

Boletín 4 Salud Mental

10 de Septiembre Día Mundial de la Prevención del Suicidio 2024: Cambiar la Narrativa

El 10 de septiembre marca el Día Mundial de la Prevención del Suicidio, una fecha clave para abordar uno de los problemas de salud pública más desatendidos y estigmatizados: el suicidio. Este año, la campaña global se centra en “Cambiar la Narrativa”, un enfoque que busca romper el silencio y los estigmas que rodean a esta problemática, especialmente entre los hombres, que son desproporcionadamente afectados, en todo el mundo y en Colombia.

Contexto del Suicidio en Colombia

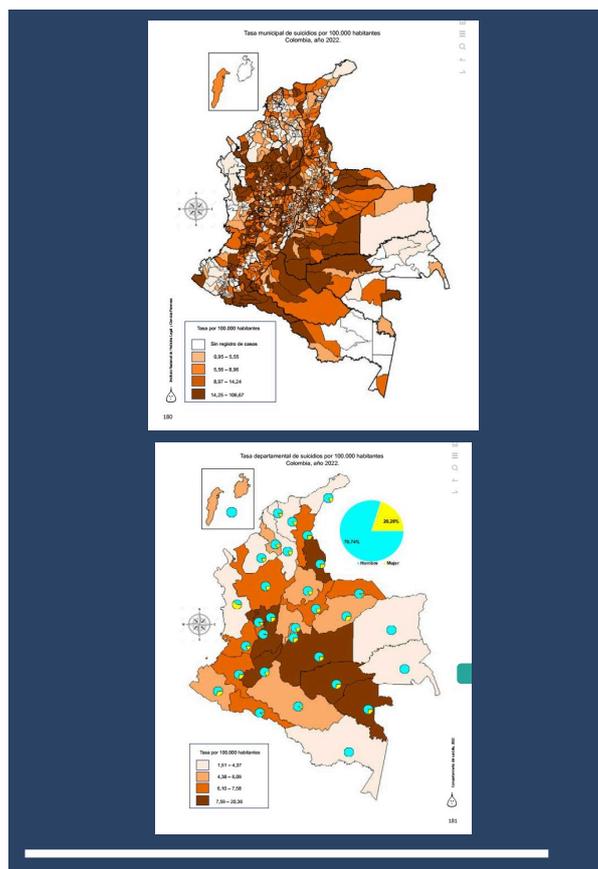
Colombia enfrenta un desafío importante en términos de prevención del suicidio. En 2022, se registraron 2,924 suicidios en el país, con una tasa de 8.95 por cada 100,000 hombres frente a 2.2 por cada 100,000 mujeres. Los hombres tienen casi cuatro veces más probabilidades de morir por suicidio que las mujeres, lo que subraya la urgencia de intervenciones específicas (1)

Edad y sexo Las tasas de suicidio en hombres son especialmente altas en los grupos de 18 a 24 años y en mayores de 70 años. En las mujeres, la mayor tasa se da entre adolescentes de 14 a 17 años, con el 20% de los suicidios femeninos en este rango de edad (1,2)

Regiones con mayor incidencia: En 2022, los departamentos con mayores tasas de suicidio fueron Vaupés (17.5 por cada 100,000 habitantes), con tasas altas tanto para mujeres (9.19) como para hombres (25.18), y Chocó, el departamento con la tasa más baja (1.4 por cada 100,000 habitantes) (1)

Tendencias de intentos de suicidio: Las mujeres intentan suicidarse más frecuentemente (73.2 por cada 100,000) que los hombres (42.7 por cada 100,000), pero

los intentos en hombres resultan más frecuentemente en suicidios consumados. En 2022, la tasa de intento de suicidio femenina creció un 26.1% mientras que la masculina aumentó en un 14.5%



Contáctanos

www.unsitiogenial.es 

contacto@asoceplic.org 



Boletín 4 Salud Mental

En el primer semestre de 2024, se reportaron 1,426 suicidios en Colombia, con un 79% de los casos en hombres (1,133 suicidios). Estos datos preliminares indican una leve disminución respecto al mismo periodo en 2023, pero la tendencia sigue siendo aumentando (3).

Factores Claves que Contribuyen al Suicidio en Hombres

De acuerdo con datos del artículo de Razón Pública, publicado en el 2023, en Colombia, el suicidio masculino se asocia con varios factores críticos:

Estigma y reglas del sexo al nacer: La presión cultural para que los hombres sean "fuertes" y no muestren vulnerabilidad hace que muchos eviten buscar ayuda profesional cuando enfrentan problemas emocionales o mentales. Cambiar esta narrativa es esencial para prevenir el suicidio (3,4)

Problemas económicos y laborales: La precariedad laboral, el desempleo y la crisis económica son factores de riesgo significativos para los hombres. La pérdida de un empleo o problemas financieros severos son a menudo percibidos como fracasos personales debido a expectativas culturales de ser el proveedor de la familia (3). También las desvinculaciones laborales por retiro pensional, son escenarios de riesgo para los hombres debido a la pérdida o cambio de rol social.

Salud mental y adicciones: El abuso de alcohol y otras sustancias es más común entre los hombres y está fuertemente correlacionado con el riesgo de suicidio. La falta de acceso a servicios de salud mental y el estigma asociado agravan la situación, además del incremento de la problemática relacionada con los trastornos duales, donde una persona además de tener un consumo problemático también tiene un trastorno mental, lo que dificulta su atención. (3,4).

