


Una reflexión sobre el suicidio desde una perspectiva de género

Edson Castro Bautista 

Recibido: 13 abril 2026 / Aceptado: 28 abril 2026 / Publicado: 15 mayo 2026
Sección: Artículos

Resumen: Hoy en día el suicidio es catalogado por los estudiosos del tema como un problema de salud y de salud mental. Además, para los propósitos del presente artículo también es importante clasificarlo como un problema de carácter social, ya que viene a advertir la descomposición del tracto social en el que participamos todas y todos cotidianamente. En México y principalmente en Durango, esta es una problemática que requiere de atención desde una perspectiva de género debido a que las causas que lo originan son muy diversas en un género u otro. Por lo tanto, se parte primero de la comprensión de una ideación suicida, después una conducta suicida y finalmente un intento de suicidio o un suicidio mismo para entender cuál es el camino que atraviesa una persona y cómo es que ésta llega hasta esta instancia. En esa tesitura, el presente trabajo de investigación lleva a cabo el análisis y el contraste entre estos factores a partir de un enfoque cuantitativo que atiende a la urgencia de tratamiento que debe tener este tópico.

Palabras clave: Autolesión. Género. Prevención.

Abstract: Nowadays, suicide is mostly classified by scholars of the subject as a health and mental health problem. Furthermore, for the purposes of this article it is also important to classify it as a social problem, since it indicates the decomposition of the social tract in which we all participate on a daily basis. In Mexico and mainly in Durango, this is a problem that requires attention from a gender perspective because the causes that give rise to it are very diverse in one gender or another. Therefore, we begin by understanding suicidal ideation, then suicidal behavior, and finally a suicide attempt or suicide itself to understand the path that a person goes through and how they get to this point. In this situation, the present research work carries out the analysis and

contrast between these factors from a quantitative approach that addresses the urgency of treatment that this topic must have.

Keywords: Self-harm. Gender. Prevention.

Introducción

El suicidio es una problemática de salud local, nacional y mundial. Según la Organización Mundial de la Salud a través de la Organización Panamericana de la Salud, “cada año, más de 703,000 personas se quitan la vida tras numerosos intentos de suicidio, lo que corresponde a una muerte cada 40 segundos”.¹

Este tópico no es sólo un problema de salud, sino que también es una problemática social que en los últimos años se ha tratado de visibilizar, sobre todo para sensibilizar a la sociedad de los problemas dentro del problema, como la ideación suicida, la cual es el reflejo de muchos otros factores como el *bullying*, el acoso, la violencia, la mala gestión de emociones, entre otras causas multifactoriales que causan daño en la salud mental de las personas provocando ansiedad, depresión, ideas y conductas suicidas hasta llegar a un suicidio.

Asimismo, uno de los problemas más grandes y que en muchas ocasiones se ignora a la hora de hablar del suicidio es hacerlo desde una perspectiva de género, ya que son muchas y muy diversas las causas que provocan un suicidio en un hombre o en una mujer.

Es menester del presente artículo compartir información sobre el principio de autonomía, uno de los cuatro principios que fundamentan a la bioética para dar paso a la explicación de las ideaciones suicidas y qué las origina, luego, el problema del suicidio y sus distintas connotaciones desde una concepción filosófica, jurista, social y clínica para entender mejor de qué se está hablando.

Después, pasaremos a la información y a los datos relevantes que permitirán hacer un contraste entre las diversas causas y efectos de las ideaciones suicidas, de los intentos de suicidio, de la planificación y los métodos que se utilizan y de los suicidios mismos desde una óptica masculina y una femenina.

Posteriormente, el análisis de toda esta información permitirá hacer una reflexión sobre el suicidio desde una perspectiva de género, ya que es

¹ Organización Panamericana de la Salud, *Prevención del suicidio*, <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-suicidio> (fecha de consulta: 25 de mayo de 2024).

importante generar consciencia acerca de lo anteriormente mencionado con el objetivo de visibilizar en la persona lectora de este artículo las nociones básicas de tan alarmante problema y pueda tomar acción a la hora de identificar una o varias de las conductas suicidas para prevenir la pérdida de apreciables vidas.

El principio de autonomía

La bioética es una rama de la ética cuyo objetivo es fundamentar con respecto a la ética las respuestas sobre las decisiones que cada persona toma en la vida (para bien o para mal). De tal modo que la bioética se ha fundamentado en los principios de autonomía, de beneficencia, de no maleficencia y de justicia.²

En tal virtud, el principio de autonomía denota la “capacidad de la persona para tomar decisiones de manera libre e independiente, que debe respetarse siempre, salvo en casos excepcionales en que entre en conflicto con otros valores esenciales”,³ o bien, la que “consiste en que cada persona es autodeterminante para optar por las propias escogencias en función de las razones del mismo, es decir, que al hacer uso de la autonomía, cada quien conduce su vida en concordancia con sus intereses, deseos y creencias”.⁴

De ahí que, el principio de autonomía abre la puerta a que las personas se conduzcan según sus ideas, pensamientos, intereses y objetivos personales a la hora de tomar las decisiones que para ellas o ellos sean las idóneas.

