

Algunos medicamentos también pueden ayudar. Por ejemplo, el medicamento antipsicótico clozapina está aprobado por la Administración de Medicamentos y Alimentos de los EE. UU. para la prevención del suicidio en personas con esquizofrenia. Otros medicamentos prometedores y tratamientos psicológicos para las personas suicidas están siendo probados.

Sin embargo, otra investigación ha descubierto que muchas personas mayores y mujeres que murieron por suicidio visitaron a sus médico de cabecera el año anterior a su muerte. Capacitando a los doctores a reconocer señales de que una persona está considerando un suicidio puede ayudar a prevenir más suicidios.

¿Qué debiera hacer si alguien que conozco está considerando suicidarse?

Si usted conoce a alguien que está considerando suicidarse, no lo deje solo(a). Intente que su ser querido busque ayuda inmediata con su doctor(a) o en el hospital más cercano, o llame al 911. Suprima cualquier acceso que esta persona pueda tener a armas de fuego o a cualquier otro objeto que pueda ser usado para el suicidio, incluyendo medicamentos.

Si usted se encuentra en una crisis

Llame gratuitamente a la Red Nacional de Prevención del Suicidio al 1-888-628-9454, disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. El servicio está disponible para todos. Todas las llamadas son confidenciales.

NIMH

National Institute
of Mental Health

Instituto Nacional de la Salud Mental
División de Redacción Científica, Prensa,
y Difusión
6001 Executive Boulevard
Room 8184, MSC 9663
Bethesda, MD 20892-9663
Teléfono: 301-443-4513 o 1-866-615-NIMH (6464)*
Teléfono de texto/teletipo: 301-443-8431 o
1-866-415-8051*
FAX: 301-443-4279
Correo electrónico: nimhinfo@nih.gov
Sitio Web: www.nimh.nih.gov

*Las llamadas a los números telefónicos que empiezan con 1-866 son gratuitas para quienes viven en los Estados Unidos.

Las fotografías de esta publicación son de modelos y se utilizan solamente con fines ilustrativos.



DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS
DE LOS ESTADOS UNIDOS
Publicación de NIH Num. STR 11-7697

El Suicidio en los Estados Unidos de América

Preguntas frecuentes

Instituto Nacional de la Salud Mental
DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS
DE LOS ESTADOS UNIDOS
Institutos Nacionales de la Salud



El Suicidio en los Estados Unidos de América

El suicidio es un problema mayor en salud pública. Cerca de 30.000 personas mueren por suicidio cada año en los Estados Unidos. Más personas mueren por suicidio cada año, que por homicidio.

El suicidio es trágico. Pero a menudo se puede prevenir. El conocer los factores de riesgo del suicidio y saber quienes están expuestos a estos factores puede ayudar a reducir el índice de suicidio.

¿Quiénes corren riesgo de suicidarse?

El suicidio no discrimina. Las personas de todos los sexos, edades y origen étnico corren riesgo de suicidarse. Pero las personas que corren más riesgo suelen compartir ciertas características. Los factores principales de riesgo de suicidio son los siguientes:

- La depresión, otros trastornos mentales o el trastorno de abuso de sustancias.
- Un intento de suicidio previo.
- Historia familiar de un trastorno mental o abuso de sustancias.
- Historia familiar de suicidio.
- Violencia familiar, incluyendo abuso físico o sexual.
- Poseer pistolas u otras armas de fuego en el hogar.
- Encarcelamiento, estar en prisión o en la cárcel.
- Estar expuesto a comportamientos suicidas de otros, como, por ejemplo, de los miembros de la familia, compañeros o personajes públicos.

El riesgo de una conducta suicida también se asocia con los cambios químicos en el cerebro llamados neurotransmisores, incluyendo la serotonina, la cual también está asociada con la depresión. Niveles bajos de serotonina se han hallado en cerebros de personas con una historia previa de intentos de suicidio.

Muchas personas poseen estos factores de riesgo pero no intentan suicidarse. El suicidio no es la respuesta indicada hacia el estrés. **Sin embargo, es una señal de angustia extrema, no un intento ofensivo para llamar la atención.**

¿Y el género?

La muerte por suicidio es mayor en los hombres que en las mujeres, pero las mujeres tienden más a intentar suicidarse. Los hombres tienden a utilizar métodos más letales, como por ejemplo armas de fuego o asfixia. Las mujeres tienden a intentar suicidarse por envenenamiento más que los hombres.

¿Y los niños?

Los niños y la gente joven corren el riesgo de suicidarse. Año tras año, el suicidio sigue siendo una de las tres principales causas de muerte entre jóvenes de 15 a 24 años.

¿Y las personas mayores?

Las personas mayores también corren el riesgo de suicidarse. De hecho, los hombres blancos de 85 años o más, consistentemente tienen un índice de suicidio más alto que cualquier otra edad o grupo étnico.

¿Y los diferentes grupos étnicos?

Entre los grupos étnicos, los indios americanos y nativos de Alaska tienden a tener el índice más alto de suicidios, seguido por los blancos no hispanos. Los hispanos suelen tener el índice más bajo de suicidios, mientras que los americanos africanos suelen tener el segundo índice más bajo.



¿Cómo puede prevenirse el suicidio?

La prevención eficaz del suicidio está basada en una investigación sólida. Los programas que funcionan toman en cuenta los factores de riesgo de las personas y promueven las intervenciones apropiadas para grupos específicos de gente. Por ejemplo, la investigación ha demostrado que los trastornos mentales y de abuso de sustancias son factores de riesgo para el suicidio. Por eso, muchos programas se enfocan en tratar estos trastornos además de abordar el riesgo de suicidio específicamente.

La psicoterapia o “terapia de diálogo”, puede reducir el riesgo de suicidio de forma eficaz. Un tipo de terapia es denominada terapia cognitivo-conductual (TCC). La TCC puede ayudar a las personas a aprender nuevas formas de lidiar con situaciones estresantes, capacitándolas para considerar medidas alternas cuando surgen pensamientos suicidas.

Otra clase de psicoterapia llamada terapia de dialéctico-conductual (TDC) ha demostrado ser eficaz en la reducción del índice de suicidio entre las personas con trastorno límite de la personalidad, una enfermedad mental seria caracterizada por ánimo, relaciones, autoestima, y conducta inestables. Un terapeuta capacitado en TDC ayuda a que la persona reconozca cuándo sus sentimientos o acciones son perjudiciales o insalubres y enseña las habilidades necesarias para lidiar mejor con situaciones de disgusto.

