le dice a BBC Mundo Ruth Sutherland, directora de la organización sin fines de lucro Samaritans, que trabaja en la prevención del suicidio en Reino Unido.

Lo que sí se sabe, sin embargo, es que alrededor de 800.000 personas se suicidan cada año, según las cifras globales de la OMS.

Y se estima que hay al menos 20 intentos fallidos por cada caso de muerte.

La gente mayor de 70 años es más proclive a suicidarse, pero en algunos países las cifras más altas se registran entre los jóvenes, hasta tal punto que se ha convertido en la segunda causa de muerte a nivel global entre personas de 15 a 29 años.

"En este grupo demográfico sólo los accidentes de tráfico lo superan. Pero además, si se fijan en las diferencias de género, **entre las niñas de 15 a 29 años el suicidio se ha vuelto no la segunda sino la primera causa de muerte**", apunta Alexandra Fleischmann, experta de la OMS, en diálogo con la BBC.

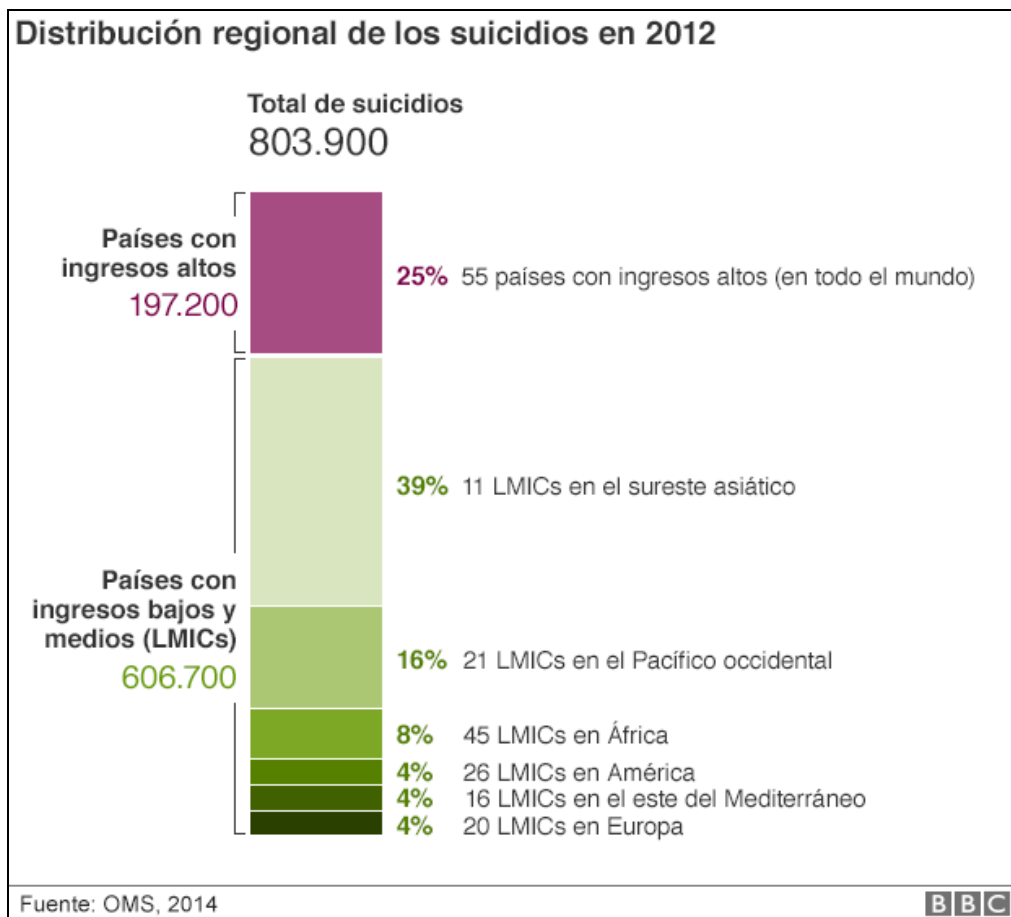
Lee también: "Me acuerdo del día que fui a la cocina por un cuchillo para cortarme las venas"

Global, pero no igual

La más reciente valoración de la OMS sobre causas de mortalidad mundial, que corresponde a 2012, confirma que el suicidio es un fenómeno global.

