

Una epidemia silenciosa; un millón de suicidio por año

Por Herminio Otero*

Algunos expertos en salud elevan el suicidio a problema de salud pública. Cada año mueren en el mundo más personas por suicidio que por accidentes de tráfico o por conflictos bélicos.

Cada año se producen en el mundo un millón de muertes por suicidio, lo que equivale a un suicidio cada 45 segundos. No se habla de ello porque es tabú, pero el suicidio es la primera causa de muerte violenta en el mundo. La Asociación Mundial de Psiquiatría considera eleva el suicidio a problema de salud pública. Cada año mueren en el mundo más personas por suicidio que por accidentes de tráfico o por conflictos bélicos.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) la tasa de suicidio global aumentó más del 60% en 45 años en algunos países. Antes el suicidio se daba fundamentalmente entre personas de edad avanzada; ahora también es una de las tres principales causas de muerte entre los de 15 a 35 años.

Las mujeres triplican en número de tentativas de suicidio a los hombres, pero se producen tres veces más suicidios de hombres que de mujeres. La adolescencia y la ancianidad son las dos épocas de la vida donde aumenta el riesgo de suicidio.

Las tasas más altas de suicidios a nivel mundial se dan en Europa del Este: Rusia, Lituania, Kazajistán, Eslovenia y Hungría, y en países orientales, como Corea del Sur y Japón; el índice más bajo se registra en América Central y Sudamérica.

Los factores de riesgo del suicidio son: haberse intentado quitar la vida antes, suicidios en la familia, enfermedad crónica que causa dolor, conductas adictivas, pérdidas afectivas o traumas, aislamiento y soledad. Pero influyen otros factores como el trauma del cambio social y económico, el paro, la desvalorización de las pensiones y la quiebra de la sanidad, lo cual contribuye al alcoholismo y la depresión.

Un estudio de la Universidad inglesa de Warwick, el Hamilton College y la Universidad de San Francisco revelaba que Dinamarca, Islandia, Irlanda, Suiza, Canadá y Estados Unidos, todos ellos considerados entre los más felices del mundo, están también entre los países donde más suicidios se producen. El nivel de felicidad de los demás se convierte en un factor de riesgo de suicidio porque las personas descontentas que viven en lugares donde el resto de

individuos son felices tienden a juzgar su propio bienestar en comparación con el de las personas que les rodean.

La enfermedad mental está presente en el 90-95% de los casos, la mayor parte de ellos por una depresión. “El 5% restante obedece a un factor existencial que hace que la persona en cuestión vea en el suicidio la única manera de poner fin a sus problemas”.

La contaminación industrial puede contribuir también. Dos estudios realizados en Carolina del Norte relacionan el aumento de las emisiones contaminantes de la industria del asfalto y fábrica de papel con el súbito aumento de suicidios entre la población afectada.

La mitad de los que se suicidan lo consiguen tras una o varias tentativas. El que habla de suicidio es el que lo comete. Siempre que esto suceda, debemos preguntar por qué, no dejarle solo y ganar tiempo. Detrás de un suicidio siempre está el dolor. Nadie que es feliz se suicida. Quien se suicida siempre es una persona que no ve salida y a quien se le hace insoportable seguir viviendo.

Juan Carlos Pérez, profesor de comunicación escribió La mirada del suicida. El enigma y el estigma (Plaza y Valdés 2011) a raíz de que su padre se quitara la vida, dejándole “doblemente huérfano: por serlo y por no poder hablar de ello”. El silencio llenó todos los rincones y, con ello, se agrandó el sentimiento de culpa e incompreensión.

En el libro repasa la evolución de la consideración del suicidio a través de la historia: un pecado, un delito, una deshonra para la familia, algo romántico con una aura mística... para terminar presentándolo como una cuestión de salud pública de primera magnitud que, sin embargo, permanece oculta a los ojos del ciudadano. Y se propone hablar del fenómeno social que supone el suicidio, porque están en juego muchas vidas y el sufrimiento añadido de familiares y allegados a quienes la coraza de secretismo que lo recubre no hace más que añadir un padecimiento inútil.

“Informar del suicidio de manera apropiada, exacta y potencialmente útil a través de medios puede prevenir una trágica pérdida de vidas”, según la OMS. Ante este trágico problema de salud pública que supone en todo el mundo el suicidio se quieren fomentar compromisos y medidas prácticas para prevenir los suicidios. Bienvenido sea si ayuda a prevenir y superar la devastación emocional, social y económica que supone cada suicidio para numerosos familiares y amigos del millón de personas que al año no ve más remedio que terminar con su vida.

* Periodista y escritor español
CCS<ccs@solidarios.org.es>

La ONDA digital
Revista de reflexión y análisis
Montevideo Uruguay