UNAMirada a la Ciencia
DGDCUNAM Divulgación de la Ciencia
www.unamiradaalaciencia.unam.mx
LA UNAM presenta el quehacer de los científicos al alcance de nuestros lectores

¡Ya no quiero vivir!

Enfermedad y falta de sentido de vida, principales causas del suicidio en la vejez

Entre los factores que contribuyen a cometer suicidio entre los adultos mayores se encuentran la estructura psicológica de la persona; es decir, su temperamento; la forma de enfrentar los conflictos; el nivel de autoestima y la identificación de recursos personales y de las condiciones que permiten enfrentar las crisis.

Cuando una persona de la tercera edad está pensando en suicidarse, uno de los factores que alimentan ese pensamiento es el deterioro de la salud física. "En ocasiones, si la persona tiene un nivel de estudios alto y sabe que padece una enfermedad terminal, prefiere anticiparse a morir, ya que, al parecer, así evitará el sufrimiento que conlleva pasar por procesos dolorosos", explica María Montero, académica de la Facultad de Psicología de la UNAM.

Otras personas mayores pasan por episodios de depresión profunda y aunque llevan una vida funcional o medianamente funcional, deciden acabar con su situación pues consideran que su vida no tiene sentido. También quienes están bajo una presión social o económica muy fuerte que no pueden solucionar, consideran el suicidio como única opción.

"Hay varios factores que habría que identificar: como el contexto en el que se encuentra la persona, el rango de edad, la etapa de su vida, las enfermedades que padece; en fin, todo lo que pueda dar indicios de por qué tomó esa drástica decisión", menciona la especialista.

"Cuando la persona está pensando en suicidarse, planea todo de tal manera que no noten sus intenciones; y lo hace así para que la gente de su alrededor no sospeche e interrumpa su plan", precisa la académica.

María Montero refiere que, según datos del Inegi dados a conocer en 2018, parece que a mayor edad se presentan más suicidios, y este fenómeno se observa más en hombres que en mujeres. El suicidio en mujeres se da con mayor frecuencia entre los 60 y los 64 años, con una tasa de 1.5; entre las mujeres mayores de 65 años es de una en cada 100 mil.

En contraste, en los hombres se registra 7.1 suicidios entre los 60 y los 64 años, y 10.5 en hombres de más de 65 años. Esta información sugiere que muchos hombres de la tercera edad no encuentran sentido a la vida, no tienen arraigo hacia ella.

Existen intervenciones eficaces para evitarlo, como la restricción del acceso a métodos comunes de suicidio (armas

de fuego y sustancias tóxicas como plaguicidas, por ejemplo), las cuales han demostrado ser eficaces para reducir las tasas de suicidio. No obstante, se deben adoptar enfoques multisectoriales con diversos niveles de intervención y actividades.

Cabe señalar que la prevención del suicidio requiere un enfoque innovador, integral y multisectorial, con la participación de sectores estratégicos, como el de la salud mental y física, la educación, el mundo laboral, la policía, la justicia, la religión, el derecho, la política y los medios de comunicación.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el suicidio tiene un efecto dominó que repercute en las sociedades, las comunidades, los amigos y las familias que han perdido a un ser querido por esta causa.

Texto: Isabel Pérez; diseño: Beatrix G. de Velasco; imágenes: Shutterstock.com

Escríbenos a cienciaunam@unam.mx o llámanos en la CDMX al **56 22 73 03**

Busca más información sobre éste y otros temas en
www.ciencia.unam.mx

UNAM La Universidad de la Nación

Director General: Dr. César A. Domínguez Pérez Tejada; Director de Medios: Ángel Figueroa; edición: Alfonso Andrés Fernández; coordinación de información: Claudia Juárez; coordinación de diseño: Jareni Ayala; distribución: Cristina Martínez y Karla Rocha; soporte Web: Aram Pichardo. © 2019 DGDC - UNAM