

Suicidio juvenil: Consejos y datos breves (Youth Suicide – Brief Facts and Tips)

- 1. El suicidio juvenil es un problema de salud pública grave.** En 2013, 5264 jóvenes murieron debido al suicidio, y el suicidio fue la segunda causa principal de muerte en jóvenes de 10 a 24 años en los Estados Unidos. En la encuesta sobre conductas de riesgo en los jóvenes (Youth Risk Behavior Surveillance Survey) de 2013, el 17 % de los estudiantes de nivel secundario del país informaron haber considerado seriamente el suicidio y el 8 % informó haber intentado suicidarse el año anterior.
- 2. El suicidio puede evitarse.** Los jóvenes que consideran el suicidio con frecuencia muestran señales de advertencia con respecto a su angustia y tienen dudas genuinas sobre el deseo de morir. Lo más importante es nunca tomar estas señales de advertencia a la ligera ni prometer guardar el secreto. Los estudiantes, los padres y el personal de la escuela son los guardianes de los jóvenes y pueden tomar medidas específicas para salvarles la vida.
- 3. Factores de riesgo del suicidio.** Algunas características asociadas con el aumento del riesgo de suicidio juvenil incluyen las siguientes:
 - Enfermedad mental, incluida la depresión, trastornos de comportamiento y abuso de sustancias.
 - Intentos anteriores de suicidio.
 - Aislamiento y soledad.
 - Automutilación no suicida (p. ej., cortarse o quemarse).
 - Desesperanza.
 - Impulsividad.
 - Estrés familiar, disfunción, antecedentes de enfermedad mental o suicidio.
 - Riesgos ambientales, incluida la presencia de armas de fuego en el hogar.
 - Crisis situacional (p. ej., pérdida [pérdida del romance, la dignidad o la muerte de un ser querido, especialmente si se debió a un suicidio]; acoso escolar u hostigamiento; medida disciplinaria severa o crisis académica; abuso físico o sexual o ser testigo de violencia familiar; el suicidio de un compañero).
- 4. Señales de advertencia de suicidio.** La mayoría de los jóvenes suicidas demuestran comportamientos observables que indican su pensamiento suicida:
 - Amenazas suicidas en forma de declaraciones directas (p. ej., “Voy a suicidarme”, “Quiero morir”) e indirectas (p. ej., “Quisiera poder quedarme dormido y no volver a despertar”, “Igualmente, nadie me extrañaría”), incluidas declaraciones realizadas a través de redes sociales.
 - Notas y planes suicidas (incluidas las publicaciones en línea).
 - Hacer arreglos finales (p. ej., obsequiar posesiones preciadas).
 - Expresar preocupación por la muerte en conversaciones, por escrito, en dibujos y en las redes sociales.
 - Cambios de comportamiento, apariencia, pensamientos y/o sentimientos.
- 5. Hay factores de protección que pueden suavizar los efectos de los factores de riesgo.** Estos pueden incluir apoyo familiar y de compañeros, conexión con la escuela y la comunidad, habilidades

para resolver problemas de manera saludable y un fácil acceso a servicios médicos y de salud mental eficaces.

6. **Los jóvenes vulnerables pueden ser capaces de recuperarse.** Hay tratamientos eficaces para todos los factores de riesgo que contribuyen al suicidio juvenil.
7. **Las escuelas desempeñan un papel importante en la prevención del suicidio juvenil.** Los niños y los jóvenes pasan la mayor parte del día en la escuela, donde hay adultos comprometidos y capacitados disponibles para ayudarlos. Las escuelas necesitan personal de salud mental capacitado y procedimientos claros para identificar e intervenir a estudiantes en riesgo de comportamiento suicida.
8. **Todo el personal de la escuela debería trabajar para crear un entorno en el que los estudiantes se sientan seguros.** Los miembros del equipo de salud mental y de crisis de la escuela son responsables de realizar evaluaciones de riesgo de suicidio, de advertir/informar a los padres, de proporcionar recomendaciones y derivaciones a servicios comunitarios y, con frecuencia, de proporcionar asesoramiento y apoyo de seguimiento en la escuela.
9. **La colaboración entre las escuelas y los proveedores comunitarios es fundamental.** Establecer sociedades con las agencias comunitarias de salud mental locales ayuda a conectar a los estudiantes con los servicios que necesitan de manera oportuna y ayuda a facilitar el reingreso a la escuela.
10. **Nunca ignore ni mantenga la información en secreto.** Los compañeros no deben acordar mantener los pensamientos suicidas de un amigo en secreto; en su lugar deberían contarle a un adulto, como a los padres, al maestro o al psicólogo escolar. Los padres deberían buscar ayuda en los recursos de salud mental de la comunidad o la escuela lo antes posible. El personal de la escuela debería llevar al estudiante ante el administrador o profesional de salud mental de la escuela designado. ENLACE A OTRO DOCUMENTO
11. **Busque ayuda inmediata si una amenaza de suicidio parece ser en serio.** Llame al 911 o a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio (National Suicide Prevention Lifeline) al 1-800-273-TALK (8255).

Recursos sugeridos:

- Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 1-800-273-TALK (8255) para obtener ayuda en casos de emergencia.
- [Fundación Estadounidense para la Prevención del Suicidio \(American Foundation for Suicide Prevention, AFSP\) para obtener información adicional y apoyo para los supervivientes.](#)
- [Recursos y apoyo del proyecto Trevor para jóvenes y Lesbianas, Homosexuales, Bisexuales, Transgénero y Minorías Sexuales \(Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender and Queer, LGBTQ\).](#)

NASP has made these resources available to the public in order to promote the ability of children and youth to cope with traumatic or unsettling events. You may use all or any portion of the school safety and crisis documents on this webpage solely for educational, non-commercial use, provided you do not remove any trademark, copyright or other notice contained in such document. Additionally, the integrity of the content must be maintained and NASP must be given proper credit. No other use is permitted unless otherwise expressly permitted by NASP.

© 2015, National Association of School Psychologists, 4340 East West Highway, Suite 402, Bethesda, MD 20814; (301) 657-0270, Fax (301) 657-0275; www.nasponline.org