

PRINCIPALMENTE EN ADOLESCENTES

# Cambio social podría disminuir la tasa de suicidios



Un padre o alguien cercano, puede prevenir un suicidio manteniéndose cercano a la persona, entregándole la atención necesaria dentro de los rangos normales, sin ser invasivos y respetando el espacio del otro”.

Verónica Muñoz,  
psicóloga UDD



Claramente es tarea de todos, pero lo lamentable es que en Chile el tema de la muerte no se trata, no se habla de ello. Quizás ese paso debería darse, sobre todo, al interior de las familias”.

Pablo Cárdenas,  
sociólogo y académico USS

## BULLYING

Uno de los factores que más han aumentado las tasas de suicidio, principalmente en niños y adolescentes, es el fenómeno del bullying, que se da en todas partes del mundo y afectan en gran medida el estado de ánimo de quienes lo sufren.

También definido como acoso escolar, es cualquier forma de maltrato producido entre escolar de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado, ya sea verbal, psicológico o físico.

Según estadísticas, el tipo de violencia dominante es la emocional y se da, en su gran mayoría, al interior de las aulas y en los patios de los centros escolares.

“El foco debería estar en potenciar esta generación, lo que es tarea del Estado, pero sobre todo de las redes de los adolescentes, para lograr un cambio real”

12

personas cada cien mil habitantes se suicidarían en el 2020, según cifras del Minsal.

54.9

por ciento han aumentado las tasas de suicidio en los últimos 15 años.

**POR NATALIA QUIERO SANZ**  
natalia.quiero@diarioelsur.cl

Chile es el segundo país con más aumento en las tasas de suicidio en los últimos años. Sólo es superado por Corea del Sur.

Y es que hace alrededor de un año, un estudio de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, determinó que desde 1995 hasta el año pasado, el aumento fue de 54,9%. Esta cifra significa que 13 personas cada 100 mil habitantes, atentan contra su vida.

Para ser más específicos, según cifras que provienen del Ministerio de Salud y las proyecciones de población de Naciones Unidas y el Instituto

Nacional de Estadísticas, en el caso de los adolescentes, se estima que para 2020 cada día un joven se quitará la vida en Chile.

Según el Minsal, si en el 2000 se suicidaban cuatro de cada 100 mil personas entre 10 y 19 años, la cifra en el 2010 se duplicó, mientras que para el 2020 se triplicaría.

Sin ir más lejos, el Departamento de Salud Pública de la Universidad Católica realizó un estudio llamado "Epidemiología del Suicidio en la Adolescencia y Juventud". Según antecedentes que se tenían desde 1983 hasta 2003, los varones entre los 20 y 24 años, son quienes más se suicidan.

Si bien las cifras son alarmantes y hay que poner cuidado, también es de importancia entender qué está sucediendo en nuestra sociedad frente a estas situaciones y ante qué señales los padres, amigos y entorno en general de una persona debería estar alerta.

#### **ETAPA VIVENCIAL**

Verónica Muñoz Ruiz, psicóloga de la UDD, explica que la edad en la que se presenten las ideas suicidas, va a depender de la etapa vivencial por la que esté pasando la persona, y de los eventos críticos que pueden desarrollarse, pero es probable que las ideas suicidas ocurran con mayor frecuencia en la adolescencia. "Esto es debido a que se atraviesa por la búsqueda de identidad, lo que se traduce en querer tener la certeza y seguridad de conocerse a sí mismo, además de saber quién eres en todas las áreas de la vida.

En ese sentido, la profesional recalca que no hay que olvidar que este tipo de ideas, también pueden ser parte de la presencia de trastornos mentales y con-

la ideación suicida y el instinto propiamente tal. "Muchas veces las personas tienen tentativas de suicidio que no llegarán nunca al fallecimiento, sino que solamente es un medio para decir 'aquí estoy, necesito ayuda'", afirma. También agrega que "otras veces los sujetos piensan en la forma en que atentarían contra su vida pero no desarrollan conducta alguna; y finalmente hay quienes llegan al suicidio".

