

## 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*