

## Editorial

# Prevención del suicidio

**Es clave la potenciación de la autoestima y el involucramiento de la familia para evitar el incremento de estas conductas.**

**E**l suicidio es la segunda causa de muerte entre los decesos no naturales en Chile, sólo superada por la de accidentes del tránsito. La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (Ocde) ha señalado que el país es el segundo de esa entidad donde más han crecido las tasas de suicidio, después de Corea del Sur.

En Chile, las tasas de autoeliminación de los jóvenes y adultos mayores son las que más han crecido. Algunos investigadores han notado una relación entre un mayor porcentaje de hogares monoparentales y tasas más altas de suicidio. Otros creen que esto aumenta cuando una sociedad pasa de un estado de subdesarrollo a uno de desarrollo, y apuntan también a la irrupción de las adicciones a las drogas y el alcohol.

En el caso de los adolescentes, muchas veces toman esa determinación cuando se sienten abrumados por el bullying o maltrato que reciben de sus compañeros y amigos, o por falta de apoyo emocional para enfrentar los cambios en esa compleja fase. Y en los adultos mayores, las causas se relacionan con el aumento de las expectativas de vida, pero no siempre con mejoras en la calidad de vida; las bajas pensiones, las enfermedades, dificultades para acceder a la salud y en muchas ocasiones, la soledad.

Hay informes que indican también una estrecha relación entre las depresiones y los suicidios. Dos de cada diez chilenos ha pasado por alguna situación depresiva en su vida y en el mundo hay 350 millones de personas afectadas por ella, en sus diferentes grados. La realidad da cuenta de una sociedad donde hay quienes no ven otra solución a sus problemas, y la alta incidencia de patologías de salud mental está estrechamente asociada. En términos generales, es preocupante, pero sobre todo alarma la prevalencia de las conductas suicidas en adolescentes, grupo etario más sano epidemiológicamente, pero cada vez con más casos que llaman a la preocupación y la acción.

Las conductas suicidas se pueden prevenir y es tarea de todos hacerlo, a nivel individual, familiar y social. Hay que potenciar una sana autoestima, que la persona se valore y se valide a sí misma; que sea respetada y aceptada con sus características, tiene que haber un trabajo en el control de impulsos y educar en la habilidad en resolución de problemas, fomentar la comunicación asertiva y no evitar conflictos.