

Circular 2309-Bis-2022

Transcribimos a ustedes un artículo muy interesante escrito por la Doctora Carla Roel.

10 de septiembre, Día mundial de prevención del suicidio

El suicidio se define como el acto deliberado para causar la propia muerte. Es un problema de salud pública en el mundo, ya que a nivel global es la décima causa de muerte.

Si la muerte por suicidio es un tema tabú, el suicidio infantil es el secreto mejor guardado con consecuencias funestas. Niños desde los siete años mueren por suicidio. En la población de entre 10 y 14 años es la cuarta causa de muerte y entre los 15 y 24 años se ha convertido en la segunda causa de muerte. La CDC reporta que entre el 12 y el 25% de los niños y adolescentes han tenido pensamientos suicidas en algún momento.

Por cada suicidio exitoso hay entre 25 y 100 intentos de suicidio. Por cada mujer que muere por suicidio, cuatro hombres mueren por la misma causa. El método elegido para provocar la propia muerte está directamente relacionado con el éxito de la acción: los varones eligen métodos más eficaces – como el uso de armas de fuego y sofocamientos o ahorcamientos –, mientras que las mujeres utilizan el envenenamiento como el método más común.

Algunos estudios han comprobado que el uso de antidepresivos o ansiolíticos incrementan la ideación suicida en adolescentes y adultos jóvenes. Es importante que los médicos mencionen esta posibilidad para que el enfermo y la familia estén conscientes de esto y puedan evitar que

la persona atente contra su propia vida.

El suicidio no tiene una sola causa. Por lo general, en niños y adolescentes, es un modo de salir de una situación que se percibe como desesperada. En todos los casos, es el remedio definitivo a un problema temporal. A pesar de que muchas personas planean cómo quitarse la vida, otras tantas, toman la decisión de hacerlo movidos por un impulso que los lleva la muerte.

Algunos factores que pueden incrementar la ideación suicida en niños y adolescentes son:

- Desórdenes psicológicos
- Ansiedad, irritabilidad, desesperanza
- Impulsividad
- Intentos de suicidio previos
- Historia familiar de depresión y suicidio
- Abuso físico, sexual o emocional
- Falta de una red de apoyo
- Experimentar deseos bisexuales u homosexuales
- Negligencia emocional
- Abuso de drogas y alcohol
- Acoso escolar
- Acceso a armas de fuego

A pesar de que en muchas ocasiones, el niño o el adolescente hable de quitarse la vida sin realmente desearlo y planearlo, siempre hay que prestar atención a lo que manifiesta el niño o el adolescente y tratar de averiguar hasta dónde se trata de palabrería y cuando estamos en presencia de un riesgo real para buscar ayuda a la brevedad. Este no es un tema en el que podemos, como sociedad ser negligentes. Son señales de alarma:

- Dormir mucho o muy poco
- Pérdida de apetito y/o de peso
- Aislamiento
- Pérdida de interés en las actividades preferidas
- Agresividad física o psicológica
- Abuso de alcohol o drogas
- Falta de preocupación por la apariencia y la higiene
- Correr riesgos innecesarios
- Interés por la muerte y por el suicidio
- Desprenderse de bienes que le son queridos

- Dificultad para concentrarse
- Mensajes de despedida
- Pensamientos negativos respecto a uno mismo

El suicidio se puede prevenir. La disposición a escuchar y acompañar al niño o al adolescente que sufre es suficiente para prevenir una tragedia.

“Unámonos más que nunca en un Gran Acuerdo Por México”