

Prevención del suicidio

● A nivel mundial, el suicidio es la tercera causa de muerte en jóvenes entre 15 y 29 años (OMS, 2024). Según datos de CONASET (2023), en Chile sería la segunda causa externa de muerte en este rango etario, superado sólo por los accidentes de tránsito. Más de 720.000 personas se suicidan al año, lo que equivale a una persona cada 40 segundos. El 73% de los suicidios se concentra en países de ingresos medios y bajos.

Sus causas son múltiples, y se gatillan por aspectos sociales, culturales, psicológicos, ambientales y biológicos. Algunos factores de riesgo son la presencia de psicopatología (específicamente depresión y abuso de sustancias), intentos de suicidio previos, conductas autolesivas, problemas económicos, enfermedades y dolor crónico. Así también, las tasas son significativamente más altas en poblaciones vulnerables que suelen ser víctimas de discriminación.

En nuestro país, hemos atestiguado con preocupación casos de estudiantes universitarios que, en medio de situaciones académicas altamente estresantes, se han quitado la vida. Identificar y actuar de manera oportuna sobre los factores que gatillan

una decisión tan dolorosa como ésta es crucial. El proceso de hacerse adultos y de desarrollarse profesionalmente debe ser abordado de manera integral, no solo brindando espacios de excelencia académica, sino también, espacios seguros basados en el respeto y el buen trato.

Como sociedad y comunidades académicas no podemos normalizar el sufrimiento de nuestros estudiantes. Debemos comprender que una persona que piensa en el suicidio, lo más probable es que no desee morir, sino más bien, poner fin a un sufrimiento que se ha vuelto insoportable.

Hablar de suicidio no lo gatilla; por el contrario, abrir el tema puede aliviar la sensación de soledad y tender puentes que permitan que una persona que hoy no ve más salida que la muerte, opte finalmente por quedarse. Hablar es prevenir. Generar espacios de aprendizaje basados en el respeto, la colaboración y el buen trato debe ser un objetivo compartido por todas las comunidades educativas. La prevención es una tarea urgente que debemos abordar en conjunto

Dra. Bárbara Porter Jalife
Universidad San Sebastián