Dolor y Discapacidad Física: En adultos mayores, existe un riesgo importante de suicidio cuando se presentan estas condiciones de manera crónica, inclusive cuando hay factores protectores como redes de apoyo familiar y atención médica adecuada (5)

Intervenciones Necesarias para Cambiar la Narrativa

Campañas de concienciación y educación: Promover programas educativos que desafíen las normas tradicionales de masculinidad y fomenten la salud mental como un componente vital del bienestar general. Esto incluye abordar la prevención del suicidio en jóvenes y adultos mayores de manera integral.

Acceso a servicios de salud mental: Ampliar el acceso a servicios de salud mental específicos para hombres, incluyendo opciones confidenciales, de bajo costo y con personal capacitado para atender a esta población.

Fomentar redes de apoyo comunitario: Crear espacios seguros en comunidades locales donde los hombres puedan hablar abiertamente sobre sus sentimientos y desafíos sin miedo al juicio o a la estigmatización.

Intervención en momentos críticos: Establecer protocolos de intervención temprana en entornos clave como hospitales, lugares de trabajo y centros comunitarios para identificar y apoyar a personas en riesgo de suicidio.

Reforzar la intervención de riesgos psicosociales en las empresas: Colombia tiene establecida la obligatoriedad de las empresas de contar con sistemas de vigilancia epidemiológica para riesgo psicosocial. Las empresas deben trabajar en alianza con las administradoras de riesgos laborales, para garantizar no solo medición del grado de riesgo psicosocial, sino establecer intervenciones efectivas y coordinadas, para mitigarlo.



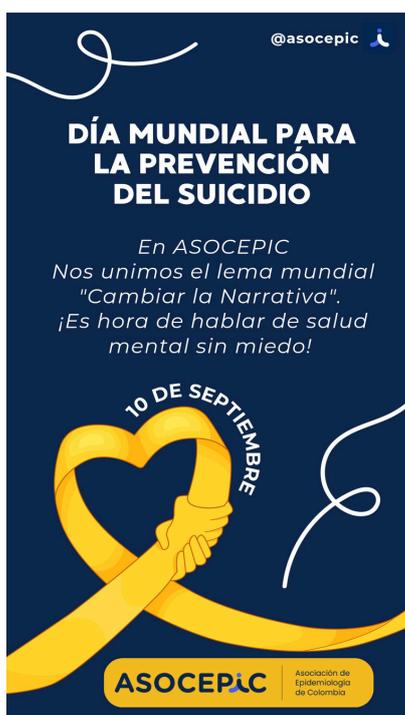
Boletín 4 Salud Mental

Recomendaciones de Política Pública

Según el artículo de Razón Pública, es necesario un enfoque multidisciplinario para enfrentar esta crisis, que incluya una mayor coordinación intersectorial entre salud, educación, trabajo y políticas sociales, así como la integración de la prevención del suicidio en los planes de salud mental a nivel nacional y local (3,4)

Conclusión

En el Día Mundial de la Prevención del Suicidio 2024, es fundamental que todos trabajemos juntos para "Cambiar la Narrativa". Al promover un diálogo abierto y sin prejuicios sobre la salud mental, podemos reducir las tasas de suicidio y crear un entorno donde todos, especialmente los hombres, puedan recibir el apoyo que necesitan.



Otros





Boletín 4 Salud Mental

Bibliografía

1. Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. Forensis 2022. Bogotá: Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses; 2022. Disponible en: <https://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/forensis>
2. Observatorio de Asuntos de Género. Publicación sobre el estado de las mujeres en Colombia. Bogotá: Observatorio de Asuntos de Género; [fecha de publicación no especificada]. Disponible en: https://observatoriomujeres.gov.co/archivos/Publicaciones/Publicacion_311.pdf
3. Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. Boletín estadístico de junio de 2024. Bogotá: Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses; 2024. Disponible en: https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/1003294/Boletin_junio_2024.pdf
4. Razón Pública. Salud mental sin tapujos. Bogotá: Razón Pública; [fecha de publicación no especificada]. Disponible en: <https://razonpublica.com/salud-mental-sin-tapujos/>
5. Quiceno JD. Dolor físico y otros elementos para entender por qué se suicidan los viejos en Colombia. El Espectador [Internet]. 2022 jun 15 [citado 2024 dic 2]; Salud. Disponible en: <https://www.elespectador.com/salud/dolor-fisico-y-otros-elementos-para-entender-por-que-se-suicidan-los-viejos-en-colombia/>

No olvides afiliarte

Cuenta Asoceplic

**Cuenta de ahorros
Banco Davivienda
108900324212**

A nombre de la Asociación de Epidemiología de Colombia NIT 901.687.459-3

<input checked="" type="checkbox"/> Inscripción con pago de membresía completa:	<input checked="" type="checkbox"/> \$ 316.000.
<input checked="" type="checkbox"/> Estudiantes de pregrado pagan 50% del valor de la inscripción:	<input checked="" type="checkbox"/> \$ 158.000
<input checked="" type="checkbox"/> Estudiantes de posgrado pagan 50% del valor de la inscripción:	<input checked="" type="checkbox"/> \$ 158.000
<input checked="" type="checkbox"/> Pago por categoría municipal 4-5-6 30% de descuento en membresía:	<input checked="" type="checkbox"/> \$ 221.200