

Prevención del Suicidio

● Señor director:

Se estima que una de cada cinco personas experimentará la pérdida de un ser querido o conocido por suicidio a lo largo de su vida. Cada suicidio puede impactar de manera significativa a entre seis y diez personas del entorno.

El término “sobrevivientes” de muertes por suicidio se refiere a aquellos que han perdido a un conocido o ser querido en estas circunstancias. Este tipo de pérdida supone un riesgo considerable para el desarrollo de problemas de salud mental y conductas suicidas. Aunque los sobrevivientes reconocen la necesidad de apoyo, muchos enfrentan barreras para acceder a la atención adecuada, debido a la estigmatización que dificulta la búsqueda de ayuda.

El impacto del suicidio en personas, familias y comunidades resalta la importancia de implementar estrategias de “postvención”.

Este conjunto de acciones busca brindar apoyo emocional a las personas y comunidades expuestas a una muerte por suicidio, facilitando el proceso de duelo y la recuperación tras la crisis. Además, se enfoca en reducir el riesgo de futuros comportamientos suicidas, identificando casos de mayor vulnerabilidad y eliminando obstáculos para acceder al apoyo necesario.

En el Mes de la Prevención del Suicidio, es importante recordar que la postvención es también una forma de

prevención.

Álvaro Jiménez Molina, psicólogo y académico USS, Investigador Imhay y MIDAP