# Efemérides del 10 de septiembre: Día Mundial de la Prevención del Suicidio

10 septiembre, 2023

**El objetivo de la jornada es concientizar que el suicidio, considerado uno de los mayores problemas de salud pública a nivel mundial, puede prevenirse.**

El suicidio es definido por la Organización Mundial de la Salud (2010) como “el acto deliberado de quitarse la vida”.

Este evento individual de la vida humana es considerado en toda su complejidad, teniendo un alcance colectivo, como problema sanitario y social.

Las conductas suicidas abarcan un amplio espectro desde la ideación suicida y la elaboración de un plan hasta la obtención de los medios para hacerlo y la posible consumación

del acto. En este sentido el intento de suicidio es un factor de riesgo indubitable dado que es la acción autoinfligida con el propósito de generarse un daño potencialmente letal.

Si bien no pueden asociarse de manera lineal y consecutiva, es fundamental considerar el riesgo que cada una de estas manifestaciones conlleva más allá de la intencionalidad supuesta.

A nivel mundial, los suicidios representan un 50% de todas las muertes violentas registradas entre hombres y un 71% entre mujeres y es la segunda causa principal de muerte en el grupo de 15 a 29 años de edad. En los países de mayores ingresos se suicidan tres veces más hombres que mujeres, sin embargo en los de ingresos bajos y medianos esta brecha hombre/mujer se hace menor a razón de 1,5 hombres por cada mujer.

En el 2012 se registraron en el mundo unas 804.000 muertes por suicidio, lo que representa una tasa anual mundial de suicidio de 11,4 por 100.000 habitantes (ajustada por edad,15,0 entre hombres y 8,0 entre mujeres). Sin embargo, como el suicidio es un asunto sensible, incluso ilegal en algunos países, muy probablemente exista sub-notificación.

El registro de un suicidio es un procedimiento complicado que involucra a varias autoridades diferentes, inclusive a menudo a la policía. En los países sin registro fiable de las muertes, los suicidios, simplemente no se cuantifican. En los países con eficientes sistemas de información sobre eventos vitales, el suicidio puede estar mal clasificado como muerte por accidente o por otra causa.

Al analizar los casos de suicidio por país surge que entre los que tienen tasas más altas aparecen países con mayor nivel de desarrollo se encuentran Argentina, Uruguay y Chile.

**Es importante que sepas**

1. La persona que se suicida no desea morir. La persona que tiene ideas suicidas está transitando una situación de ambivalencia en su vida, es decir, desearía morir si su vida continúa de la misma manera, pero desearía vivir si se produjeran cambios significativos en ella.
2. Se cree que el que dice o amenaza con quitarse la vida, no lo hace, sin embargo, la mayoría de las personas que se suicidan, hicieron saber el propósito de acabar con su vida.
3. Toda persona antes de cometer un intento de suicidio evidencia una serie de señales que de ser detectada a tiempo puede ayudar a evitarlo. El suicidio no ocurre sólo por impulso.
4. El suicidio o intento de suicidio puede ocurrir durante un proceso depresivo o no.
5. Los comportamientos suicidas se han asociado con depresión, abuso de sustancias, esquizofrenia y otros padecimientos mentales, además de comportamientos destructivos y agresivos. Sin embargo, esta asociación no se debe sobrestimar. No hay una relación directa entre el sufrimiento que padece quien desea terminar con su vida y los padecimientos o enfermedades mentales.

6. Hablar con una persona sobre sus intenciones de matarse no incrementa la posibilidad de cometer suicidio. Dialogar sobre el tema reduce la posibilidad de cometerlo y puede ser una oportunidad para ayudar a quien está padeciendo.
7. No debe asociarse el suicidio y el intento de suicidio con acciones de cobardía o valentía, tampoco con hechos románticos o heroicos. No es menor destacar que la acostumbrada asociación que se realiza desde los medios de comunicación del suicidio con hechos delictivo al anunciarlos en las secciones policiales, debe ser cuestionada.
8. Suele afirmarse que los niños no se suicidan. Sin embargo, una vez que un niño adquiere el concepto de muerte puede cometer suicidio.
9. La tendencia al suicidio no es hereditaria. Lo que sí puede trasmitirse por medio de la educación es la visión sobre el suicidio como una forma de solución a los problemas.