Aún así, las curvas de distribución varían significativamente entre los países con ingresos altos y sus homólogos de ingresos bajos y medios.

De hecho, el 75% de los suicidios en todo el mundo tiene lugar en el segundo grupo.

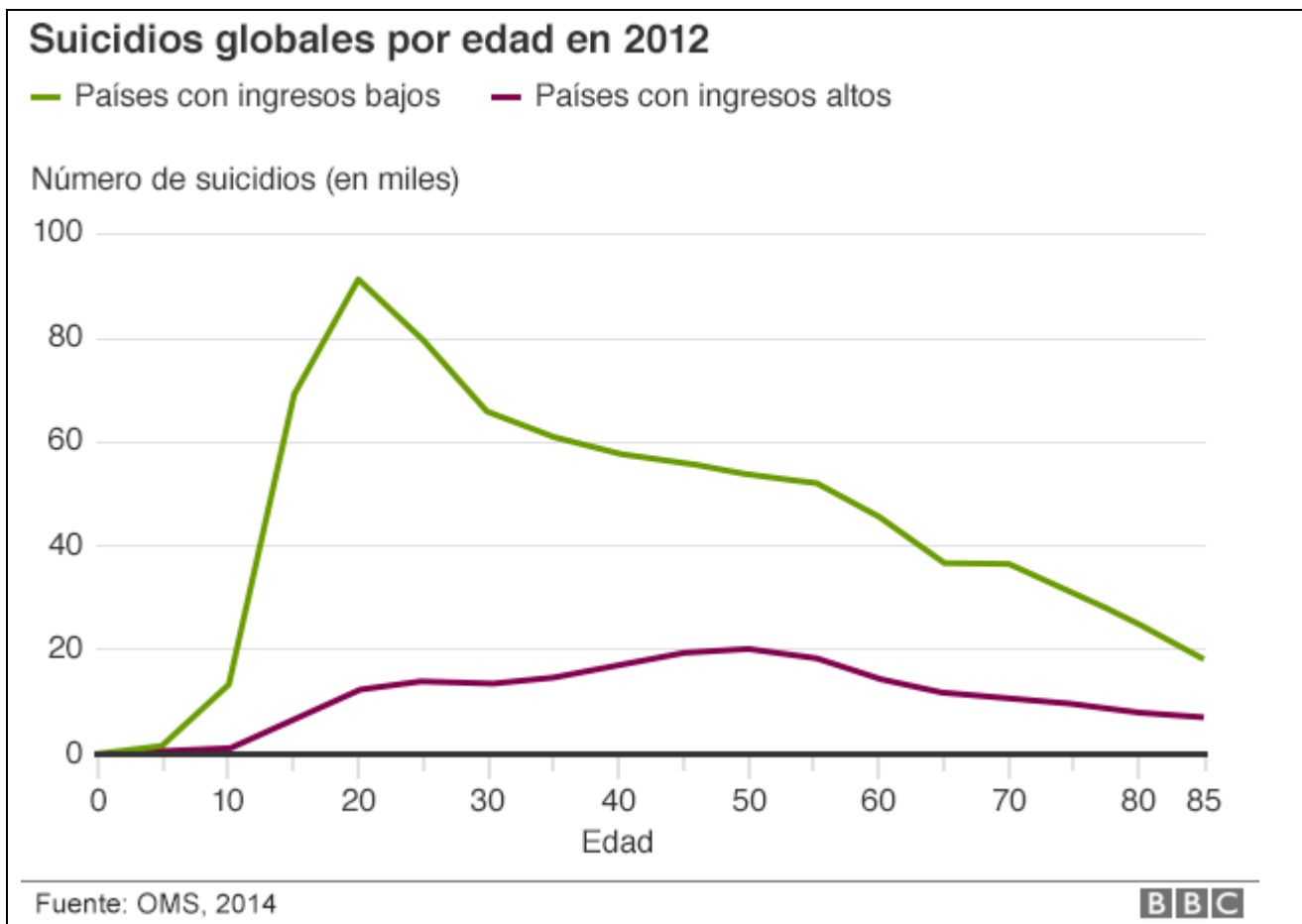


Y lo que es más importante, las diferencias de riqueza parecen tener un impacto particularmente fuerte sobre los adolescentes.