En cuanto a las señales, éstas se reflejan en conductas auto-destructivas y estados de ánimos similares a los que se presentan en la depresión, es decir, aislamiento, cambios en los hábitos de alimentación y sueño, exposición a situaciones de riesgo, pérdida de interés por dinámicas que antes parecían atractivas, entre otros. Por lo anterior, Verónica dice que hay que tener en cuenta que no siempre las personas dan a conocer verbalmente sus ideas suicidas, por lo que se recomienda estar atentos a las conductas que éstas expresen.

#### ESTAR ALERTA

Las causas más comunes por las que se desencadenaría en un suicidio,

según lo que expresa la psicóloga son los acontecimientos inesperados, disconformidad consigo mismo o con el medio en el que se mueve, antecedentes familiares de suicidio o problemas de autoestima.

Dicho lo anterior, ella llama a estar alerta ante las verbalizaciones relacionadas con soledad, pena, miedo y desconecto; así como el consumo de medicamentos, conductas auto-flagelantes, sometimiento a situaciones de riesgo, grupo de pares, intereses sociales y religiosos, aislamiento y cambios de hábitos, por ejemplo.

"Un padre o alguien cercano, puede prevenir un suicidio manteniéndose cercano a la persona, entregándole la atención necesaria dentro de los rangos normales, sin ser invasivos y respetando el espacio del otro", asegura. Además también es necesario tener conocimiento de las actividades que realiza y sus motivaciones, y por sobre todo desarrollando una comunicación fluida y transparente.

Como dato, menciona que se ha visto que las mujeres, a diferencia de los hombres, tienen más conductas auto-flagelantes e ideación suicida con poca concretización del hecho. "En otras palabras, los hombres cometen el acto en su totalidad, y las mujeres realizan comportamientos destructivos a sí mismas sin llegar al fallecimiento", asevera.

#### INTEGRACIÓN

Además de aquellos aspectos psicológicos que pudieran incidir en el dañarse a sí mismo, las ideas suicidas y el acto en sí, existen factores presentes como sociedad que pudieran desencadenar en que alguien se quite la vida.

Desde ese punto de vista, Pablo Cárdenas, sociólogo y académico de la USS, sostiene que desde la Sociología,

uno de los elementos principales está asociado a la integración. Es decir, al no sentirse parte de un colectivo social, lo que en otras palabras significa la pérdida de los vínculos sociales básicos o del status. Estos podrían ser factores que potencian en una persona la idea del suicidio.

Por otro lado, el profesional también menciona el exceso de regulación o de normas desde la misma sociedad, lo que puede conllevar a un "estrés social" por la carga de reglas que se deben cumplir. También existen factores socioeconómicos, de edad, de género, de relaciones amorosas, entre otros.

#### CAMBIOS SOCIALES

"Evidentemente la falta de vínculos sociales más 'tradicionales' han llevado a desvincularse de lo colectivo y tener una vida más bien autónoma o egoísta", afirma.

Desde ese punto de vista, es que los cambios sociales, del tipo económico y tecnológico nos han alejado del encuentro del otro.

Pablo recalca que en términos de adolescentes, es claro el exceso de control social por parte de otros pares, a través del bullying por ejemplo, lo que ha desencadenado un desencanto del otro, porque "ese otro me castiga por ser quién soy", aclara.

#### ¿CÓMO REVERTIRLO?

Desde el punto de vista social, los elementos que podrían revertir las cifras de suicidio serían la comunicación y la generación de confianza para manifestar los problemas que nos afectan. La comunicación debería darse en las familias, seguido por los grupos de amigos y en

tercer lugar por personas que los conozcan, por ejemplo, profesores.

"Claramente es tarea de todos, pero lo lamentable es que en Chile el tema de la muerte no se trata, no se habla de ello. Quizás ese paso debería darse, sobre todo, al interior de las familias", plantea el sociólogo.

Él cree que un cambio social podría hacer que las cifras disminuyan, pero hay que tener en consideración que el sistema social no cambia sólo con las nuevas generaciones. "Quizá el foco debería estar en potenciar esta generación, lo que es tarea del Estado, pero sobre todo de las redes de los adolescentes, para lograr un cambio real", concluye.



