

Día Mundial de la Prevención del Suicidio 2020

“Trabajando juntos para prevenir el suicidio”

Día Mundial de la Prevención del Suicidio 2020

- Cada 10 de septiembre desde el 2003, la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP), en colaboración con la Organización Mundial de la Salud (OMS), promueve el Día Mundial de la Prevención del Suicidio (DMPS).
- El Día Mundial de la Prevención del Suicidio ofrece a las personas de todo el mundo la oportunidad de sensibilizar sobre el suicidio y la prevención del suicidio.





El tema del Día Mundial de la Prevención del Suicidio 2020 es:
"Trabajando juntos para prevenir el suicidio".

Este es el tercer año que el tema del DMPS es "Trabajando juntos para prevenir el suicidio". Este tema ha sido elegido porque resalta el ingrediente más esencial para la prevención eficaz de los suicidios a nivel mundial- **la colaboración.**

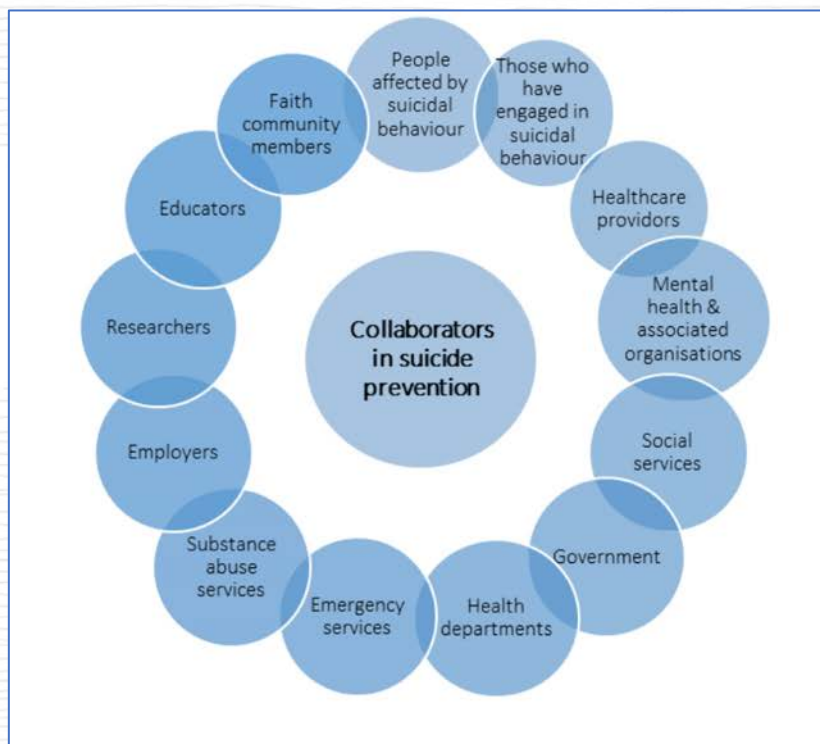
Trabajando juntos para prevenir el suicidio durante COVID-19

- Este año, nos encontramos en circunstancias muy inesperadas y desafiantes mientras nos enfrentamos a la pandemia mundial de COVID-19.
- La pandemia probablemente ha tenido un efecto en el bienestar mental de todos nosotros. Esto es normal y comprensible.
- Sin embargo, algunos de nosotros podemos necesitar apoyo adicional, como las personas con condiciones preexistentes de salud física y mental y de consumo de sustancias, los ancianos, las personas con discapacidad, los trabajadores de primera línea, las comunidades indígenas, los migrantes y las personas con o en recuperación de COVID-19.

Trabajando juntos para prevenir el suicidio durante COVID-19

- Este año, más que nunca, durante COVID-19, es crucial que **trabajemos juntos para prevenir el suicidio.**
- El 10 de septiembre, únanse a nosotros y a muchos otros en todo el mundo que están jugando su papel en la prevención del suicidio.
- Asegúrense de involucrar o invitar a las organizaciones y colaboradores locales de su país para organizar un evento para marcar el DMSP 2020.