Un vistazo a las curvas de suicidio muestra que las muertes por propia decisión alcanzan el punto más alto en los jóvenes de entre 10 y 25 años de los países de ingresos bajos.

Pero ese despunte drástico no es visible, en cambio, en las sociedades más ricas.

Eso quiere decir, en otras palabras, que los adolescentes y jóvenes corren un mayor riesgo de suicidio en condiciones de mayor pobreza.



Diferencias de género

Ahora, en términos de género, la tendencia mundial indica que se suicidan más hombres que mujeres. Específicamente en el grupo de adolescentes, "**las chicas lo intentan más que los chicos**, pero los chicos completan el suicidio más", explicó Fleischmann.

"La noción de masculinidad y 'la manera en que la sociedad espera que se comporten los hombres' son los principales motores detrás de esta diferencia, según indican nuestros estudios", acota Sutherland.

Pero esta brecha de género se achica en los países más pobres, donde las mujeres son más vulnerables y, por tanto, llevan a término los suicidios en mayor medida que sus pares con mayores recursos.

Así lo confirman las estadísticas: mientras que en los países más ricos se suicidan tres veces más hombres que mujeres, en las naciones de ingresos bajos y medios esa proporción es de 1,5 hombres por cada mujer.

ADOLESCENTES

Principales causas de muerte

1,3 millones

de adolescentes mueren en el mundo cada año, la mayoría por causas tratables o prevenibles

- **1. Accidentes viales** representan la principal causa de muerte - 11,6% del total de muertes
- **2. Suicidios** están en segundo lugar - 7,3% del total
- **3. VIH/Sida** y enfermedades respiratorias
- **4. Violencia** interpersonal

OMS y Centro para el Control de las Enfermedades (CDC)

[Lee también: ¿Por qué el 1º de septiembre es el día más mortal para los jóvenes japoneses?](#)

A la cabeza de la lista

Hay más cifras que disparan las alarmas de los expertos de salud pública: **en algunas partes del mundo, como en el sureste asiático, el suicidio es ahora la principal causa de muerte entre jóvenes de 15 a 19 años.**

Y una de cada seis muertes de adolescentes mujeres en esta región se debe al suicidio.

En África las cifras también son críticas: allí, la tasa de mortalidad por esta causa es de 9 por cada 100.000 habitantes, más alta que en cualquier otra región con excepción del sureste asiático (cuyo índice es de 25 por cada 100.000).

"La hipótesis que tenemos es que allí se da un acceso muy fácil a métodos muy letales para quitarse la vida, a la vez que la ayuda médica es menos accesible. Esa es la situación que se da con frecuencia en las zonas rurales, donde se elige el pesticida para quitarse la vida, un método muy mortífero e 'irreversible' y donde no hay manera de recibir pronta asistencia", explica Fleischmann.

MAYORES TASAS DE SUICIDIO

Casos por cada 100.000 personas

1. India

es el país con mayor índice: 35,5 (y el único donde las mujeres jóvenes se suicidan en mayor medida que los hombres)

- **2. Zimbabue 30.9**
- **3. Kazajistán 30.8**
- **4. Guyana 29.7**
- **5. Surinam 28.2**

OMS, 2012

Señales de alerta

Los expertos destacan que el suicidio no ocurre súbitamente "de la nada" y varios estudios académicos muestran que **alrededor del 90% de los adolescentes que se quitan la vida tiene algún tipo de problema mental.**

El desencadenante subyacente puede ir desde la depresión, que es la principal causa de enfermedad para ese segmento de edades, hasta la ansiedad, la violencia o el abuso de drogas.

Pero también puede ser algo tan sutil como un cambio en el entorno o las dificultades en el colegio, los problemas con los amigos o un conflicto sobre identidad sexual.

Por eso los expertos sugieren estar atentos a las señales de alerta tempranas, como el aislamiento, los cambios de humor o los comentarios recurrentes sobre la propia muerte.

Es por eso, precisamente, que la organización Samaritans lanza una campaña de prevención durante la primera semana del año universitario, cuando llegan al campus los nuevos estudiantes.