Por ejemplo, una persona es libre de elegir cómo vestir, qué comer, cuál es la carrera que desea estudiar para formar su proyecto académico y posterior proyecto profesional o bien elegir el camino del emprendimiento, si quiere casarse o tal vez la posibilidad de vivir en unión libre, tener hijos o no, a final de cuentas regir su vida con base a la propia autonomía de sus decisiones para lograr desarrollar su propio proyecto de vida con los objetivos y/o finalidades personales.

2 Fundación Víctor Grífols, *¿Qué es la Bioética?*, <https://www.fundaciogrifols.org/es/bioetica> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

3 *Idem*.

4 Ferro, María, Molina, Luzcarín y Rodríguez, William, *La bioética y sus principios*. Acta Odontológica Venezolana, 47 (2): 1, Venezuela, junio, 2009. [https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-63652009000200029#:~:text=Principio%20de%20Autonom%C3%ADa%3A%20Consiste%20en,%2C1999\)%20\(5\)](https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-63652009000200029#:~:text=Principio%20de%20Autonom%C3%ADa%3A%20Consiste%20en,%2C1999)%20(5)) (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

Una vez distinguido en qué consiste el principio de autonomía, podemos ubicarnos en el espacio-tiempo centrado en el tema del suicidio, porque hoy en día sigue siendo un tema controvertido por el juicio moral y social que éste conlleva, es por ello que se debe mencionar el principio de autonomía para entrar en la discusión acerca “de la disposición sobre el propio cuerpo exige partir del supuesto de la libre voluntad o cierta autonomía inherente a los seres humanos, capacidad que, como se plantea hoy día en la discusión bioética, permitiría a los sujetos realizar elecciones libres de interferencia, sin coerción de ningún tipo y con la finalidad de alcanzar su mayor estado de “autogobierno personal””.⁵

Hay que mencionar que la palabra autonomía etimológicamente “proviene del griego *autos*: sí mismo, y *nómos*: ley”.⁶

Esta raíz ha permitido que un concepto tan amplio a la interpretación abra la puerta a que cada persona en su individualidad pueda entender y hacer uso de esa libertad que tiene sobre sí mismo para emitir un juicio de valor sobre la vida misma y si ésta merece la pena o no de acuerdo a las circunstancias, áreas de oportunidad y retos que pueda afrontar en lo personal, en lo social, en lo profesional, en lo económico o en cualquier otra área de su vida física y/o mental teniendo una percepción totalmente personal apegada a sus emociones y a muchos otros factores que determinan todas y cada una de sus decisiones, incluida la de la posibilidad de optar por acortar la vida.

A pesar de que filósofos como Tomás de Aquino e Immanuel Kant están en contra del libre albedrío de disponer uno del cuerpo para cometer suicidio porque va en contra de la ética de la autonomía según palabras del propio Aquino,⁷ o porque la moral condena al suicidio por configurarse tres aspectos, primero, una violación de la voluntad divina, segundo, una contradicción con los fines de la naturaleza y tercero, una obliteración de la

5 Reyes, Francisca, *Perspectivas filosóficas a partir del problema del suicidio*, Persona y Bioética. 25 (1): 1, Chile, enero-junio, 2021. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-31222021000102514 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

6 Bastos, Ana, *Deformidad del principio de autonomía para sustentar actos éticamente ilícitos*, Persona y Bioética, 26 (1): 1, Colombia, enero-junio, 2022. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-31222022000102615&script=sci_arttext (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

7 *Idem*.

voluntad racional, es decir, va en contra de lo divino, lo natural y por lo reconocido por la razón según las interpretaciones de Kant.⁸

Además, según la perspectiva de sociólogos, juristas, antropólogos, entre otros, debería considerarse la posibilidad de que tal vez el suicidio no va en contra de la moral porque a final de cuentas uno responde a sí mismo y al recurrir a esa última vía atiende a una diversidad de causas que orillan a la comisión del suicidio.

Este artículo tiene un sesgo al admitir la posibilidad de que tal vez no está mal suicidarse en atención al principio de autonomía, sin embargo, personalmente abordo la problemática desde un punto de vista en el que la finalidad es llevar a cabo una reflexión encaminada a la prevención del suicidio con el propósito de ayudar a aquellas personas con ideaciones suicidas provocadas por una diversidad de factores de riesgo como la depresión, la ansiedad, la represión de las emociones, la violencia, las presiones sociales, el consumo de sustancias, entre otros factores que orillan al suicidio desde una perspectiva de género que permita profundizar en el tema e ir más allá de lo que ya ha sido estudiado y analizado dentro del campo de la salud mental, del contexto social y del suicidio en general.