Trabajando juntos para prevenir el suicidio



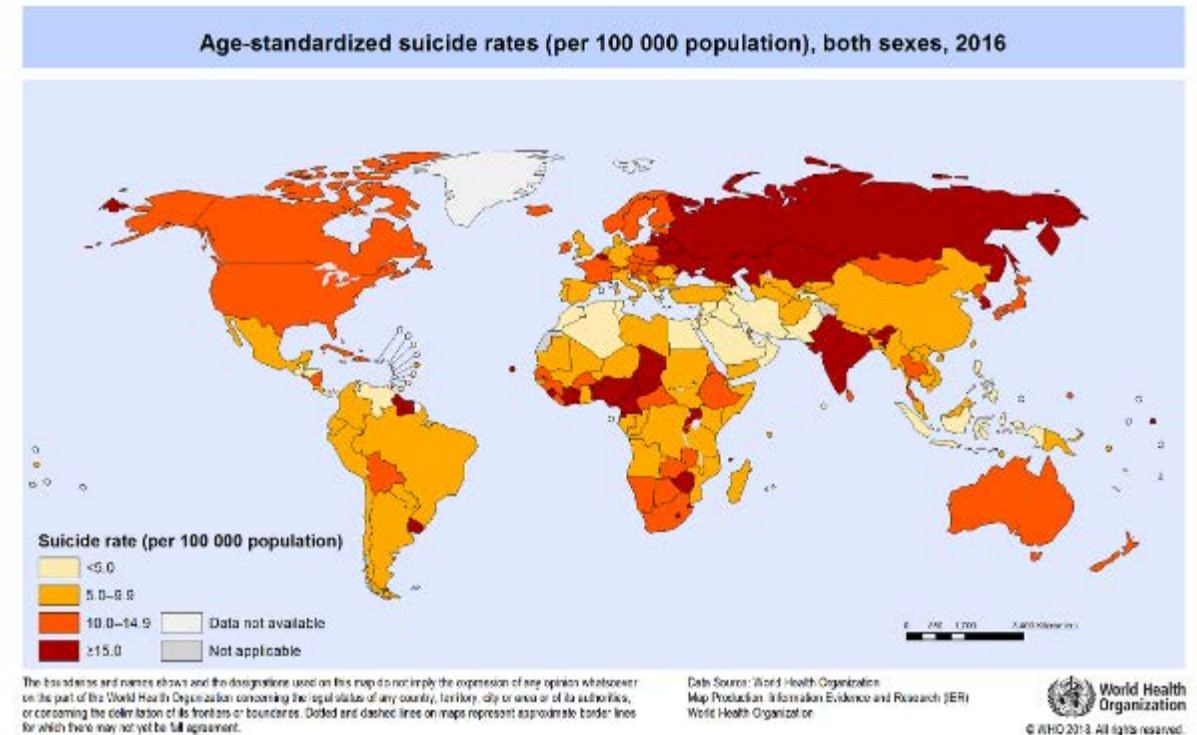
- La prevención del suicidio es a menudo posible y todos nosotros somos actores clave en su prevención.
- Unirse es crítico para prevenir el suicidio. Prevenir el suicidio requiere el esfuerzo de muchos.
- Todos pueden contribuir a la prevención del suicidio. Para alcanzar nuestro objetivo común en la prevención de la conducta suicida, debemos trabajar en colaboración, de manera coordinada, utilizando un enfoque multidisciplinario.

Imagen: Colaboradores en la Prevención del Suicidio. Personas afectadas por la conducta suicida, Aquellos que se han involucrado en una conducta suicida, Proveedores de servicios de salud, Organizaciones y asociaciones de salud mental, Servicios Sociales, Gobierno, Departamento de salud, Servicios de emergencia, Servicios de abuso de sustancias, Empleados, Investigadores, Educadores, Miembros de la comunidad.