"La vida en la universidad se proyecta a menudo como una época salvaje, como un viaje divertido de conocimiento de uno mismo. Y aunque sí puede ser así para muchos, la realidad es que mudarse lejos de casa puede ser muy difícil para muchos jóvenes", dice la directora de la asociación, Ruth Sutherland.

Sin embargo, destacan los expertos, es importante entender que no todos los adolescentes que sufren de algún problema mental están en riesgo de quitarse la vida.

Una pesadilla social

El acoso y, más recientemente el ciberacoso, también son factores a los que los programas de prevención del suicidio prestan mucha atención.

Según el Centro Estadounidenses para la Prevención y el Control de las Lesiones (US Center for Injury Prevention and Control, en inglés), el acoso y el comportamiento relacionado con el suicidio están estrechamente vinculados, pero de una manera muy compleja.

"Limitar la discusión del tema a que el acoso es la causa única y directa del suicidio no ayuda y es potencialmente dañina, porque podría perpetuar la noción falsa de que el suicidio es una respuesta natural a ser acosado, lo cual tiene el peligroso potencial de promover un comportamiento de imitación", señalan en un informe.



El acoso, en la vida real o en internet, puede estar relacionado con el suicidio, pero los expertos recomiendan no establecer una relación simplista entre ambos.

Otras evidencias sugieren que la cobertura mediática sensacionalista de casos de muerte trágica también puede animar a la gente más vulnerable a copiar el comportamiento suicida, lo que los expertos denominan "contagio social".

Una de las maneras en que la cobertura del suicidio en los medios puede tener un impacto positivo es animando a la gente a pedir ayuda, comenta Sutherland.

Pero los asesores de salud pública creen la primera tarea debería ser el desarrollo de amplias estrategias de prevención a largo plazo promovidas desde los mismos gobiernos.

Hasta ahora, sólo 28 gobiernos disponen de planes nacionales de salud de este tipo, según el registro de la OMS.

"Finlandia, por ejemplo, fue uno de los primeros países del mundo que desarrolló una estrategia de prevención del suicidio, y sus casos bajaron un 30% en una década", dice la doctora Fleischmann.

Lee también: ¿Por qué se suicidan tantos hombres a los 40?

El suicidio en América Latina

EN AMÉRICA LATINA

Países con mayores índices de suicidio joven

1. Bolivia

registra 20,6 casos por cada 100.000 personas de población

- **2. El Salvador 17,6**
- **3. Chile 16,5**
- **4. Ecuador 15,7**
- **5. Argentina 13,8**

OMS, 2012

Los cinco países con el índice de suicidio más alto de la región son **Bolivia, El Salvador, Chile, Ecuador y Argentina.**

El informe omite los datos de Uruguay que tiene un elevado número de casos

Los que menos son Perú, Panamá, República Dominicana, Venezuela y Haití.

En el caso de **Bolivia**, además de tener la tasa más alta de América Latina **es el único país de la región que entra en el grupo de los 15 con más suicidios del mundo.**

Otra cifra preocupante es que Bolivia es el tercer país del mundo con el índice de suicidio más alto entre los niños de 5 a 14 años, solo precedido por Burundi y Mozambique.

Por otra parte, mientras que en la mayoría de los países de la región las tasas de suicidio se han reducido en general durante la última década, en algunas naciones el número creció entre 2000 y 2012, como en Guatemala (21%), México (17%), Chile (14%) y Brasil (10%).

Teniendo en cuenta el género, en Chile la tasa de suicidio entre las mujeres, en todos los grupos de edad, creció en un asombroso 98% entre los años 2000 y 2012

Contenido relacionado

"Me acuerdo del día que fui a la cocina por un cuchillo para cortarme las venas": el drama de las enfermedades mentales en América Latina

[15 septiembre 2015](#)

¿Por qué el 1º de septiembre es el día más mortal para los jóvenes japoneses?

[1 septiembre 2015](#)

¿Por qué se suicidan tantos granjeros en India?

[27 mayo 2015](#)

Mi reencuentro con el desconocido que me salvó la vida

[11 mayo 2015](#)

¿Por qué se suicidan tantos hombres a los 40?

Por : Valeria Perasso BBC Mundo 23 septiembre 2015

http://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/09/150923_salud_suicidio_adolescentes_ig