

## 10S / DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

JUAN DANIEL GONZÁLEZ

La Región de Murcia, al igual que muchas otras partes del mundo, ha enfrentado en los últimos años el desafío creciente de la conducta suicida. A pesar de la tendencia general de aumento de suicidios en Europa desde el inicio de la pandemia de Covid-19, la Comunidad ha logrado una ligera disminución en sus tasas, situándose por debajo de la media nacional. Sin embargo, pese a los datos esperanzadores, las tasas brutas de suicidios de personas nacidas en el extranjero ha incrementado en los últimos años.

### — ¿Cuál es la situación actual de la conducta suicida en la Región y cómo ha evolucionado en los últimos años?

— En gran parte de las comunidades autónomas y los países europeos los suicidios se incrementaron desde el año 2020, coincidiendo con la pandemia del Covid 19. Sin embargo, en 2020 tuvimos en la Región de Murcia un pequeño descenso de la tasa de suicidios, situándonos en un 8,07 por 100.000 habitantes. Esta cifra es ligeramente inferior a la tasa nacional. Ahora, en 2023 hemos visto también un descenso considerable, bajando de 8,6 a 7,5. Es la primera vez que se quiebra la línea ascendente, volviendo a situarnos en los mismos valores prepandémicos, y después de que hubiera un pequeño repunte en los años 2021 y 2022. Esta bajada se debe sobre todo a la disminución de estas muertes entre la población masculina. También se ha apreciado en estos últimos años un descenso de los suicidios entre los menores de 20 años, pasando de una tasa por 100.000 habitantes de ese grupo de edad de 3,9 en 2021 a 0,8 en 2023.

### — ¿Existen diferencias significativas en las tasas de suicidio entre las distintas comunidades culturales y étnicas en la Región?

— De los suicidios consumados en la Región de Murcia durante el periodo comprendido entre los años 2013 a 2022 (datos del Instituto Medicina Legal y Ciencias Forenses de Murcia), el 9,6% fueron cometidos por personas nacidas en el extranjero. Entre estas, los suicidios fueron más frecuentes en la población procedente de Marruecos, Reino Unido, Ecuador y Rumanía, coincidiendo con las nacionalidades más representadas entre la población migrante censada en nuestra Región. Aunque las tasas brutas de mortalidad por suicidio entre las personas nacidas en el extranjero se han ido incrementando durante los últimos años, se han mantenido por debajo de las tasas entre nacidos en España, salvo en el año 2019. Ese año, en la Región de Murcia la tasa bruta de suicidios por 100.000 habitantes extranjeros (9,5) superó a la de muertes por suicidio entre la po-



María José Lozano, directora general de Salud Mental del Servicio Murciano de Salud.

## MARÍA JOSÉ LOZANO

### Directora general de Salud Mental del Servicio Murciano de Salud

El suicidio afecta principalmente a la población procedente de Marruecos, Reino Unido, Ecuador y Rumanía, coincidiendo con las nacionalidades más representadas entre la población migrante censada en la Región de Murcia

# «La tasa de suicidios de extranjeros ha aumentado durante los últimos años»

blación española de nuestra Región (8,1). Durante el 2022 las tasas entre la población extranjera (8,8), sin llegar a superar a las de la población nacida en España (9,0), están muy próximas. No podemos descartar que, en el caso de los suicidios entre la población inmigrante, estas tasas pudieran estar ligeramente sobrestimadas, al no tener en cuenta que algunos de los suicidios podrían corresponder a población no censada.

### — ¿Es importante la capacitación de los profesionales de la salud mental en competencias interculturales?

— La Estrategia de Mejora de la Salud Mental 2023-2026 recoge la 'Evaluación de la competencia intercultural en la red de Salud Mental y mejora de la accesibilidad y atención a población inmigrante con Trastorno Mental Grave'. Se trata de un instrumento que evalúa la competencia intercultural de los servicios y establece una serie de

recomendaciones que favorecen y mejoran la accesibilidad de la población inmigrante. El objetivo prioritario para detectar y prevenir la conducta suicida en población inmigrante es favorecer la accesibilidad a los servicios de salud mental. La atención a las poblaciones extranjeras es un reto para los sistemas de salud. Favorecer la accesibilidad implica la puesta en marcha de medidas que eliminen las barreras existentes: idioma, presta-

ciones ofertadas, horarios... La competencia intercultural en salud debe entenderse como el resultado de una compleja combinación entre aspectos técnicos, cognitivos y emocionales. La competencia intercultural no requiere del conocimiento de todas las culturas, algo imposible, sino de la actitud de escucha activa por parte de los profesionales y la contextualización de los problemas del paciente en su entorno social, despojándonos de prejuicios y tratando de entender la visión de la persona a la que tratamos de ayudar. La formación en competencia intercultural debe incluir la adquisición de la conciencia acerca de las múltiples formas cómo la cultura, la pertenencia a un grupo étnico determinado, o la condición de inmigrante, pueden impactar en el desarrollo psicosocial, en la psicopatología y en las vinculaciones entre el profesional y el usuario.

### — ¿A qué lugares pueden acudir las personas migrantes para pedir ayuda?

— La mayoría de las poblaciones inmigrantes residentes en Murcia tienen sus correspondientes asociaciones, a través de las cuales reciben asesoramiento administrativo-jurídico, formación lingüística, y en muchos de los casos disponen de traductores o mediadores interculturales. Gracias a ellos la adaptación y el uso de recursos, en este caso de salud mental, se hace más fácil. Algunas iniciativas puestas en práctica en distintos centros de la red de salud mental, para una mejor atención a esta población, son el uso de pictogramas para facilitar la comunicación o la traducción a diferentes lenguas de folletos informativos de normas y otros documentos.

### — ¿Cómo afecta la perspectiva social, como el estigma y la discriminación, en la conducta suicida entre las distintas comunidades?

— El estigma y la discriminación pueden tener un impacto significativo en la conducta suicida. Las comunidades que enfrentan altos niveles de estigmatización y discriminación a menudo son más reacias a buscar ayuda y pueden sentir un mayor aislamiento social, lo cual puede incrementar el riesgo de suicidio. La Organización Mundial de la Salud, en un informe sobre los Determinantes Sociales en Salud (2008), destacaba la pobreza y la marginalización como los principales factores de riesgo sanitario en inmigrantes.

### — ¿Cuáles son los principales desafíos que enfrenta la Región en la integración de la multiculturalidad en los programas de salud mental y prevención del suicidio?

— La adquisición de competencia intercultural entre los profesionales de la salud se va logrando poco a poco, aunque queda camino por recorrer en las instituciones sanitarias en general, y de las de salud mental en particular. También enfrentamos la dificultad de superar el estigma asociado a la salud mental en algunas culturas, lo que puede impedir que las personas busquen la ayuda que necesitan. Seguimos trabajando para la sensibilización y desestigmatización de la salud mental, de manera que se pueda mejorar el acceso a los recursos de salud mental de los colectivos especialmente vulnerables. ■



«El estigma y la discriminación pueden tener un impacto significativo en la conducta suicida»

