



**Día Mundial para la Prevención del Suicidio**  
**Creando Esperanza a través de la Acción**

**10 Septiembre**



# SUICIDIO EN CHICOS Y HOMBRES

## CONTEXTO

En muchos países, los hombres representan las tres cuartas partes de las muertes por suicidio. Si bien el camino hacia el suicidio es único para cada individuo, se ha demostrado que existen algunos factores de riesgo comunes que contribuyen a una mayor tasa de suicidio en hombres. Estos factores de riesgo incluyen el uso de medios más letales, reducción de la búsqueda de ayuda, el uso de sustancias nocivas y desconexión de actividades sociales, conformidad con algunas costumbres masculinas y eventos estresantes de la vida como el desempleo y la ruptura sentimental.

Algunos grupos de hombres corren más riesgo que otros: Hombres de diversos géneros y orientación sexual, hombres en algunas ocupaciones laborales y hombres indígenas. Hay evidencia de que cuando los hombres buscan ayuda, la ayuda que reciben no siempre satisface sus necesidades. Se necesitan intervenciones de prevención que tengan en cuenta el contexto de género en el suicidio para chicos y hombres.

Estas intervenciones podrían funcionar para reforzar los factores protectores, como la conexión social y la búsqueda de ayuda, y reducir los factores de riesgo, como el uso de sustancias y también apoyarlos en eventos estresantes de la vida. Los servicios deben esforzarse por involucrar a los hombres y trabajar con ellos de forma sensible con el género.

## ¿CÓMO PUEDO PARTICIPAR?

Muchos hombres se enfrentan a presiones sociales por mantener ocultas sus luchas personales y pueden sentir vergüenza cuando experimentan problemas de salud mental o eventos estresantes de la vida.

**TÚ TAMBIÉN PUEDES AYUDAR A CREAR ESPERANZA A TRAVÉS DE LA ACCIÓN.**

**TÚ PUEDES SER LA LUZ**

## ACTÚA

- Facilitar oportunidades para que chicos y hombres hablen de sus conflictos abiertamente y sin juzgarles es fundamental para la prevención del suicidio.
- Apoyar a los hombres en momentos estresantes de la vida con el apoyo tanto emocional como práctico es importante. Por ejemplo, proporcionando acceso al empleo o asistencia con cuestiones financieras y legales asociadas a la ruptura de relaciones sentimentales.
- Las intervenciones para varones adolescentes pueden ser útiles para sentar las bases de una edad adulta saludable potenciando factores de protección como la conexión social, la apertura para ayudar y una masculinidad positiva.
- Quienes apoyan a los hombres a través de los servicios deberían involucrar a hombres con experiencia vivida en el co-diseño de esos servicios para garantizar que satisfagan sus necesidades.

## RECURSOS

Hay excelentes recursos y apoyos para hombres en todo el mundo, tales como:

- [HeadsUpGuys](#)
- [Movember Conversations](#)
- [Beyond Blue](#)
- [Lifeline Men's Toolkit](#)

## ESTADÍSTICAS

- El suicidio es un problema global. El suicidio figura de forma habitual entre las 20 causas principales de muerte globalmente en todos los grupos de edad. Una de cada 100 muertes en todo el mundo es resultado del suicidio. Puede afectarnos a todos.
- La tasa de suicidio global es más del doble de alta entre hombres que en mujeres.
- Más de la mitad (58%) de todas las muertes por suicidio suceden antes de los 50 años.
- El suicidio ocurre en todas las regiones del mundo, aunque más de tres cuartas partes (77%) de los suicidios globales en 2019 tuvieron lugar en países de renta baja y media.
- El 10 de septiembre es el Día Mundial de la Prevención del Suicidio (#WSPD). “Crear esperanza a través de la acción” anima a infundir confianza en todos nosotros; que nuestras acciones pueden proveer esperanza a aquellos que están luchando.

*Este documento es una adaptación realizada por el Programa de Salud Mental de la Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía y la Escuela Andaluza de Salud Pública de “Suicide in Boys & Men”, publicado en 2023 por International Association for Suicide Prevention (IASP). Disponible, junto a otros materiales de prevención de la conducta suicida, en <https://www.iasp.info/wspd/>.*

