



Secciones

**LA NACIÓN** 77 AÑOS



INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Salud

## Suicidios de mujeres aumentaron en un año

Causas de este incremento registrado en el periodo 2019-2020 deben estudiarse y prevenirse, advierten expertos. Cantidad total de quienes deciden acabar con su vida no baja de 360, incluso más, por año

Regalar

Escuchar

Por Ángela Ávalos Rodríguez

24 de julio 2022, 5:15 p.m.





Un análisis de la Universidad de Australia en 204 países dice que aumentó la depresión mayor y los trastornos de ansiedad, con mucho mayor prevalencia en mujeres, entre 2019 y 2020.

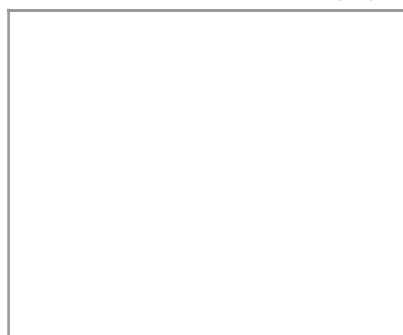
La cantidad de suicidios en mujeres subió un 50% entre el 2019 y 2020, al pasar de 54 a 81 muertes por esa causa, según datos del Organismo de Investigación Judicial (OIJ) que repasan el comportamiento suicida en los habitantes de Costa Rica, según sexo, en el periodo que va del 2015 al 2020.

En esos seis años fallecieron 2.159 personas por esa causa; de ellas, un 17,5% fueron mujeres (378 muertes) y 82,5% hombres (1.781 decesos). El porcentaje de féminas pasó de representar un 16% de todos los suicidios en el 2015, a ser un 21,4% en el 2020.

Publicidad

**LEA MÁS: [385 costarricenses se quitan la vida cada año, según OMS](#)**

PUBLICIDAD



Para conocer las causas de ese incremento entre las mujeres se requieren estudios más profundos. De momento, esos estudios no existen, advierten especialistas en psicología, psiquiatría y medicina forense consultados por *La Nación*, que han analizado el comportamiento suicida.

No obstante, alertan sobre la necesidad de poner atención a estas cifras y al hecho de que el promedio anual de suicidios en Costa Rica se ha mantenido en 360, sin bajar, desde hace más de una década. Al contrario, se han registrado años, como el 2018, en el cual se traspasó el umbral de los 400 suicidios anuales.

Internacionalmente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) calcula que una persona decide acabar con su vida cada 40 segundos, un comportamiento que es considerado un problema de salud pública en crecimiento. Se agudizará por la crisis de salud mental generada por la pandemia de la covid-19.

# Suicidios registrados en Costa Rica

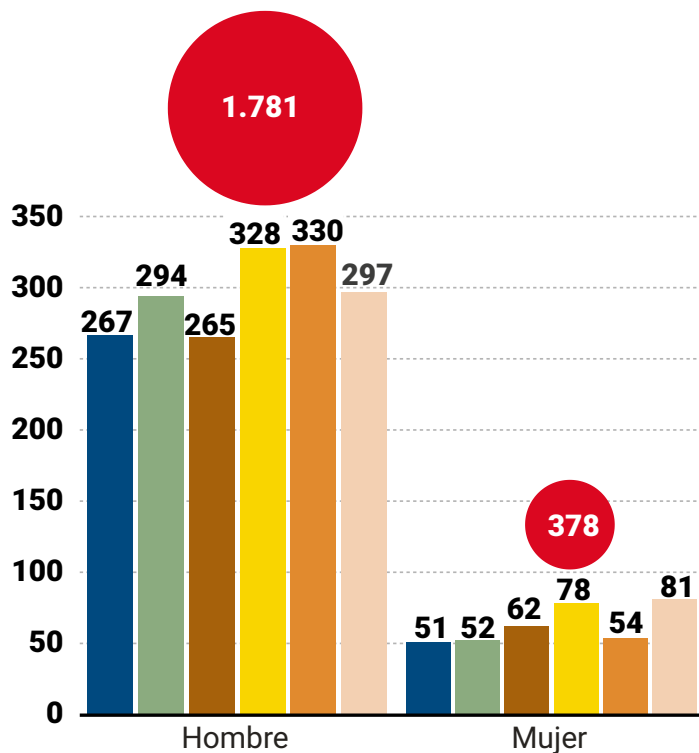
Destaca el incremento, en un 50%, en los cometidos por mujeres entre 2019 y el 2020.



