

Suicidio en jóvenes: realidad tabú que va en aumento

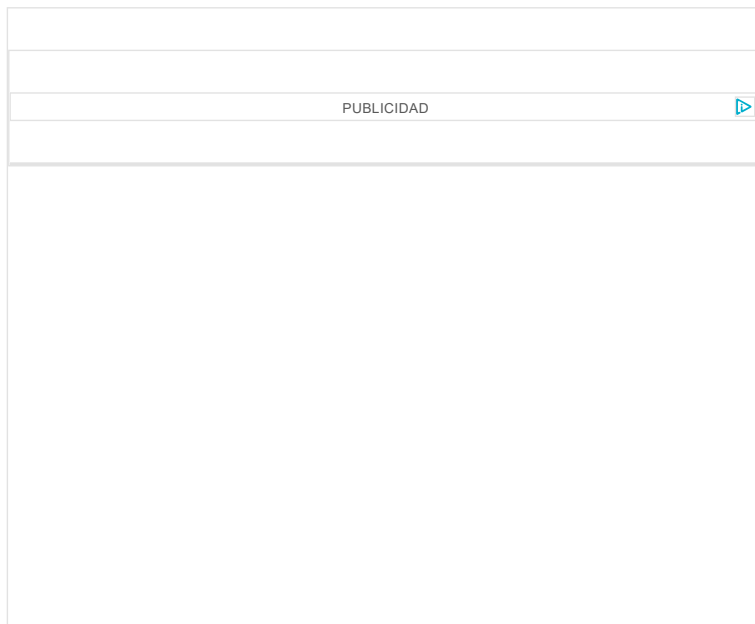
Es la tercera causa de muerte en adolescentes



El suicidio en menores es un problema de salud pública que aumenta, pero del que nadie quiere hablar.
(Foto con fines ilustrativos)

El suicidio, pese a ser un tema tabú que muchos evitan abordar, es un problema de salud pública que en la actualidad ocupa uno de los principales lugares en atención, no solo por los casos consumados, sino también por los intentos.

Se trata incluso de la tercera causa de muerte entre adolescentes y jóvenes, poblaciones que muchos adultos discriminan y hasta invalidan la magnitud de los problemas a los que se enfrentan.



De acuerdo con el Estado del Suicidio en Costa Rica 2014-2018, en 2018 se registraron 390 muertes por suicidio. Es decir, se registró más de un suicidio por día, cifra que los especialistas aseguran va en aumento como consecuencia de la pandemia por Covid-19.

En dicho estudio se identifica que uno de los grupos etarios de mayor riesgo suicida es el que se ubica entre 15 y 29 años, pero la población infantil también está expuesta a este fenómeno.

Esto se demuestra con las llamadas recibidas por el Sistema de Emergencias 9-1-1, el cual indica que en el último año atendió 4.520 llamadas por comportamiento suicida, 10.236 por urgencias mentales, 1.638 por

ideas suicidas y más de 9.000 solicitando apoyo psicológico en general.

SUICIDIO

El suicidio es toda acción que realiza un individuo con la finalidad de quitarse la vida, pero que en muchas ocasiones lo que buscan es eliminar el dolor psicológico y/o emocional, que se ha vuelto insoportable.

“En otras palabras, el acto suicida no es un evento aislado, es el resultado de la interacción de varios factores individuales, familiares y sociales que influyen de una u otra manera en la ideación suicida”, explicó Irisol Carballo, psicóloga de Casa Jaguar, centro para personas menores de edad del Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA).

La especialista asegura que los menores que presentan algún tipo de consumo de sustancias psicoactivas están más propensos a ideas suicidas porque les genera una alteración y/o un bloqueo a nivel emocional que no les permite expresar sus sentimientos de manera adecuada.

Esto a su vez les dificulta pedir ayuda en momentos de crisis y sus conductas impulsivas los hacen creer en muchas ocasiones que hacerse daño es la única alternativa.

DATOS PREOCUPANTES

La Comisión Técnica Interinstitucional sobre Estadísticas de Convivencia y Seguridad Ciudadana (Comesco), que elaboró el Estado del Suicidio 2014-2018, reveló datos que preocupan y alertan sobre la importancia de tratar este tema de manera abierta.

Uno de ellos es la tasa de incidencia en los casos notificados de intentos de suicidio, la cual pasó de 25,2 por cada 100 mil habitantes en 2014 a 41,5 por cada 100 mil habitantes en 2018.

Según el documento elaborado por Comesco, son múltiples los motivos por los cuales los jóvenes se suicidan.

Por ejemplo, están más expuestos y tienen menos herramientas para hacerle frente al bullying, cuentan con pocas competencias para enfrentar la frustración y escaso apoyo familiar, entre otros.

Incluso, los menores que trataron de quitarse la vida en 2018 indicaron que el 10% de ellos buscó ayuda por estrés excesivo y el 6% lo hizo por depresión o ansiedad.

MÉTODOS

El estudio indica también que el método más utilizado es el ahorcamiento, pero conforme aumenta la edad tiende a reducir su frecuencia.

Con ello se incrementa el uso de otros métodos como el empleo de arma de fuego, intoxicación y precipitación, entre otros.

En esa línea señala que en el 84% de los casos analizados se utilizó el ahorcamiento, en el 5% la cortadura, en el 5% el envenenamiento y en el 5% las quemaduras.

RECOMENDACIONES

Mantenerse alerta a cambios de conductas y/o aumento de consumo de sustancias.

Fomentar la inclusión en el sistema educativo u otras alternativas de estudio.

Fortalecer la comunicación constante y abierta en casa.

Fomentar actividades deportivas y/o de interés.

Incorporarlos a actividades cotidianas de la casa.

Buscar ayuda profesional en caso de observar lesiones en su cuerpo.

Mantener los medicamentos fuera del alcance de los menores de edad.

Llamar al 9-1-1 si se encuentra en un momento de crisis.