

## Suicidio en personas mayores

Señora Directora:

En agosto, cuando se conmemora el Mes de la Solidaridad, es importante reflexionar sobre situaciones en las que cada uno puede aportar al bien común; una de ellas es la prevención del suicidio. La Organización Mundial de la Salud reveló hace unos años que, en promedio, una persona se quita la vida cada 40 segundos. Esta alarmante cifra resuena en la conciencia colectiva y, lamentablemente, es probable que todos hayamos conocido algún caso. Lo que tal vez muchos desconocen es que existe un segmento de la población que presenta una alta tasa de suicidios: las personas mayores. Es un fenómeno que, tristemente, no ha recibido la atención que merece, por lo que, ante esta realidad, es crucial que aumentemos los esfuerzos para abordar este drama.

En ese contexto, es necesario implementar estrategias de prevención a nivel comunitario, que estemos pendientes de las personas mayores de nuestro entorno, identifiquemos y monitoreemos los lugares de riesgo, llevemos a cabo campañas de sensibilización y prevención, además de fomentar la investigación en esta área. En la misma línea, cada uno puede aportar, ya que la comunicación efectiva es una medida fundamental, conversar con ellos, pero disponiéndonos verdaderamente a ello, tener momentos de compartir en familia (algo que se ha perdido en la actualidad) y, sobre todo, estar pendientes de las personas mayores que viven solas o que han sufrido el fallecimiento de un cercano. Finalmente, debemos considerar que, a nivel nacional, existe una línea telefónica de ayuda destinada a ofrecer apoyo en situaciones de crisis: el número es \*4141. Cerremos este mes con un compromiso con la sociedad y pongamos un grano de arena, el que podría salvar la vida de una persona.

*Pía Bustamante Barahona*  
**Universidad San Sebastián**