La ideación suicida

La ideación suicida y el suicidio a simple vista parecen conceptos sinónimos, pero no lo son. Por un lado, la ideación suicida refiere a la idea o al conjunto de pensamientos que van encaminados a terminar con la propia vida.⁹ Por el otro lado, el suicidio es el último paso derivado de esta idea o pensamiento de acabar uno mismo con la vida.

En cuanto a la ideación suicida decimos que ésta es la antesala de un fenómeno social y de salud que año con año deja sin vida a muchas personas por mano propia, ya que “suele ser un paso previo a la conducta suicida y consiste en pensamientos de terminar con la propia existencia”,¹⁰ y puede

8 López, Luis, *Kant, suicidio y privación de la vida: una interpretación voluntarista*, Signos filosóficos, 23 (46): 1, México, julio-diciembre, 2021. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-13242021000200008#fn5 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

9 Jiménez, Janet, Rodríguez, Sofía, Ramírez, Juana y Martínez, Marcela, *Ideación e intento suicida en pacientes con padecimientos psiquiátricos en un hospital de la Ciudad de México*, Gaceta médica de México, 159 (3): 1, México, mayo-junio, 2023. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-38132023000300224 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

10 Pérez, S, *¿Cómo prevenir el suicidio en adolescentes?*, Futuros, 14 (6), 2006. <https://www.iztacala.unam.mx/creas/ideas.pdf> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

adoptar diferentes formas de presentarse tales como una ideación suicida sin un método específico, con un método inespecífico o con un método específico no planificado.

Primero, cuando se tiene la idea, pero no se tiene claro cómo cometer suicidio se habla de una ideación suicida sin un método específico porque sólo responde a la pregunta con un “no sé cómo, pero lo voy a hacer”, cuando una persona tiene el deseo de querer morir, pero no cuenta con una claridad de cómo lo hará simplemente responde a ese deseo con un “de cualquier forma, ahorcándome, quemándome, pegándome un balazo.” Hasta aquí, ya hay cierta claridad de un método al que se acudirá para lograr lo cometido, sin embargo cuando existe una ideación suicida en la que sí se tiene un método específico, pero éste no es planificado, estamos ante una ideación en la que sí se tiene pensado en morir, sí se tiene elegido un método para hacerlo aunque falta la planeación de los mínimos detalles del lugar, el tiempo y todos aquellos que le permitirán consumir la acción sin ser descubierto o descubierta.¹¹

Entonces, hay que distinguir un concepto de otro a pesar de que están íntimamente ligados y de las diversas modalidades y metodologías que existen dentro de la ideación suicida porque de esta manera también comprenderemos que el suicidio puede producirse no únicamente por un solo factor o un factor aislado, sino que puede producirse en definitiva posteriormente a una ideación suicida en donde pueden converger varias causas relacionadas a la salud mental como la ansiedad, la depresión, el estrés y la desregulación emocional, además de otros factores de riesgo que propician una mayor ideación suicida y que requieren de mayor estudio como el consumo de alcohol, el tabaquismo, la falta de sueño, el bajo status social, económico y/o de cualquier otra índole por mencionar solo algunos o el género, materia principal de este artículo.¹²

De tal modo, para entender a qué se refiere la ideación suicida se identifican dos vertientes de esta y es importante destacarlas, ya que una ideación suicida no necesariamente termina en un suicidio el cien por ciento de las ocasiones. Cuando esto no sucede, podemos denominar al intento de suicidio como un parasuicidio o un intento de autoeliminación en el que

¹¹ *Idem.*

¹² Cuadra, Alejandro, Veloso, Constanza, Vega, Guillermo y Zepeda, Aura, *Ideación suicida y la relación con la salud mental en adolescentes escolarizados no consultantes*, Asociación Interciencia, 46 (5): 217-223, Chile, mayo, 2021. <https://www.redalyc.org/journal/339/33967916006/html/> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

una persona de manera deliberada tuvo toda la intención de autoinfligirse daño con el propósito de acabar con su vida, pero sin lograr dicho resultado.

Esta primera aproximación conocida como la ideación suicida puede ser pasiva o activa. Una ideación suicida pasiva ocurre cuando una persona en su interior desea estar muerta o poder morir, pero en realidad no se tiene un plan concreto para suicidarse,¹³ y una ideación activa es aquella en la que no solo se tiene la idea o el pensamiento de hacerlo, sino que se cuenta con una planificación para hacerlo.¹⁴

Ahora bien, una persona puede presentar estas ideaciones a lo largo de su vida producto de una diversidad de factores como los anteriormente mencionados y para poder identificar si se posee uno o algunos de estos pensamientos, es imperioso conocer estas señales que pueden advertir a una persona sobre sí misma o sobre algún ser querido o cercano que pueda estar presentando alguno de estos síntomas, por mencionar algunos como: “Aislarte de tus seres queridos. Sentirse desesperado o atrapado. Hablar de muerte o suicidio. Regalar posesiones. Un aumento en el uso o abuso de sustancias. Aumento de los cambios de humor, la ira, la rabia o la irritabilidad”.¹⁵

En muchas de las ocasiones en las que una persona presenta alguno o algunos de estos pensamientos o conductas, será de manera silenciosa y pasará por desapercibido (en otras no tanto), de ahí la importancia de estar atentos ante cualquiera de estos síntomas para demostrar empatía y tomar la mejor decisión para saber cómo abordar a la persona con ideación suicida, en algunos casos bastará con estar presente en los momentos difíciles, escuchar activamente y ser ese consejero o consejera que se necesita, pero no se debe dejar pasar que en otras circunstancias tal vez lo mejor será buscar ayuda profesional.