<https://www.iasp.info/wspd2020/>

Suicidio a nivel mundial

- Cerca de 800.000 personas mueren por suicidio cada año, lo que equivale a una persona cada 40 segundos.
- El suicidio se produce a lo largo de toda la vida y es la segunda causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años en todo el mundo.
- El suicidio representa el 1,4% de todas las muertes en todo el mundo, lo que lo convierte en la 18ª causa de muerte en el 2016.



https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en/

Suicidio en las Américas

	Tasas de suicidio normalizadas por edad (por cada 100.000 habitantes)
	Ambos sexos
	2016
Región de la OMS	10.53
Global	11.96
África	11.96
Américas	9.25
Asia sudoriental	13.40
Europa	12.85
Mediterráneo Oriental	4.30
Pacífico Occidental	8.45

- En el 2016, la tasa de suicidio normalizada por edad en América era de **9,25 por cada 100.000 habitantes.**
<https://apps.who.int/gho/data/view.main.MHSUICIDEASDRREGv?lang=en>

Suicidio en las Américas

Proporción de suicidios masculinos y femeninos, por grupos de edad, 2010-2014

- Entre el 2010-2014, el número promedio de muertes por suicidio en la Región fue de casi 82.000, o una tasa ajustada por edad del 9.2 por 100.000 habitantes.
- El suicidio fue la tercera causa de muerte en las Américas entre las personas de 10 a 44 años.
- En las Américas, así como a nivel mundial, las tasas de suicidio en los hombres siguen siendo más altas que en las mujeres, lo que representa el 78% de todas las muertes por suicidio.

Regions and subregions	Age-unadjusted	Age-adjusted	10-19	20-24	25-44	45-59	60-69	70+
Region of the Americas	3.7	3.7	2.1	4.2	3.9	3.3	4.1	7.8
North America	3.6	3.5	2.9	4.3	3.4	2.9	3.7	7.9
Latin America and the Caribbean	3.9	4.0	1.8	4.1	4.5	4.1	5.0	7.6
Central America, Hispanic Caribbean and Mexico	4.2	4.4	1.7	4.0	5.2	5.4	5.3	8.4
South America	3.8	3.9	1.9	4.2	4.3	3.7	4.9	7.3
Non-Hispanic Caribbean	3.6	3.6	1.2	2.7	4.2	5.1	4.3	6.3

Factores de riesgo clave para el suicidio

Sistemas de salud y sociedad

- Barreras para acceder a la atención médica
- Acceso a los medios para suicidarse.
- Medios inapropiados que informan sobre suicidio
- Estigma asociado con el comportamiento de búsqueda de ayuda

Comunidad

- Desastres, guerras y conflictos
- Tensiones de aculturación y dislocación.
- Discriminación
- Trauma o abuso

Individual

- Intento de suicidio previo
- Desordenes mentales
- Antecedentes familiares de suicidio.
- Consumo nocivo de alcohol
- Desesperación
- Dolor crónico
- Pérdida laboral o financiera
- Factores genéticos y biológicos.

Fuente: Prevención del suicidio: un imperativo global, OMS. 2014

Intervenciones basadas en evidencia

Universal:

- Políticas de salud mental
- Políticas para reducir el uso nocivo del alcohol
- Acceso a la atención de la salud
- Restricción del acceso a los medios
- Reportaje responsable de los medios de comunicación
- Sensibilización sobre la salud mental y el suicidio

Selectivo:

- Intervenciones para grupos vulnerables
- Entrenamiento de guardianes
- Líneas de ayuda en caso de crisis

Indicado:

- Seguimiento y apoyo de la comunidad
- Evaluación y manejo de la conducta suicida
- Evaluación y tratamiento de los trastornos de la salud mental y del consumo de sustancias

Fuente: Prevención del suicidio: un imperativo global, OMS. 2014

Plan de Acción sobre Salud Mental 2015-2020



Objetivo	Indicador	Línea de base (2013)	A mitad de período (2017)	Meta (2020)
3.2. Implementar programas de prevención de suicidio	3.2.1 Número anual de muertes por suicidio por cada 100.000 habitantes. No hay un aumento en la tasa regional de suicidios para 2020 en comparación con 2013.	7.3/100,000 habitantes	19 de los 34 países con datos disponibles tenían una tasa anual inferior a la línea de base	<7.3/100,000 population
	3.2.2 Número de países que desarrollan e implementan programas nacionales de prevención de suicidios	6	11 (en 2015)	20