**Cómo prevenirlo**

Reconociendo los signos de alerta

- Aislamiento
- Persistencia de ideas negativas
- Dificultad para comer, dormir y trabajar
- Desesperanza
- Llanto inconsolable
- Repentino cambio de conducta
- Mostrando interés y apoyo
- Respetando las diferentes expresiones de sentimientos
- Eliminando prejuicios. El suicidio no es ni bueno ni malo, tampoco un hecho delictivo, es una situación de sufrimiento

**Desde casa, desde la escuela, desde cada espacio, motivando a las personas**

- Para que hablen sobre cómo se sienten
- Para que tengan amistades saludables
- Para que tomen decisiones de manera autónoma
- Para que aprendan a manejar situaciones de estrés y dificultad
- Para que aprendan a perseverar cuando la ocasión lo requiera y a renunciar cuando sea necesario
- Para que tengan buena autoestima
- Para que desarrollen habilidades e inteligencia emocional para resolver problemas

**Otras efemérides**

1814 – PROVINCIA DE CORRIENTES. El director supremo de las Provincias Unidas del Río de la Plata, Gervasio Antonio de Posadas, crea por decreto a la provincia de Corrientes, que incluía a territorios de la actual Misiones. Corrientes es una de las 14 provincias originales de la Confederación Argentina.

1833 – JUAN JOSÉ PASO. A la edad de 75 años muere en Buenos Aires el doctor en leyes y político Juan José Paso (Juan José Esteban del Passo), quien fue secretario de la Primera Junta de Gobierno autónomo de España en 1810. Paso formó parte de los triunviratos de las Provincias Unidas del Río de la Plata constituidos en 1811 y 1812.

1911 – NELLY OMAR. Nace en la ciudad bonaerense de Guaminí la actriz y cantante de folclore y tangos Nelly Omar (Nilda Elvira Vattuone), ciudadana ilustre de la ciudad de Buenos Aires por su larga carrera artística. Fue también declarada embajadora del Tango.

1943 – JORGE PINCHEVSKY. Nace en la ciudad santafesina de

Rosario el violinista de música clásica, folclore, tango y rock Jorge Pinchevsky, el violinista con mayor renombre en el rock argentino. Formó parte en bandas pioneras del rock argentino, como La Cofradía de la Flor Solar y Billy Bond y La Pesada del Rock and Roll.

1945 – JOSÉ FELICIANO. Nace en el pueblo portorriqueño de Lares el músico y cantautor José Feliciano (José Monserrate Feliciano García), quien grabó más de 600 canciones y vendió más de 50 millones de discos. Se lo señala como el primer hispanoamericano en entrar al mercado de la música en inglés. Fue pionero en incluir en sus discos algún dueto con otros artistas.

1950 – JOE PERRY. Nace en la ciudad de Lawrence (Massachusetts, EEUU) el músico y compositor estadounidense Joe Perry (Anthony Joseph Pereira) guitarrista de la banda de hard rock Aerosmith, con la que vendió más de 200 millones de discos.

1975 – KISS ALIVE. La banda de rock estadounidense Kiss lanza Alive!, su primer disco de un recital en vivo que lo lanzaría a la fama mundial. Es el cuarto álbum de Kiss, considerado un hito en las ventas de álbumes de rock grabados en vivo.

1981 – GUERNICA DE PICASSO. Expuesto en el Museo de Arte Moderno de Nueva York desde 1939, el cuadro Guernica, del pintor español Pablo Picasso, regresa a una España que recuperó la democracia al cabo de 35 años de dictadura franquista. Se expuso primero en el Casón del Buen Retiro de Madrid hasta 1992, cuando pasó al también madrileño Museo Reina Sofía, donde se está en la actualidad.

2006 – MICHAEL SCHUMACHER. El piloto alemán de automovilismo Michael Schumacher, siete veces campeón de Fórmula 1, anuncia su retiro luego de ganar en Monza el Gran Premio de Italia con la escudería Ferrari. Faltaban tres carreras para concluir el campeonato de 2006. En la siguiente temporada Schumacher fue

sustituido por el finés Kimi Raikkonen.

Fuente: Telam y TyC Sport