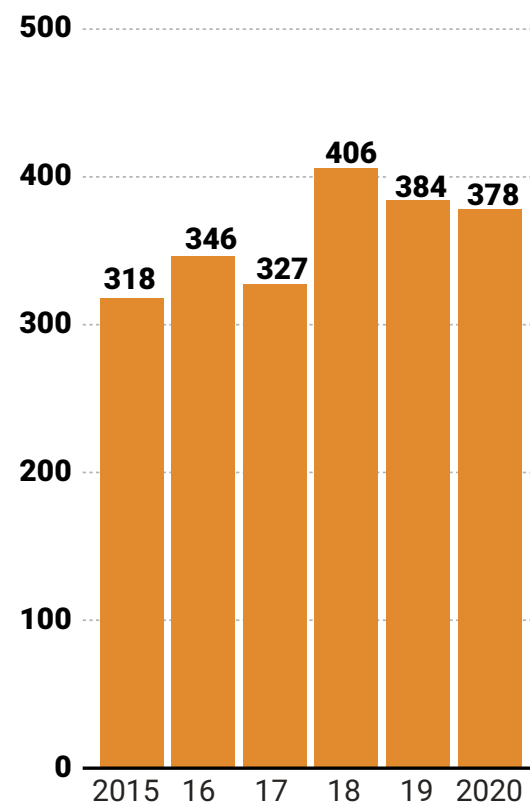
## Suicidios por género

CIFRAS ABSOLUTAS

2015 2016 2017 2018  
2019 2020 Total

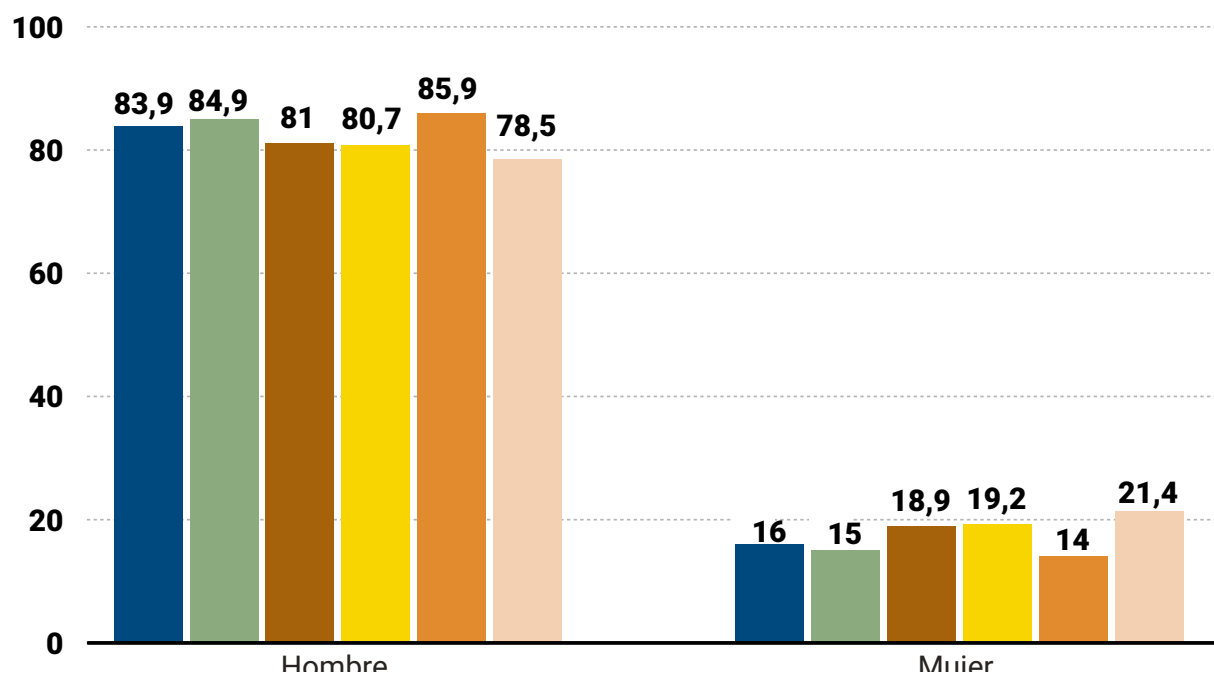


## TOTAL POR AÑO



## Porcentajes de suicidios por año

2015 2016 2017 2018 2019 2020



FUENTE: OIJ. || INFOGRAFÍA / LA NACIÓN.

Estos números trascendieron en una charla sobre suicidio y comportamiento suicida, a finales de mayo, organizada por la Universidad Estatal a Distancia (UNED), con participación del OIJ, la Universidad de Costa Rica (UCR) y la Asociación Costarricense de Salud Pública (Acosap).

Publicidad

“En ciencia tenemos que hablar de los temas para comprenderlos. Debemos enseñar a las personas que pueden ayudar cuando se sospecha de este tipo de trastornos”, explicó el investigador de la UNED Benicio Gutiérrez Doña, quien es parte del programa de investigación en ciencias psicológicas de esa universidad y está en Acosap, organización que considera el suicidio un tema sensible.

#### **Líneas tenues**

En el periodo 2015-2020, la relación hombre-mujer se mantuvo con predominancia masculina, tal y como ha sido la tendencia histórica en Costa Rica y en otras partes del mundo. En promedio, por cada mujer que se suicida lo hacen tres hombres. Sin embargo, en los años revisados esa relación tuvo variaciones: en el 2020 fueron más de seis hombres por mujer, o de cinco a una en el 2015.