Apéndice II - Plan de acción sobre salud mental 2013-2020

Opciones propuestas para la aplicación

Objetivo 3: Poner en práctica estrategias de promoción y prevención en el campo de la salud mental

Acciones	Opciones para la aplicación
<p>Prevención del suicidio: elaborar y aplicar estrategias nacionales integrales de prevención del suicidio, prestando especial atención a los colectivos en que se haya detectado un mayor riesgo de suicidio, como los gays, lesbianas, bisexuales y transexuales, los jóvenes u otros grupos vulnerables de cualquier edad en función del contexto local.</p>	<p>Opciones adicionales para la aplicación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de estrategias y de planes nacionales de prevención del suicidio que orienten a los gobiernos y a las principales partes interesadas para fomentar la sensibilización del público, aumentar la búsqueda de ayuda y reducir el estigma de los pensamientos y los comportamientos suicidas. • Implementación de programas escolares de aprendizaje socioemocional de carácter universal e indicado y otras intervenciones para capacitar a los adolescentes en sus habilidades de resolución de problemas y para hacer frente a los mismos. <p>Opciones modificadas para la aplicación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Restricción del acceso a medios de autolesión y suicidio (como plaguicidas, armas de fuego y medicamentos) y prohibición de los plaguicidas altamente peligrosos. • Mejoramiento de las respuestas del sistema de salud y de otros sectores a las autolesiones y los suicidios, incluida la capacitación del personal (por ejemplo, los profesionales sanitarios no especializados, los educadores, la policía, los bomberos, otros socorristas, los dirigentes religiosos y otros) en la evaluación, el tratamiento y el seguimiento de las autolesiones y los suicidios.

Recursos de la OPS/OMS:

Publicaciones sobre salud mental y prevención del suicidio

- Prevención del suicidio: un imperative global (2014):
http://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/world_report_2014/en/
- Mortalidad por suicidio en las Américas (2014):
<https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2014/PAHO-Mortalidad-por-suicidio-final.pdf>
- Prevención de la conducta suicida (2016):
<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/31167/9789275319192-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Manual de prácticas para el establecimiento y mantenimiento de sistemas de vigilancia de intentos de suicidio y autoagresiones (2018):
<http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/49120>

Recursos de la OPS/OMS:

Publicaciones sobre salud mental y prevención del suicidio

- Atlas de salud mental de las Américas (2017):
<http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/49664>
- La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas, 2018 (2018):
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49578/9789275320280_spa.pdf?sequence=9&isAllowed=y
- Tratamiento farmacológico de los trastornos mentales en la atención primaria de salud (2009):
https://www.who.int/mental_health/management/psychotropic_book_spanish.pdf?ua=1
- Guía de intervención mhGAP, Versión 2.0 (2016):
<http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/34071>

Recursos de la OPS/OMS: Publicaciones sobre salud mental y prevención del suicidio

- Prevención del Suicidio: un recurso para los profesionales de los medios de comunicación Actualización del 2017:
http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/49121/OPSNMH180021_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Prevención del suicidio: una serie de recursos
https://www.who.int/mental_health/resources/preventingsuicide/en/

Recursos de la OPS/OMS:

Curso virtual sobre prevención del suicidio

Prevención de la autolesión/suicidio: Potenciación de los proveedores de atención primaria de la salud

- Gratuito, autodirigido y disponible en inglés y español en el Campus Virtual de Salud Pública de la OPS.
- Busca fortalecer las capacidades de los profesionales de la salud primaria en la identificación, evaluación y mejora del enfoque de las conductas suicidas en los usuarios del servicio.
- Dividido en siete módulos.
- Basado en la Guía de Intervención para Trastornos Mentales, Neurológicos y de Consumo de Sustancias de la Organización Mundial de la Salud (OMS).



Recursos de la OPS/OMS: Salud mental y COVID-19

Página web de la OPS de salud mental y COVID-19:

<https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>

Acceda a los últimos recursos sobre salud mental y COVID-19, incluyendo:

- Materiales técnicos y de comunicaciones
- Información sobre seminarios web y otros eventos
- Cursos virtuales
- Vídeos y productos mediáticos especiales

