



COMISIÓN ESTATAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
SINALOA

10 de septiembre DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



El suicidio es un problema complejo de salud pública que continúa siendo un tema tabú por todo lo que implica, pero científicamente, el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses-CRNV y Cooperación Alemana al Desarrollo, lo define como *“toda muerte intencional autoinfligida que se realiza con conocimiento de su letalidad y es motivada por trastornos emocionales, pérdida de personas allegadas, trabajo o dinero, presión institucional, enfermedad incurable y mandato religioso, entre otras causas.”*

Dada la importancia del tema y con el propósito de visibilizarlo, crear conciencia alrededor del mundo sobre la prevención del mismo y generar medios de actuación para su erradicación, la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) designaron el día 10 de septiembre de cada año, como el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, generar. ¹





COMISIÓN ESTATAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
SINALOA



En su informe “Prevención del Suicidio, un Imperativo Global”, la OMS y la Organización Panamericana de la Salud, enlistan algunos elementos que pueden desencadenar una ola de suicidios, como las guerras y desastres, el estrés ocasionado por la aculturación, la discriminación, el aislamiento, el abuso, la violencia y las relaciones conflictivas.² Elementos que, en su mayoría, se dispararon en lo que va de la pandemia de COVID-19.

En México, según datos del INEGI, en el año 2020 se registraron 7,896 defunciones por suicidio, de los cuales 6,449 fueron cometidos por hombres y 1,439 por mujeres mientras que, en Sinaloa, fueron 112 casos, de los cuales 103 fueron cometidos por hombres y 9 por mujeres. Las edades de los grupos etarios más afectados fueron de hombres de 25 a 29 años y en mujeres de 15 a 19 años.³



² https://www.who.int/mental_health/suicideprevention/exe_summary_spanish.pdf?ua=1

³ https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?pxq=Salud_Mental_06_05d86884-2a0a-40ae-b810-4f6c966e0187



COMISIÓN ESTATAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
SINALOA

El Instituto Mexicano del Seguro Social, nos proporciona algunas estrategias para identificar mitos sobre el suicidio y las realidades que vale la pena reproducir:

MITO	REALIDAD
La persona que habla de suicidarse, no lo hace, sólo quiere llamar la atención.	Cuando alguien habla de suicidarse, hay que tomarlo muy en serio.
Solamente con no pensar en ello y seguir adelante, la persona suicida logrará sobreponerse.	El sufrimiento emocional que tiene la persona suicida NO ES VOLUNTARIO . No es suficiente con tener fuerza de voluntad, se requiere atención de un profesional para superarlo.
Todas las personas suicidas son desequilibradas mentales.	Algunas personas suicidas tienen un trastorno mental, como la depresión; pero sus capacidades mentales están íntegras, por lo que su enfermedad es tratable.
Las personas suicidas son malas, pecadoras o cobardes.	Una persona suicida es alguien que sufre emocionalmente más de lo que puede tolerar, casi siempre debido a una depresión de fondo y requiere diagnóstico y tratamiento.

A las personas que presentan señales de suicidio, es necesario restringir el acceso a los medios más comunes para ese fin, como son las armas de fuego, los medicamentos, los plaguicidas, la disminución del sensacionalismo en los medios de difusión, pero principalmente la no estigmatización de quienes buscan ayuda por comportamientos suicidas.



COMISIÓN ESTATAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
SINALOA

Este tipo de muertes intencionales autoinfligidas, representa la segunda causa principal de muerte entre jóvenes menores de 30 años en México, por lo que se tendría que reconocer como normal el experimentar el sentimiento de tristeza o ansiedad, pero cuando se presentan con frecuencia y te hacen pensar en la muerte, habrá que considerar que entonces ya existe un riesgo de suicidio; por lo que su identificación temprana, la comunicación intrafamiliar, la atención por parte de algún profesional y aceptar recibir tratamiento, son acciones que pueden prevenir la consumación o intento del mismo.



El tener una salud mental plena forma parte fundamental del derecho humano a la salud que todas y todos tenemos y en respuesta al compromiso que tiene el Estado mexicano de garantizar dicho derecho, la Secretaría de Salud publicó el 13 de enero de 2021 un comunicado en su página web, poniendo a disposición nacional la Línea de la Vida (800 911 2000), una línea telefónica gratuita para brindar apoyo emocional a las personas que lo requieren y recibir un tratamiento adecuado, específicamente para quienes padecen depresión; ya que de 70 a 90 por ciento de los suicidios, se asocian a dicho padecimiento, igualmente, en el estado de Sinaloa, el Centro de Educación Incluyente y Salud Emocional del Sistema DIF Estatal cuenta con la línea telefónica gratuita de apoyo emocional (667 7130 063).



COMISIÓN ESTATAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
SINALOA



COMISIÓN ESTATAL DE LOS
DERECHOS HUMANOS
SINALOA

Oficinas Generales

Ruperto L. Paliza No. 566 Sur,
esquina con Ignacio Ramírez
Col. Miguel Alemán, C.P. 80200,
Culiacán, Sinaloa.
Tels. (667) 752 24 21 y 752 25 75
Lada Sin Costo 800 672 92 94
informacion@cedhsinaloa.org.mx

Oficinas Regionales

Zona Norte

Calle Niños Héroes No. 781 Sur.
Col. Bienestar, CP. 81200,
Los Mochis, Sinaloa.
Tel. 668 8170 225
vzn@cedhsinaloa.org.mx

Zona Évora

Calle 22 de diciembre No. 103.
Col Centro, CP. 81400,
Guamúchil, Sinaloa.
Tel. 673 7328 004
vze@cedhsinaloa.org.mx

Zona Centro Norte

Calle Ignacio Ramírez No 99,
esquina con Niños Héroes,
Col. Centro. CP. 81000,
Guasave, Sinaloa.
Tel. 667 8716 137
vzg@cedhsinaloa.org.mx

Zona Sur

Calle Ramón López Alvarado, No. 329
Sur, Fracc. Tellería, CP 82017,
Mazatlán, Sinaloa
Tel. 669 9868 599
vzs@cedhsinaloa.org.mx