

Hoja informativa: Comprendamos el suicidio

El suicidio es un problema grave de salud pública que ocasiona dolor, pérdida y sufrimiento incalculables a las personas, familias y comunidades de todo el país. Las causas del suicidio son complejas y están determinadas por numerosas combinaciones de factores, tales como enfermedades mentales, abuso de sustancias, pérdidas dolorosas, exposición a la violencia y aislamiento social.

Casi 48,000 personas en los Estados Unidos mueren cada año a causa de suicidios, o una (1) cada 13 minutos. Esta cifra supera la tasa de muerte a causa de homicidios y SIDA combinados. Más personas mueren por suicidio que por accidentes automovilísticos.

La tasa de suicidios ha aumentado a lo largo de la última década. Gran parte de este aumento se ha dado en personas de mediana edad, que es la franja etaria más afectada por los suicidios en los Estados Unidos. Entre 1999 y 2018, se produjo un aumento (10.5 % a 14.2 %) en la tasa de suicidios ajustada por edad de Estados Unidos, en todas las edades. La mitad de estas muertes son producidas por armas de fuego. En 2018, año más reciente del que se dispone información, las tasas más altas de suicidios (suicidios cada 100,000) se produjeron en hombres de 75 años o más y en mujeres de entre 45 y 54 años. El suicidio fue la segunda causa principal de muerte entre personas jóvenes de 10 a 34 años y en personas de 34 a 54 años.

Los pensamientos suicidas también son una cuestión importante. Tener pensamientos suicidas aumenta el riesgo de verdaderamente intentar quitarse la vida. Por cada muerte por suicidio se producen más de 25 intentos de suicidio. Además, 12 millones de adultos de 18 años o más tienen pensamientos suicidas. Entre los estudiantes de escuela secundaria, más del 17 % (aproximadamente 2.5 millones de estudiantes de noveno a duodécimo grado) han considerado seriamente suicidarse, más del 13 % han elaborado un plan para suicidarse y más del 8 % han intentado suicidarse.

El abuso de alcohol y de drogas es el segundo factor de riesgo de suicidio más frecuente, después de la depresión y otros trastornos del estado de ánimo. Los suicidios se producen en todas las edades, orígenes, grupos raciales y étnicos, en todas partes del país. Sin embargo, en algunas poblaciones hay mayor riesgo de conductas suicidas. Por ejemplo, el estrago emocional que genera el suicidio de una persona puede ocasionar mayor riesgo de suicidio entre sus familiares, amigos y otros seres queridos.

Por suerte, hay evidencia contundente de que el tratamiento de la salud mental puede ser eficaz para reducir el riesgo de suicidio. Sin embargo, para que el tratamiento sea eficaz, es necesario reconocer las señales de advertencia del suicidio.

Si usted o alguien que conoce está pensando en suicidarse, llame a la línea nacional de prevención del suicidio al 1-800-273-TALK (8255). Si está atravesando una crisis médica, llame al 911.

Fuente: Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental

Para obtener más información, ingrese a www.1in5.info.