Si de lo anterior, las personas realmente se mostraran empáticas y ayudaran a otras en esta situación, se evitaría la trágica pérdida de aproximadamente 130 personas al día,¹⁶ es decir, 130 personas tendrían una segunda oportunidad de reivindicar sus vidas para buscar mejorar su estado, ya sea de manera personal o (lo más recomendable) con ayuda profesional.

¹³ Inspira, *El Suicidio: ¿Qué es la ideación suicida?*, mayo, 2021. <https://www.inspirapr.com/post/que-es-la-ideacion-suicida> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

¹⁴ *Idem.*

¹⁵ *Idem.*

¹⁶ American Psychiatric Association, *¿Qué son suicidio y autolesión?*, 2022. <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/suicidio-y-autolesion/que-son-suicidio-y-autolesion> (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).

El suicidio desde una perspectiva de género

Cuando se habla de suicidio se le pueden dar diferentes connotaciones a la palabra misma, desde una perspectiva filosófica, jurista, social y clínica por mencionar algunas.

El suicidio como cuestión filosófica alude al fin de la vida propia cuando ésta no merece seguirse viviendo,¹⁷ pero aquí se abre un debate sobre la moralidad del acto de disponer del cuerpo mismo, es bueno o es malo cometer suicidio cuando las razones en apariencia lo justifiquen y es que “la doctrina católica influyó decisivamente en que se viera el suicidio como un atentado contra Dios, la sociedad y el propio individuo”.¹⁸

La definición jurista según la Real Academia española establece que el suicidio es el “acto voluntario por el que una persona pone fin a su existencia”.¹⁹

Esta definición formal del suicidio permite identificar factores en común con la definición desde un punto de vista filosófico y desde otros puntos de vista como los siguientes.

La óptica social es muy variable, pero tomaremos como referencia la definición con tres elementos clave dada por la American Psychiatric Association (referencia que se utiliza más adelante en el artículo), el “suicidio es el acto de quitarse deliberadamente la vida. Una persona que se suicida posea la intención de morir y causa su propia muerte”.²⁰

En palabras del sociólogo francés Émile Durkheim, el suicidio es “todo caso de muerte que resulte, directa o indirectamente, de un acto, positivo o negativo, realizado por la víctima misma a sabiendas de que iba a producir ese resultado”.

Al llegar a este punto, se afirma que el suicidio en su gran diversidad de acepciones tiene elementos en común que permiten entender qué es y qué es lo que busca. Por lo que podemos definir al suicidio como el acto deliberado que comete una persona con la finalidad de acabar con su propia vida.

17 Historia National Geographic, *David hume, el filósofo ilustrado que teorizó sobre el suicidio*. https://historia.nationalgeographic.com.es/a/david-hume-filosofo-ilustrado-que-teorizo-sobre-suicidio_14083 (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).

18 *Idem*.

19 Real Academia Española. <https://dpej.rae.es/lema/suicidio> (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).

20 *Idem*.

Al estudiar con tanta amplitud el suicidio con relación al género resultará interesante observar las causas que orillan al fin de la vida por mano propia, como por ejemplo la falta de adaptación a la sociedad y de la sociedad con respecto al individuo, la discriminación, el odio y el rechazo social, entre otros como los anteriormente mencionados que pueden ser factor determinante a la hora de tomar la última decisión, así como los mecanismos que se emplean a nivel nacional e internacional para lograr el respeto y el goce de los derechos humanos de las personas independientemente de su género.

Los suicidios en hombres

De este modo podemos abordar el tema del suicidio desde una perspectiva de género ya que las estadísticas indican que los índices de suicidio son mayores en hombres comparado al de las mujeres, cuestión que resulta interesante investigar para los fines de este artículo, máxime cuando los factores y las causas del suicidio en uno y otro son muy diferentes.

Primero, si hablamos del suicidio desde una perspectiva de género, debe quedar claro que, a pesar de que las estadísticas indiquen que la cantidad de suicidios es mucho mayor en hombres en comparación al de las mujeres, se debe destacar que a partir del rol que desempeña el hombre dentro de la sociedad (impuesto por esta misma), en muchos de los casos, los suicidios masculinos son el resultado de un mal manejo de las emociones y el reprimirlas hasta un punto de no retorno, derivado de frustraciones por no alcanzar una buena posición dentro de la jerarquía social, económica, política o de cualquier otra índole que se le ha impuesto dentro de la sociedad.

