



CONDUCTA SUICIDA Y ACCESO A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN ESPAÑA, ANÁLISIS DE LA CUESTIÓN

Íñigo Alberdi Páramo

Mar Jimenez Cabañas

Belén Rodado León

Agustín Bermejo

Ana García Carpintero

Germán Montero Hernández

ialberdiparamo@gmail.com

Conducta suicida, nuevas tecnologías, adolescentes

RESUMEN

Según datos de la OMS, en los últimos años el suicidio se ha convertido en Europa en la primera causa de muerte violenta entre los jóvenes, por encima incluso de los accidentes de tráfico. A pesar de ello, los datos en España son en muchos casos controvertidos debido al tabú que aún existe sobre este fenómeno y a la difícil clasificación y definición de una conducta multifactorial y compleja. En los últimos tiempos el acceso a los medios de comunicación y la información que manejamos en nuestro día a día, ha crecido de forma exponencial. Se expone un análisis de la prevalencia del acceso a las nuevas tecnologías, y su relación con la conducta suicida.

INTRODUCCIÓN

Según datos de la OMS, en los últimos años el suicidio se ha convertido en Europa en la primera causa de muerte violenta entre los jóvenes, por encima incluso de los accidentes de tráfico. A pesar de ello, los datos en España son en muchos casos controvertidos debido al tabú que aún existe sobre este fenómeno y a la difícil clasificación y definición de una conducta multifactorial y compleja.

La media de España es de 7,46 suicidios por 100.000 habitantes, una de las cifras más bajas del mundo. Se recoge que un 4,1% de adolescentes entre 14 y 19 años realizan al menos un intento de suicidio en el último año. Asimismo, las cifras de autolesiones también son alarmantes: el 21,7% de adolescentes entre 11 y 18 años al menos se autoinfligen autolesiones una vez en su vida, el 19% en la población general se ha autolesionado alguna vez y del 32 al 50% en pacientes hospitalizados.

CONDUCTA SUICIDA Y ACCESO A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN ESPAÑA, ANÁLISIS DE LA CUESTIÓN

En los últimos tiempos el acceso a los medios de comunicación y la información que manejamos en nuestro día a día, ha crecido de forma exponencial. A través de los medios de comunicación y de sus demandas asistenciales, la sociedad ha puesto sobre la mesa el problema del uso problemático, incluso patológico, de las tecnologías y de las adicciones sin sustancia.

Algunas ideas generales sobre el uso de redes sociales en niños y adolescentes, que merecen consideración de cara a introducir el taller (*Robinson J, Moreno M*):

- El consumo medio de redes sociales entre adolescentes en España es de más de una hora y media diaria
- El uso que hacen los adolescentes de las redes sociales para comunicar sufrimiento emocional es cada vez mayor, incluyendo mensajes sobre suicidio y enfermedades mentales
- Los jóvenes a menudo prefieren buscar ayuda en amigos o iguales que en adultos
- Los jóvenes son más susceptibles al denominado efecto contagio
- No hay control efectivo de la edad de acceso
- La supervisión paterna a menudo es escasa o nula

Algunas de las limitaciones para el abordaje de la conducta suicida en medios de comunicación y redes sociales, sobre todo en adolescentes (*Marchant A, 2017*), es el cambio constante en los modelos de consumo de redes sociales. Existen pocos estudios que aborden el tema, existiendo gran discrepancia entre los distintos estudios y la realidad. Asimismo, existen escasas actuaciones de las empresas dueñas de las redes sociales en este tipo de contenidos y muy pocas actuaciones de prevención desde instituciones dentro de redes sociales.

Como pauta de actuaciones posibles, autores como *Robinson J*, mencionan las campañas de prevención desde la red de salud mental, la formación adecuada de los profesionales, los programas de intervención dentro de las propias redes sociales, los programas de educación en redes sociales en colegios e institutos, tanto para adolescentes como para sus padres y el trabajo con pacientes y familiares acerca del uso de internet

Para concluir la primera ponencia de este simposium, una mención importante del papel de las nuevas tecnologías respecto al suicidio puede ser ejemplificado con este comunicado de octubre de 2006, Día Mundial de la Salud Mental, por el entonces Secretario General de las Naciones Unidas Kofi Annan. El comunicado de prensa, en el que se sintetiza la esencia de la actitud a promover con respecto al suicidio, decía así: "Todos nos sentimos profundamente preocupados, y con toda razón, por las muertes que causan las guerras, los homicidios, el terrorismo y otras formas de violencia.