La médico especialista en Medicina Forense, Magdalena Mora Torres, del OIJ, revisó datos del 2010 al 2016 y encontró una tendencia al alza en menores de edad, especialmente entre jóvenes de los 10 a los 20 años. El grueso de las víctimas de suicidio, dijo, está en hombres y mujeres en plena edad productiva, entre los 40 y 65 años.

Mora Torres reiteró en que auscultar las causas detrás de esos números se debe hacer con “responsabilidad y ética” antes de dar posibles razones, aunque adelantó que la complejidad de la problemática obliga a abordarla desde varias disciplinas.

Sinaí Valverde Ceciliano, psicóloga de la Secretaría Técnica de Salud Mental, en el Ministerio de Salud, destaca las alertas que salen de los números en su poder.

Por un lado, dijo, la presencia de más personas adultas mayores (PAM) víctimas de suicidio (12 en el 2020 y 14 en el 2021). En el otro extremo, víctimas menores de 20 años: más de 20 suicidios en ese grupo en el 2020, y casi 20 un año después. Entre las mujeres, acotó Valverde, se nota predominancia en aquellas entre los 20 y 25 años.

**LEA MÁS: ‘El drama del suicidio no finaliza con su consumación; es solo el inicio de un duelo para un promedio de 10 personas por suicida’, afirma psicóloga**

Benicio Gutiérrez aclara que hay que empezar por diferenciar el suicidio de otros tipos de muertes; entre ellas la accidental, la natural o el homicidio. Y que las personas deben saber que el Manual Internacional de Enfermedades Mentales (DSM5) clasifica el comportamiento suicida como un trastorno mental.

