

Oportunidades para disminuir los riesgos de suicidio en la era COVID-19

escrito por Marifa Salceda | marzo 22, 2022

[More](#) [CME & MOC](#) [Cite](#) [F](#)

Special Communication | COVID-19: Beyond Tomorrow

October 16, 2020

Prevention in the COVID-19 Era: Transforming Threat Into Opportunity

MD¹

[Article Information](#)

JAMA Psychiatry. 2021;78(4):433-438. doi:10.1001/jamapsychiatry.2020.3746

Source Center

 PDF	  More ▾	 CME & MOC	 Cite	 Permissions
---	--	---	--	---

Special Communication | COVID-19: Beyond Tomorrow

FREE


October 16, 2020

Suicide Prevention in the COVID-19 Era Transforming Threat Into Opportunity

Christine Moutier, MD¹

[Author Affiliations](#) | [Article Information](#)

JAMA Psychiatry. 2021;78(4):433-438. doi:10.1001/jamapsychiatry.2020.3746

 **COVID-19 Resource Center**

Durante años se ha mantenido la idea de que hablar sobre el suicidio podría producir un efecto contagio y aumentar los casos. Sin embargo, las evidencias científicas son tajantes: hablar sobre el suicidio es clave para prevenirlo, pero hay que hacerlo de manera responsable y rigurosa, basándose en fuentes fiables y evitando dar detalles de las formas y métodos empleados, no publicando

fotografías ni notas suicidas y aportando siempre recursos de ayuda ([OMS, 2018](#)). En esta línea, el Ministerio de Sanidad del Gobierno de España publicó también un [manual de recomendaciones para los medios de comunicación al informar sobre el suicidio](#) y, hace unos meses, la Agencia pública española SINC (Servicio de Información y Noticias Científicas) publicaba un [artículo](#) en el que informaba de que las muertes por conductas suicidas han aumentado de manera preocupante en los últimos 30 años en todo el mundo, alertando de que se trata de un problema grave de salud pública mundial para el que las investigaciones plantean la necesidad de “hacerle frente, sin sensacionalismos y con fuentes fiables” para prevenirlo y acabar con el estigma de un problema, además, silenciado.

El suicidio es una de las principales causas de muerte no natural considerada como problema crítico de salud pública a nivel mundial. Uno de los mitos que hay que erradicar, entre otros ([Mental Health Europe, 2020](#)), es que no puede prevenirse y la pandemia por COVID-19 presenta una nueva oportunidad para disminuir los riesgos a través de acciones políticas y comunitarias. Precisamente de ello se ocupa el artículo [Suicide prevention in the COVID-19 era. Transforming threat into opportunity](#), publicado en la revista científica ‘JAMA Psychiatry’, que proporciona estrategias basadas en la evidencia dirigidas a servicios de atención médica, a políticas nacionales y locales y a iniciativas educativas para mitigar los posibles efectos negativos que pudiera tener la pandemia en el riesgo de suicidio.

Los resultados incluyen un conjunto de estrategias generales de prevención individual y poblacional basadas en la evidencia enfatizando que requieren de un enfoque múltiple tanto desde los gobiernos y sistemas de salud como desde los servicios comunitarios para abordarse con

eficacia. Las ocho áreas a las que hay que atender especialmente son las enfermedades mentales; el aislamiento, la soledad y el duelo; las crisis suicidas; el acceso a recursos para la atención y prevención; el alcoholismo; los factores de estrés financiero; la violencia machista y las noticias de los medios de comunicación para garantizar que respetan de forma rigurosa las pautas basadas en la evidencia sobre cómo informar acerca del suicidio y la salud mental. El estudio concluye que estamos en un momento histórico en el que debe priorizarse la prevención del suicidio como un problema muy grave de salud pública, no solo por parte de responsables de la formulación de políticas o de la atención médica y líderes de las comunidades, sino a nivel de la ciudadanía promoviendo entornos seguros para todas las personas, aumentando la conexión social para mitigar la soledad y el aislamiento, denunciando o solicitando ayuda ante casos de violencia, o prestando atención y apoyo a personas en riesgo por enfermedad mental, adicciones o situaciones de angustia.

RECURSOS PARA OBTENER INFORMACIÓN:

- [APSAS](#): Asociación para la Prevención del Suicidio y Ayuda al Superviviente.
- [FSME](#): Fundación Salud Mental España para la Prevención de los Trastornos Mentales y el Suicidio.
- [RedAIPIS](#): Asociación de Investigación, Prevención e Intervención del Suicidio y Familiares y Allegados en Duelo.
- [PREVENSUIC](#): App para smartphone para familiares, profesionales y personas en riesgo.
- [Teléfono prevención del suicidio](#) (24h/365 días): 900.92.55.55.

- [Teléfono de la Esperanza](#): 717 00 37 17.
- Servicios de Emergencia a través del teléfono 112 (SAMUR, SUMMA).