La carga masculina de ser proveedor y protector, entre otras características impuestas por la sociedad y de otros estereotipos como “el que no debe llorar, el que debe resolver, el que debe sobresalir e imponerse a los demás como el más fuerte, el más inteligente, el más apto, etcétera”, han provocado que se polaricen temas como la inteligencia emocional, marcando de negativas (cuestión meramente subjetiva) las emociones tales como la tristeza, el estrés, la angustia, la ansiedad, el enojo, la ira y otras que son normales que una persona experimente en esta montaña rusa de emociones llamada vida.

El error de adoptar una postura de aparentar que nada afecta y que todo pasa, se produce una mala gestión de las emociones que poco a poco van orillando primero a tener ideaciones suicidas, luego a una planificación

de la muerte y por último el suicidio al sucumbir ante una presión que difícilmente desaparece por sí sola ante la imposición de un constructo social, aspecto que es particular en cada individuo por la subjetividad presente al abordar dichas emociones.

Como referencia global tomaremos el dato en el que los hombres presentan un riesgo tres veces mayor, en proporción, de quitarse la vida si lo comparamos con los riesgos que presentan las mujeres, toda vez que, el uso de armas de fuego fue la causa de casi la mitad de estos suicidios.²⁵ De esto se pueden interpretar dos cosas, por una parte, que los varones en efecto tienen una mayor probabilidad de morir por suicidio y también que estos utilizan métodos más letales a la hora de tomar la decisión de acabar con su vida.

Es notorio que, en el caso de nuestro país según cifras del gobierno mexicano, “del total de suicidios registrados en 2020, 81.6 por ciento ocurrió en hombres y 18.4 por ciento en mujeres. El mayor porcentaje fue en el grupo de 20 a 29 años, seguido del grupo de 10 a 19 años”.²⁶

Otro dato alarmante producto de esta comparación es que según datos recopilados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía para una publicación de La Jornada, “por sexo, la tasa de fallecimientos por lesiones autoinfligidas ha observado una diferencia constante, pues en el periodo de 2017 a 2022, fue de 9.9 hombres por cada 100 mil, y de 2.1 mujeres por cada 100 mil habitantes”,²⁷ mientras que en 2023 ésta ascendió en hombres a un poco más de 10.5 por cada 100 mil habitantes y en mujeres a 2.3 por cada 100 mil habitantes, dándonos una relación aproximada de 8 de cada 10 suicidios ocurre en el caso de los hombres y de 1 de cada 5 en el caso de las mujeres.²⁸

Los hombres cometen más suicidios, eso es indudable, pero también sumamente urgente de atender para prevenir que muchos más cometan suicidio después de analizar los datos como la tasa de suicidios y la efectividad que estos tienen para cometerlo a la hora de decidir quitarse la vida.

²⁵ *Ibidem.* p.5.

²⁶ Secretaría de Salud, *Prevención del suicidio debe considerar factores de riesgo y de protección.* México, 2021. <https://www.gob.mx/salud/es/articulos/prevencion-del-suicidio-debe-considerar-factores-de-riesgo-y-de-proteccion?idiom=es#:~:text=Es%20importante%20la%20detecci%C3%B3n%20temprana,noticias%20en%20medios%20de%20comunicaci%C3%B3n> (fecha de consulta: 19 de septiembre de 2024).

²⁷ Alegría, Alejandro, *Tasa de suicidios en México ha aumentado en 6 años*, La Jornada, México, 2023. <https://www.jornada.com.mx/notas/2023/09/08/economia/tasa-de-suicidios-en-mexico-ha-aumentado-en-6-anos-inegi/> (fecha de consulta: 19 de septiembre de 2024).

²⁸ *Idem.*

Los suicidios en mujeres

Sin embargo, si bien nos encontramos ante una problemática que en apariencia no distingue sexo o géneros como lo es el tema de la salud mental, no podemos dejar de lado el índice de suicidios de las mujeres por más bajo que sea a comparación de los hombres, ya que los factores que orillan a la comisión de suicidio por parte de una mujer son muy distintos, como por ejemplo la violencia de género, el acoso, el sometimiento del género masculino sobre el femenino por ese otro rol que le ha impuesto la sociedad de manera histórica a las mujeres como los objetos de deseo, de complacimento y otros que han menoscabado la capacidad de una mujer de vivir una vida sana, tanto física como mentalmente, producto de esto es el suicidio.

El rol que representa la mujer hoy en día es vital para el funcionamiento de la sociedad, ya sea participando de la familia, de la economía, de la política, de la toma de decisiones o de cualquier otra, incluyendo todos los retos que conlleva y es que es fundamental su participación tanto activa como pasiva para lograr ese equilibrio por el que tanto se ha luchado a lo largo de la historia.