“Se le da rango de suicidio cuando se demuestra que hay una intencionalidad previa”, acotó el especialista, quien afirma que, como cualquier otra enfermedad, el comportamiento suicida presenta comorbilidades, es decir, otros padecimientos asociados que pueden elevar el riesgo de una persona de querer acabar con la vida.

Esto es lo que se conoce como “la comorbilidad del acto suicida”, en la cual es importante tener presente que una persona que cometió un acto suicida muy probablemente tuvo enfermedades asociadas, como depresión, esquizofrenia y otros trastornos psicóticos, trastornos de ansiedad, trastornos de conducta alimentaria, de consumo de sustancias, de personalidad límite, trastornos de personalidad antisocial y de adaptación.

“Un análisis de la Universidad de Australia con estadísticas de 204 países dice que del 2019 al 2020 aumentó la depresión mayor y los trastornos de ansiedad, con mucho mayor prevalencia en mujeres, entre las cuales están las de Costa Rica. Este aumento de la prevalencia en trastornos de depresión y ansiedad, es consistente con esta cifra de aumento del 50% en eventos suicidas en las mujeres”, explica Gutiérrez.

# Pida ayuda

## **Fundación Rescatando Vidas.**

Atención las 24 horas. Teléfonos:  
8374-2377, 8380-5794, 8830-0985,  
2273-0381.

**Número de emergencias: 9-1-1**

**Línea gratuita del PANI para  
atención psicológica: 1147.**



Pida ayuda

### **¿Qué se está haciendo?**

La mayoría de personas que se suicidan han visitado o recibido tratamiento con profesionales en salud mental, y médicos generales previos a su muerte.

Los especialistas consultados coincidieron, por aparte, en que el sistema de salud pública costarricense ha invertido más en otros temas que en salud mental, incluido el suicidio. Tampoco hay recursos suficientes como psiquiatras o psicólogos, y hay pocos espacios, que se vuelven insuficientes para la atención de estos trastornos.

# 7 formas de decir Aquí Estoy

Si sospecha que alguien está pasando por esta situación, estas son algunas recomendaciones para ayudar. Usted podría ser el lugar de refugio de esa persona y su referente para aprender a sobrellevar y amar la vida.



## Pregunte

¿Estás pensando en suicidarte? Hable sin drama, sin juzgar, con interés y respeto. La persona con la que está tratando necesita confiar en usted.



## Escuche

Escuche, escuche, escuche sin interrumpir. Muestre empatía, compasión y verdaderas ganas de apoyar.



## Acepte

Cada quien tiene su manera de sentir y expresar el dolor. Observe con atención y acepte cada sentimiento, emoción y señal de una persona en riesgo suicida.



## Apoye

El pensamiento suicida no es algo que una persona elige. Nunca es una señal de debilidad. Por eso es importante buscar la ayuda profesional necesaria.



## Actúe

Una alerta de riesgo suicida no es un simple llamado de atención. Es la forma de mostrar un dolor emocional muy grande. Si tiene una sospecha no deje pasar la oportunidad de ayudar.



## Acompañe

Si conoce a alguien que busque hacerse daño, ayúdele a aceptar la guía de un profesional en salud mental.



## Muestre

Está bien ser vulnerable. Sea un ejemplo para otras personas. Enfrente sus emociones y permita que vean cómo usted también puede pedir ayuda, se sobrepone al dolor y sale adelante.

“No quiero ser pesimista, pero si de aquí a tres años no se hace una intervención estructurada, a corto plazo, las consecuencias serían muy serias. Aunque la población costarricense, en general, [ha demostrado mucha resiliencia](#). Lo que estos datos demuestran es que hay una cantidad de casos de suicidio que no ha podido ser reducida en el último quinquenio”, advirtió Gutiérrez.

