

Día Mundial de la Prevención del Suicidio

● Prejuicio: una barrera importante para la prevención del suicidio

La Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) copatrocinan el Día Mundial de Prevención del Suicidio el 10 de septiembre. El tema de este evento del decimoprimer aniversario es "Prejuicio: una barrera importante para la prevención del suicidio."

Según la OMS y la última Estimación de carga de enfermedad, el suicidio es un problema importante de salud pública en países ricos y es un problema emergente en países de ingresos bajos y medianos. El suicidio es una de las principales causas de muerte en el mundo, especialmente entre los jóvenes. **Casi un millón de personas en todo el mundo mueren por suicidio cada año. Esto supone una muerte por suicidio cada 40 segundos.** El número de vidas perdidas cada año por suicidio supera la suma del número de muertes por homicidio y guerra. Estas enormes cifras no incluyen intentos de suicidio no letales que ocurren más frecuentemente que las muertes por suicidio.

Un porcentaje muy alto de las personas que mueren por suicidio sufre una enfermedad mental. **Estimaciones recientes sugieren que la carga de enfermedad causada por enfermedades mentales representará el 25% de la carga total de enfermedad en el mundo en las próximas dos décadas**, por lo que es la categoría más importante de problemas de salud (más importante que el cáncer o enfermedades cardíacas). Sin embargo un número significativo de personas con enfermedades mentales que mueren por suicidio no han tenido contacto con servicios sanitarios o sociales en el periodo cercano a la hora de su muerte. En muchos casos hay insuficientes servicios disponibles para ayudar a las personas en crisis.

Esta falta de acceso a una atención adecuada es uno de los muchos factores que magnifican el estigma asociado a enfermedad mental y conducta e ideación suicida. Este tipo de estigma, que está profundamente arraigado en la mayoría de las sociedades, puede surgir por diferentes razones. Una de las causas del estigma es una simple falta de conocimiento - es decir, ignorancia. Este tipo de estigma puede abordarse directamente a través de programas educativos comunitarios dirigidos a subgrupos específicos dentro de la sociedad (es decir, por edad, nivel educativo, afiliación religiosa y así sucesivamente). El objetivo de estos programas es aumentar la conciencia en la población de las características y el tratamiento de personas con enfermedades mentales o de conducta suicida y de los recursos de tratamiento disponibles para ayudar a las personas con estos problemas.

Pero el conocimiento no es suficiente para combatir el estigma. Las actitudes negativas hacia las personas con enfermedades mentales o ideación o impulsos suicidas - *prejuicio* - son comunes en muchas comunidades. Estas actitudes negativas a menudo no cambian con la educación sobre enfermedades mentales y comportamiento suicida. De hecho, muchos profesionales de la salud que se sienten incómodos con personas luchando con enfermedades mentales o ideación suicida a menudo tienen actitudes negativas y prejuicios hacia estos pacientes. Esto puede resultar en un fracaso para proporcionar atención y apoyo óptimo a las personas en crisis. Cambiar esas actitudes de prejuicio requiere un esfuerzo a largo plazo para cambiar los valores culturales subyacentes de la comunidad, y un esfuerzo paralelo para cambiar el abordaje de estos pacientes por parte de profesionales sanitarios.

El estigma es también el motivo subyacente para la *discriminación*, inapropiadas o ilícitas restricciones de las libertades de las personas con enfermedades mentales o con conducta suicida. Tales restricciones pueden ocurrir a nivel personal, comunitario o institucional. Un ejemplo extremo es la criminalización de la conducta suicida, que todavía ocurre en muchos países. La discriminación puede impedir o desalentar a personas afectadas por enfermedades

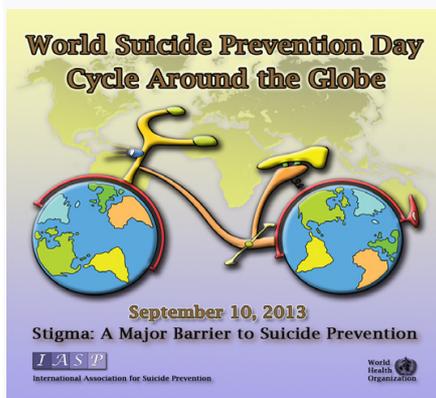
mentales y/o ideación o conducta suicida de buscar ayuda profesional o de retomar su vida normal después de recibir tratamiento de un episodio de enfermedad o crisis. Claramente, la criminalización de la conducta suicida puede ser un poderoso freno en la búsqueda de atención de las personas en crisis que necesitan urgentemente acceder a asistencia y apoyo, sin ser juzgados ni sancionados.

A nivel administrativo o de gobierno, el estigma puede tener un impacto sobre la asignación de recursos. Tanto en los países ricos como en los de ingresos bajos y medianos, las condiciones estigmatizadas como la enfermedad mental y la conducta suicida reciben proporcionalmente mucho menos de los presupuestos sanitarios y sociales de lo deseado, dada su enorme impacto en la salud general de la comunidad. Además, los esfuerzos para recaudar fondos para apoyar las iniciativas de salud pública en esta área a menudo fracasan debido a la falta de interés por parte de las comunidades, gobiernos y organismos internacionales financieros, a causa del estigma.

Intentos para luchar contra el estigma, mediante programas de educación masiva dirigidos a la población, han sido de eficacia limitada para reducir el estigma asociado a la enfermedad mental y el suicidio. Nuevos e innovadores métodos, dirigidos a grupos específicos o que utilizan de forma creativa los medios sociales emergentes, deben ser desarrollados y analizados. A pesar de la dificultad y complejidad de la lucha contra el estigma, las personas, organizaciones y gobiernos comprometidos con los objetivos de mejorar tanto la calidad de vida de las personas que sufren de enfermedades mentales e ideación suicida, como de reducir la enorme carga del suicidio en las familias y las comunidades, no tienen otra opción. A menos que se afronte y desafíe el estigma, éste continuará siendo una gran barrera para el tratamiento de las enfermedades mentales y la prevención del suicidio.

El Día Mundial de Prevención del Suicidio proporciona una oportunidad especial para reorientar nuestras energías colectivas en abordar este problema fundamental. Cambiar las actitudes culturales sobre enfermedades mentales y comportamiento suicida requiere un conocimiento científico de las muchas fuerzas que influyen en las normas comunitarias y el esfuerzo de una amplia gama de agentes comunitarios durante un período prolongado de tiempo. El Día Mundial de Prevención del Suicidio es el momento ideal para inspirar a la gente a trabajar hacia el objetivo de desarrollar nuevos y creativos métodos para la erradicación del estigma. Planes integrales locales o nacionales para la prevención del suicidio no alcanzarán todo su potencial hasta que se resuelva eficazmente el problema del estigma.

En el Día Mundial de la Prevención del Suicidio de este año, el IASP está organizando su primera actividad, que consiste en llevar a cabo una marcha colectiva en bicicleta alrededor del mundo, con el objetivo de sensibilizar a nivel global sobre el suicidio y su prevención y para reducir el estigma asociado con él. Los detalles de esta actividad se publicarán en los próximos meses en la página Web del IASP. <http://www.iasp.info/wspd/>



Documento: IASP World Suicide Prevention Day 2013. *Stigma: a major barrier to suicide prevention.*

Traducción: Programa de Salud Mental. Servicio Andaluz de Salud. Junta de Andalucía