Desafortunadamente, parece lejana la idea de un mundo en el que la balanza logre estar equilibrada, en donde a las mujeres se les vea como eso, como mujeres, como personas, según palabras de Mary Shier.

Es menester del presente artículo estudiar el suicidio desde esta perspectiva femenina a la que en ocasiones se le hace ver como no tan relevante o simplemente se omite que los factores que originan las ideaciones suicidas y los suicidios femeninos en la mayoría de los casos son por razón de género, por no poder vivir de una vida plena tanto sexual, social, económica, política u otra.

Una investigación realizada por la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de la Plata hace apenas dos años mostraba el resultado de estudiar cualitativamente los casos de algunas mujeres que tuvieron ideaciones suicidas y que habían recurrido a diversas fuentes para encontrar tratamiento a su condición, específicamente las emociones desbordadas que sentían producto de todo el contexto histórico que habían sufrido hasta ese momento como violencia física, psicológica y sexual, primero de unos familiares y después de sus parejas con las que no consideraban compartir una relación estable.²⁹

²⁹ Gómez, Elba, *El mundo emocional de las mujeres con intento de suicidio*, Perspectivas de Investigación en Educación Física, 1 (2): 7, Argentina, octubre-marzo, 2022. <https://www.memoria.>

La ideación suicida produce los intentos de acabar con la vida y al tomar como referencia el estudio realizado en 6 mujeres que comparten características en común, se encuentran como base de estos pensamientos la percepción del mundo como un lugar peligroso, injusto, abusivo y lleno de malestares que no se pueden reparar por tener que lidiar permanentemente con la tristeza, el miedo, la soledad, el rechazo, el cansancio, entre otros que imposibilitan ver un rayo de luz que dé esperanza de abolir la dependencia emocional y los maltratos a los que han sido sujetas durante el tiempo, prácticamente toda su vida desde la niñez, la adolescencia y la adultez.³⁰

Los intentos de suicidio son mayores en mujeres que en hombres, debido a que una gran cantidad de mujeres piensan en suicidarse precisamente como una escapatoria de una vida llena de abusos y violencia de muchos tipos, como la violencia física, psicológica, sexual, económica, patrimonial, social o cualquier otra que las tienen en una posición en la que sus vidas no tienen otro camino más que el de terminarla a mano propia y librarse del tormento que parece no terminar sino a través de ellas mismas al tomar la decisión final.

Ahora, los intentos de suicidio en una gran cantidad de ocasiones quedan en eso, en un intento, ya que los métodos empleados por las mujeres para cometer suicidio no son tan efectivos como los que utilizan los hombres al momento de querer acabar con la propia vida.

La utilización de estupefacientes, de medicamento en exceso para provocar una sobredosis, el alcohol u otro medio para acabar con la vida no resulta tan efectiva como la utilización de armas de fuego como ya se comentó en el apartado del suicidio en hombres, es decir, la efectividad es mucho menor en comparación.

Algunos métodos empleados para poner fin a la vida con mano propia como lo es el ahorcamiento, además del uso de armas de fuego, medicamentos, drogas u otros estupefacientes, entre otros métodos, se omiten ya que el propósito del artículo no es hacer ilustrativas las maneras de cometer suicidio, en cambio, para fines del mismo, el comentario va encaminado a que la planificación sobre el método que se piensa usar para pasar del intento al acto consumado es diferente en mujeres y en hombres, por precisamente falta de planificación, desconocimiento u otra razón o razones que impiden completar la acción, lo que resulta preocupante es la cantidad de intentos

fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.15112/pr.15112.pdf (fecha de consulta: 19 de septiembre de 2024).

³⁰ *Ibidem.* p. 9.

de suicidio de mujeres que hay en proporción al de los hombres. Es por ello que, es necesario adoptar medidas de prevención enfocadas a disminuir los intentos de suicidio en mujeres.

¿Cómo lograr esto? Es importante considerar los factores de protección en materia de salud, de salud mental, de seguridad, de educación y muchos otros que desarrollen integralmente una posibilidad de hacer menos probable que una mujer tenga ideaciones suicidas derivadas de situaciones problemáticas, de violencia o de falta de oportunidades que orillan a dichos intentos de suicidio que, a pesar de que no es tan efectiva la consumación del intento, sí se debe atender para evitarlos a toda costa.

Conclusiones

Hoy en día por el acceso directo y común que se tiene al internet y a las redes sociales (principalmente) desde una diversidad de dispositivos y plataformas es más sencillo tener conocimiento de las estadísticas y de los casos de suicidio que acontecen cotidianamente, el problema radica en las formas en que se detallan las notas de dichos sucesos en las que en ocasiones suelen ser desproporcionados a la hora de compartir información como los métodos empleados para cometer suicidio y las circunstancias o el contexto de dicho acto, así como la falta de perspectiva de género al tratar un tema tan delicado.