CONDUCTA SUICIDA Y ACCESO A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN ESPAÑA, ANÁLISIS DE LA CUESTIÓN

En cambio, las muertes por suicidio y los factores que pueden conducir a ellas distan mucho de recibir ello le sumamos los numerosos intentos de suicidio -que multiplican la cifra por veinte-, podemos ver la verdadera escala de este problema de salud pública y esta tragedia humana, que afecta a decenas de millones de personas. La buena noticia es que ahora disponemos de numerosas herramientas para profundizar en la conducta suicida, lo que debe ayudar- nos a evitar muchas muertes reversibles, a proteger a las personas en situación de riesgo y apoyar a las familias que por esta causa han perdido a un ser querido. La idea de que hablar sobre el suicidio con alguien que está deprimido le puede meter la idea en la cabeza simplemente no es correcta. Hablar sobre el suicidio demuestra preocupación e interés y recomiendan preguntar directamente "¿Estás pensando en el suicidio?". Si la respuesta es sí, se debe preguntar si se ha decidido la forma de hacerlo. Un plan ya trazado es evidencia de peligro inminente y precisa de intervención profesional inmediata. Uno de los factores más importantes de riesgo de suicidio es la presencia de un trastorno mental, como la depresión o la esquizofrenia. Otro es que haya habido algún intento de suicidio previo, lo que hace más imperiosa aún la necesidad de que las personas que lo requieran reciban asistencia - tos trastornos, no todo el que lo necesita tiene acceso a un tratamiento. A la falta de personal especializado y de medicamentos se suman el desconocimiento de los trastornos mentales, las conductas suicidas y el estigma vinculado a ellos. Si no se atienden las enfermedades mentales pueden ser fatales. Una de las mejores formas de reducir el efecto desastroso del suicidio es atender, en un entorno comunitario, los trastornos mentales que tan estrechamente vinculados a él están. En este Día Mundial de la Salud Mental comprometámonos a actuar inspirados por esta idea. Demos al suicidio la atención que merece"

CONDUCTA SUICIDA Y ACCESO A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN ESPAÑA, ANÁLISIS DE LA CUESTIÓN

BIBLIOGRAFÍA

Comunicado del Centro de Prensa de Naciones Unidas, 10 de octubre de 2006.

Ferre Navarrete, F., Sevilla Vicente, J., & Basurte Villamor, I. (2016). Adicciones comportamentales y patología dual. *Protocolos de intervención en Patología Dual* (pp. 1–26).

Fonseca-Pedrero, E., Pérez de Albéniz Iturriaga, A., Domínguez, C., Inchausti, F., Gorría, A., Ortuño-Sierra, J., Merina Díaz, C., et al. (2017). Ideación suicida en una muestra representativa de adolescentes españoles. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 11(2), 76–85. Elsevier.

Fundación Salud Mental España. (2019). Suicidios España 2016. Observatorio del suicidio. www.fsme.es/observatoriodelsuicidio.

García-Nieto, R., Blasco-Fontecilla, H., de León-Martínez, V., & Baca-García, E. (2014). Clinical Features Associated with Suicide Attempts versus Suicide Gestures in an Inpatient Sample. *Archives of Suicide Research*, 18(4), 419–431.

Instituto Nacional de Estadística. (2018). INE 2015. Defunciones por suicidio.

Marchant, A., Hawton, K., Stewart, A., Montgomery, P., Singaravelu, V., Lloyd, K., Purdy, N., et al. (2017). A systematic review of the relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: The good, the bad and the unknown. (K.-K. R. Choo, Ed.) *PLOS ONE*, 12(8), e0181722. Public Library of Science. Retrieved March 8, 2019.

Moreno M (2016). *J Adolesc Health*. 2016

OMS. Organización Mundial de la Salud (OMS) Prevención del suicidio. Recursos para consejeros. Ginebra; 2013.

Pérez Jimenez JC. Suicidio y medios de comunicación. Un desafío profesional que salva vidas. In: *La mirada del suicida El enigma y el estigma*. Madrid: Plaza y Valdés; 2011.

Robinson, J., Rodrigues, M., Fisher, S., Bailey, E., & Herrman, H. (2015). Social media and suicide prevention: findings from a stakeholder survey. *Shanghai archives of psychiatry*, 27(1), 27–35. Shanghai Mental Health Center.