

¿Cómo reducir la cifra de suicidios en Colombia y el mundo?

- En el marco del Día Mundial de Prevención del Suicidio, que se realiza el próximo 10 de septiembre, el Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic, invita a todas las instancias pertinentes a la creación de políticas gubernamentales que elaboren estrategias para la prevención de este flagelo en el país.
- Reducir los estigmas y dejar de catalogar los suicidios como consecuencias de problemas de salud mental es uno de los llamados que hacen los expertos de Colpsic para lidiar con esta problemática.
- Según el DANE, en los últimos 10 años se ha registrado un aumento del 44% en el número de suicidios en el país.
- El suicidio es la tercera causa de muerte en el mundo entre jóvenes entre los 15 y los 19 años lo que mantiene encendidas aún más las alertas sobre esta problemática.

Bogotá. Septiembre de 2022. El suicidio constituye uno de los problemas de salud pública más importantes en Colombia y el mundo y la creciente cifra de muertes por este flagelo ha prendido las alarmas de los expertos del mundo que buscan evitar que estos números sigan aumentando.

De acuerdo con el Departamento Administrativo Nacional de Estadística - DANE, en 2021 se registraron 2.962 suicidios en Colombia, la mayor cifra que se ha registrado en la historia del país lo que ha despertado la preocupación de los expertos en la materia.

Según el DANE, en los últimos 10 años se ha registrado un aumento del 44% en el número de suicidios en el país y solo entre 2020 y 2021 se reportó un aumento del 7,8% y un 1,2% más que en 2019.

Además, según el DANE el 81,3% de las víctimas son hombres mientras que el 18,7% son mujeres, algo que ha venido variando año tras año, pero, en proporción por cada mujer que toma la decisión de quitarse la vida, cuatro hombres lo hacen.



En cuanto a las edades, el DANE registró que los jóvenes son los que más cometen suicidios con un aumento del 37% en edades entre los 15 y los 29 años de edad. Aunque, en total, todos los grupos de edades registraron aumentos en el número de personas que deciden quitarse la vida.

En el mundo, el panorama tampoco es el más alentador. De acuerdo con los datos de la Organización Mundial de la Salud - OMS, anualmente, aproximadamente 800 mil personas se quitan la vida en el planeta siendo los jóvenes entre los 15 y los 19 años los que más cometen suicidio en el mundo.

De hecho, el suicidio es la tercera causa de muerte en el mundo entre jóvenes entre los 15 y los 19 años lo que mantiene encendidas aún más las alertas sobre esta problemática.

Con esta perspectiva en mente, el Colegio Colombiano de Psicólogos – Colpsic, asegura que es momento para que el gobierno, las instituciones públicas y privadas tomen las riendas del tema, teniendo en cuenta que, de acuerdo con un principio rector a nivel mundial, adoptado por la OMS, la IAPS (*International Association for Suicide Prevention*) y plenamente acogido por Colpsic, es que el suicidio se puede prevenir si se toman las medidas pertinentes ahora para proteger la salud mental de las personas.

A propósito del Día Mundial de Prevención del Suicidio que se realiza el próximo 10 de septiembre, Colpsic reconoce que el mundo y Colombia están ante un fenómeno complejo que tiene múltiples factores a considerar y que no debe pensarse solo desde lo psicológico.

“Estamos, pues, ante un fenómeno complejo, multidimensional, multifactorial, fundamental, pero no exclusivamente psicológico, caracterizado por la presencia de sufrimiento y por un dolor psicológico intolerable en el que una persona, en una determinada circunstancia (para ella insoportable, insoluble, interminable, ineludible, sin futuro o esperanza) decide acabar con su vida. Una amplia mezcla de factores biológicos, psicológicos y socioculturales que están en continua interacción dinámica parecen explicar por qué una persona decide intentar quitarse la vida. Por lo tanto, las interpretaciones causales lineales o de causa única no encajan y deben hacerse a un lado”, explica Paulo Daniel Acero Rodríguez, psicólogo colaborador del Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic.



Igualmente, el experto asegura que, si bien no se debe vincular las causas para realizar una conducta suicida con problemas mentales, es clave evitar un lenguaje alarmista o aumentar el estigma, sino que se debe ir a la raíz misma de la situación y mirar más allá de la etiqueta de paciente para entender que se trata de una persona que está lidiando con un sufrimiento emocional.

Sin embargo, esta es una labor que se debe llevar a cabo de manera multidisciplinar, esto significa que el gobierno y las instituciones oficiales deben crear nuevas formas de acceder a servicios de salud mental para identificar conductas y generar estrategias de prevención.

“El estigma social y la falta de conciencia siguen siendo los principales obstáculos para la búsqueda de ayuda para el suicidio, lo que pone de relieve la necesidad de campañas de alfabetización en salud mental y contra el estigma”, explica Acero.

Y añade que: “Consideramos que no se trata solamente de reconocer y tratar eventuales síntomas o “fallas” en el psiquismo, sino de dotar a las personas de recursos que les permitan mejorar su acceso a los servicios de salud en situaciones de crisis, reduciendo los factores de riesgo y fortaleciendo los factores protectores”.

Finalmente, el experto asegura que todos los actores de la sociedad están en la capacidad de crear medidas para prevenir el suicidio.

“Todos nosotros, organizaciones profesionales, familiares, amigos, compañeros de trabajo, miembros de la comunidad, educadores, líderes religiosos, profesionales de la salud, funcionarios políticos y gobiernos, podemos tomar medidas para prevenir el suicidio en la Región”, concluye.

**Colegio Colombiano de Psicólogos
Colpsic**



Carrera 19 # 84 - 49 Antiguo Country
Bogotá D.C., Colombia



www.colpsic.org.co
colpsic@colpsic.co



300 797 6929
313 421 6019