La sociedad ha adoptado y hasta cierto punto ha romantizado un problema de salud mental a través de estas notas periodísticas-informativas que se han utilizado como ejemplo en la industria de entretenimiento para crear programas de televisión, series y películas que abordan al suicidio desde una percepción alterada de la realidad, ya que se victimiza a la persona que consume el acto y a sus allegados provocando que la audiencia lo normalice y adopte conductas e ideas tendientes al suicidio y/o a ser parte de aquellos factores que inducen a una persona a cometer suicidio.

Primero. El suicidio es un problema que claramente ha levantado una preocupación internacional, nacional y local por todo lo que representa la pérdida de una vida, pero no debe quedar en eso, en un problema que solo preocupe sino que realmente ocupe a todas las personas y también se pueda hacer un llamado de empatía social y de estado de alerta ante cualquier síntoma o indicio que pueda presentar una persona con ideaciones suicidas y que probablemente ya esté pensando en un futuro intento de comisión suicida.

Además, se debe hacer un llamado de atención a los gobiernos para que se pongan en marcha al menos uno o varios mecanismos que permitan la efectiva atención de personas con ideas, pensamientos, problemas de sustancias o de cualquier otra índole, de autoestima, depresión, ansiedad o cualquier otro para prevenir el suicidio, así como de atención a familiares de víctimas de suicidio para intentar subsanar en cierta medida tan irreparable pérdida.

Segundo. Ante todo, para que la prevención del suicidio sea realmente efectiva, se debe considerar el estudio y análisis de los detalles que participan en este fenómeno social y de salud desde una perspectiva de género, ya que las causas del suicidio son muy distintas en unas y en otros, pero a la vez de igual importancia.

Los índices de tentativa de suicidio en mujeres se pueden reducir drásticamente si se realizan acciones concretas como políticas públicas encaminadas a la educación y a los valores como el respeto, la tolerancia, la dignidad, la igualdad y la justicia generar una nueva cultura de paz.

Por lo tanto, una política de prevención del suicidio debe contemplar a todas las personas con sus respectivas necesidades para hacer eficaz la atención y la protección de todas y todos ante los posibles escenarios de vulneración de la integridad física, psicológica y mental.

Tercero. La salud mental debe ser un foco de atención prioritaria, se deben quitar los estigmas de que hablar de las emociones es para débiles, que buscar ayuda psicológica es para trastornados y que la ayuda psiquiátrica es para locos, todas y todos tienen derecho a cuidar su salud mental y a que existan las condiciones necesarias para poder ejercer este derecho, toda vez que si se le diera el mismo valor al manejo de emociones y a la salud mental como tal, así como se le da al cuidado de la salud física, la salud financiera y otras áreas, produciría la prevalencia de un estado de paz mental y de mejor manejo de las emociones en todas las personas reduciendo la posibilidad de tener pensamientos suicidas, planificaciones de muerte y finalmente de que se cometan suicidios.

Cuarta. Nuevamente y de manera concreta, si todas las personas hiciéramos consciente lo vital que es gozar de una paz mental, de lo importante que es no reprimir las emociones sino expresarlas y con ello buscar una guía profesional en caso de que sea complicado para uno mismo, otra cosa sería y los individuos y la sociedad serían más empáticos y capaces de abordar las

emociones con las que interactuamos cotidianamente de una mejor manera reduciendo e incluso eliminando la idea del suicidio.

Quinta. En teoría suena bastante sencillo, pero esto es más complejo de lo que parece. Las personas histórica y culturalmente hemos sido la causa misma de que exista una descomposición social en detrimento de la salud mental debido a los estigmas impuestos por la sociedad haciendo difícil la labor de la gestión de las emociones al provocar que éstas se desborden derivado de presiones social cargadas a cada género por cómo deberían ser, cómo deberían actuar y cómo deberían reaccionar ante la vida. Esto quiere decir que los suicidios en función del género si podemos llamarlos así, seguirán en aumento, ya que a unos se les imponen ciertas cargas de acuerdo con su género lo mismo dentro de esa diversidad de factores que inducen al suicidio y que al final imposibilitan ver con claridad la oportunidad de no acortar la vida, sino de seguir avanzando en ella.

Para terminar, se concluye que aún hay esperanza si actuamos desde este momento para que poco a poco se puedan fortalecer las mejores propuestas para el cuidado de la salud mental y para la prevención y atención del suicidio porque el objetivo es claro, reducir al mínimo las condiciones de sufrimiento físico y mental que producen un efecto negativo en lo individual y en lo colectivo para que precisamente exista eso, esperanza de que la vida misma implica retos y por más difíciles o imposibles de superar, sí se puede encontrar una vía para transformar la adversidad en un área de oportunidad.