Sinaí Valverde, del Ministerio de Salud, asegura que a partir de algunos datos están enfocando intervenciones. Por ejemplo, citó el caso de Puntarenas, provincia que concentra el 11% de todos los suicidios registrados entre 2019 y 2021 (131 muertes por esa causa en tres años, por encima de Heredia, Limón o Guanacaste).

Según dijo, se trabaja a nivel comunitario en el desarrollo de planes de trabajo para prevenir el suicidio y abordar los comportamientos suicidas desde la realidad de cada comunidad.

Acciones específicas están en proceso con el Colegio Federado de Ingenieros y Arquitectos (CFIA), dijo Valverde, para identificar las principales vías donde hay puentes y zonas de riesgo de suicidios, incluidos edificios altos.

Marta Vindas, coordinadora de Psicología de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), aseguró que trabajan en el fortalecimiento de esa línea comunitaria, y citó el plan que se sigue en San Carlos, en donde se capacita al personal del primer nivel de atención en salud en el diagnóstico temprano de comportamientos de riesgo suicida.

“El gran porcentaje de quienes llegan a los hospitales son personas que no tienen antecedentes (o comorbilidades del acto suicida). En los últimos años, la mayor prevalencia es por violencia intrafamiliar y por situaciones económicas que no pueden enfrentar.

“Tenemos personas que se ven obligadas al tráfico de drogas o al lavado de dinero para solventar las necesidades económicas que no se pueden llenar por otros medios. Por eso, capacitar al personal para ese primer contacto y detección es fundamental. Ahí es donde empieza todo”, comentó Vindas.

Reciba el boletín: **En Corrillos Políticos**

xcastro@inamu.go.cr

Suscribirse

Le explicamos los hechos políticos de la jornada y cómo inciden en la vida de los ciudadanos  Deseo recibir comunicaciones

Publicidad

suicidio

autoeliminación

intento de suicidio

Costa Rica

OIJ

Ministerio de Salud

Secretaría Técnica de Salud Mental

CCSS



Reciba noticias de Google News



### Ángela Ávalos Rodríguez

Ingresó a La Nación en 1993. Cubre salud. Graduada de la UCR, máster de la Universidad Complutense, con formación en CDC y NIH, entre otros. Redactora del Año de La Nación 1998, premio SIP 1997, Premio Nacional de Periodismo de Salud OPS 2002, Premio Cámara Costarricense de la Salud 2022. Coautora de Comunicación, palanca para la acción en salud.



LE RECOMENDAMOS



Pilar Cisneros pidió a contralora general revelar identidad de denunciante de Ciudad Gobierno

★ **EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**



Chaves califica de 'malagradecidos' a sancarleños por cuestionar retraso en carretera



Un WhatsApp revela injerencia de Rodrigo Chaves en gasto publicitario de JPS

★ **EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES**



En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.

Publicidad

ÚLTIMAS NOTICIAS

El retrato de Gustavo Alfaro en 15 puntos: ¿Quién es realmente el candidato para dirigir a Selección Costa Rica?

## EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES

Andrés Carevic fue muy claro en lo que debe mejorar Alajuelense

Tipo de cambio del dólar: jueves 26 de octubre

Orlando Galo no oculta dolor y deseo de llorar por ofensas de aficionados de Alajuelense

Jeaustin Campos lamenta la doble moral en el fútbol de Costa Rica y defiende a Orlando Galo

Publicidad



© 2023 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

### Sobre nosotros

Grupo Nación  
La Teja  
El Financiero  
Revista Perfil  
Sabores  
Aplicaciones  
Boletines  
Versión Impresa

### Negocios

Todo Busco  
Parque Viva

Tarifario

Printea

Fussio

**Términos y condiciones**

Políticas de privacidad

Condiciones de uso

Estados financieros

Reglamentos

**Servicio al cliente**

Contáctenos

Centro de ayuda

Planes de suscripción



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)