Sumario

Introducción	38
El principio de autonomía	39
La ideación suicida	41
El suicidio desde una perspectiva de género	44
Los suicidios en hombres.	46
Los suicidios en mujeres	48
Conclusiones	50

Referencias

- Alegría, Alejandro, *Tasa de suicidios en México ha aumentado en 6 años*, La Jornada, México, 2023. <https://www.jornada.com.mx/notas/2023/09/08/economia/tasa-de-suicidios-en-mexico-ha-aumentado-en-6-anos-inegi/> (fecha de consulta: 19 de septiembre de 2024).
- American Psychiatric Association, *¿Qué son suicidio y autolesión?*, 2022. <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/suicidio-y-autolesion/que-son-suicidio-y-autolesion> (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).
- Barroso, Alejandro, *Comprender el suicidio desde una perspectiva de género: una revisión crítica bibliográfica*, México, 2019. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsi/v39n135/2340-2733-raen-39-135-0051.pdf> (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).
- Bastos, Ana, *Deformidad del principio de autonomía para sustentar actos éticamente ilícitos*, Persona y Bioética, 26 (1): 1, Colombia, enero-junio, 2022. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-31222022000102615&script=sci_arttext (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).
- Cuadra, Alejandro; Veloso, Constanza; Vega, Guillermo y Zepeda, Aura, *Ideación suicida y la relación con la salud mental en adolescentes escolarizados no consultantes*, Asociación Interciencia, 46 (5): 217-223, Chile, mayo, 2021. <https://www.redalyc.org/journal/339/33967916006/html/> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).
- Durkheim, Émile, citado por Romero, María Aurora y Gonnet, Juan Pablo, *Un diálogo entre Durkheim y Foucault a propósito del suicidio*, op. cit. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-25032013000400003 (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).
- Ferro, María; Molina, Luzcarín y Rodríguez, William, *La bioética y sus principios*, Acta Odontológica Venezolana, 47 (2): 1, Venezuela, junio, 2009. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-63652009000200029 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).
- Fundación Víctor Grífols, *¿Qué es la Bioética?* <https://www.fundaciogrifols.org/es/bioetica> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).
- Gómez, Elba, *El mundo emocional de las mujeres con intento de suicidio*, Perspectivas de Investigación en Educación Física, 1 (2): 7, Argentina, octubre-marzo, 2022. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.15112/pr.15112.pdf (fecha de consulta: 19 de septiembre de 2024).
- Historia National Geographic, *David Hume, el filósofo ilustrado que teorizó sobre el suicidio*. https://historia.nationalgeographic.com.es/a/david-hume-filosofo-ilustrado-que-teorizo-sobre-suicidio_14083 (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).
- Inspira, *El suicidio: ¿Qué es la ideación suicida?*, mayo, 2021. <https://www.inspirapr.com/post/que-es-la-ideacion-suicida> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).
- Instituto Nacional de Estadística, <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto.htm?c=4484> (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).
- Jiménez, Janet; Rodríguez, Sofía; Ramírez, Juana y Martínez, Marcela, *Ideación e intento suicida en pacientes con padecimientos psiquiátricos en un hospital de la Ciudad de México*, Gaceta Médica de México, 159 (3): 1, México, mayo-junio, 2023. <https://www.scielo.org>

org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-38132023000300224 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

Lagarde, Marcela, *El género*, fragmento literal: “La perspectiva de género”, en *Género y feminismo, Desarrollo humano y democracia*, España, 1996. https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/CONACYT/08_EducDHyMediacionEscolar/Contenidos/Biblioteca/Lecturas-Complementarias/Lagarde_Genero.pdf (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).

López, Luis, *Kant, suicidio y privación de la vida: una interpretación voluntarista*, *Signos filosóficos*, 23 (46): 1, México, julio-diciembre, 2021. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-13242021000200008#fn5 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

Organización Panamericana de la Salud, *Prevención del suicidio*, <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-suicidio> (fecha de consulta: 25 de mayo de 2024).


Pérez, S., *¿Cómo prevenir el suicidio en adolescentes?*, *Futuros*, 14 (6), 2006. <https://www.iztacala.unam.mx/creas/ideas.pdf> (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

Real Academia Española, <https://dpej.rae.es/lema/suicidio> (fecha de consulta: 18 de septiembre de 2024).

Reyes, Francisca, *Perspectivas filosóficas a partir del problema del suicidio*, *Persona y Bioética*, 25 (1): 1, Chile, enero-junio, 2021. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-31222021000102514 (fecha de consulta: 17 de septiembre de 2024).

Secretaría de Salud, *Prevención del suicidio debe considerar factores de riesgo y de protección*, México, 2021. <https://www.gob.mx/salud/es/articulos/prevencion-del-suicidio-debe-considerar-factores-de-riesgo-y-de-proteccion> (fecha de consulta: 19 de septiembre de 2024).

Sobre el autor

Edson Castro Bautista  Maestro en Derechos Humanos por la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Juárez del Estado de Durango y catedrático de esta misma Facultad. edson.castro@ujed.mx; <https://orcid.org/0009-0006-3239-4640>