

Nota de Prensa

El próximo 10 de septiembre se celebra el Día Mundial para la Prevención del Suicidio

Todos los materiales se pueden descargar en este enlace:

<https://www.consalmudmental.org/Audiovisuales/Dia-Mundial-Prevencion-Suicidio-2023.rar>

El suicidio de personas mayores ha crecido un 8,8% en España en los últimos 5 años, según datos del INE¹

- En el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, SALUD MENTAL ESPAÑA lanza la campaña #ConectaConLaVida para concienciar sobre la prevención del suicidio en personas mayores.
- En España, un total de 1.235 personas mayores de 65 años fallecieron en 2021 por suicidio². Aunque representan el 20% de la población (casi 10 millones), suponen el 30,85% del total de muertes por esta causa.

Madrid, 7 de septiembre de 2023.- Con motivo del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, que se celebra el próximo 10 de septiembre, SALUD MENTAL ESPAÑA elabora una nueva edición de la campaña #ConectaConLaVida, en esta ocasión centrada en visibilizar la situación de las personas mayores. Para ello, ha elaborado un decálogo con medidas de prevención del suicidio en este colectivo, así como un vídeo en el que se dan a conocer los principales datos y factores de riesgo que afectan a este grupo de población. La campaña cuenta con la colaboración del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030.

El suicidio entre las personas mayores se **incrementó un 8,8% en los últimos 5 años¹**, según los últimos datos definitivos de 2017 a 2021 publicados por el Instituto Nacional de Estadística (INE). En España, hay casi 10 millones de personas mayores de 65 años (20% de la población total)³. Sin embargo, los suicidios en mayores de 65 representaron el **30,85% del total²**, lo que supone **1.235**

¹ Instituto Nacional de Estadística (INE). [Defunciones por causas \(lista reducida\) por sexo y grupos de edad](#), período 2017-2021.

² Instituto Nacional de Estadística (INE). [Defunciones por causas \(lista reducida\) por sexo y grupos de edad](#), 2021.

³ Instituto Nacional de Estadística (INE). [Población residente por fecha, sexo, grupo de edad y nacionalidad](#), abril 2023.

personas. El 75% fueron hombres (921) y el 25% mujeres (314). A nivel mundial, la población de edad avanzada presenta las tasas más altas de suicidio⁴.

Ante esta situación, **Nel González Zapico**, presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA, hace hincapié en que *“el **aislamiento** en el que viven muchas personas mayores y la **soledad no deseada**, sobre todo en las grandes ciudades, perjudica su salud mental e impide en muchas ocasiones el acceso a un tratamiento adecuado. Además, las personas mayores experimentan con más frecuencia el dolor por la muerte de un ser querido, un descenso del nivel socioeconómico como consecuencia de la jubilación, o la discapacidad, factores que pueden ser causa de pérdida de independencia, soledad y angustia”*. González señala además que, *“como sociedad, es fundamental atender de forma adecuada a este grupo de población, porque los datos de suicidio han aumentado en los últimos años”*.

El suicidio en personas mayores puede estar relacionado con la depresión, uno de los trastornos mentales más comunes en la vejez⁵. Es, además, el grupo de edad más propenso a consumir psicofármacos⁶. Aproximadamente un 40% de las personas mayores dicen sentirse solas⁶.

Factores de riesgo y medidas de prevención

Según el estudio “El suicidio en personas mayores”⁵, **existen numerosos factores de riesgo** de suicidio en personas mayores como, por ejemplo, el modelo tradicional de masculinidad. También la viudedad reciente o pérdida de un ser querido y la conciencia de la muerte.

Vivir solo o sola, el aislamiento social y familiar, así como no tener una red de apoyo, son también cuestiones que pueden contribuir a las ideaciones o intentos de suicidio. Asimismo, es necesario contemplar la jubilación (con la pérdida de rol y actividad diaria que conlleva) o un cambio de entorno al mudarse de domicilio, como momentos clave y especialmente sensibles en la vida de las personas mayores.

Los factores de riesgo tienen también que ver con tener una enfermedad crónica o terminal con dolor no tratable, pérdidas de tipo físico, una situación de dependencia que pueda llevar a la persona a tener sensación de ser un lastre, o tener un problema de salud mental o de adicciones.

Ante esta situación, SALUD MENTAL ESPAÑA difunde en su campaña de este año **10 medidas de prevención del suicidio en personas mayores**^{5,7,8}, entre las que se encuentran evitar el aislamiento, El respeto a estas personas y poner el foco en los aprendizajes que pueden aportar,

⁴ Laínez Torrijo, S., Carbonell García, A.I., Yus González, R., Meléndez Sánchez, E., Marzal Rubio, A. (2022). [El suicidio en personas mayores](#). REVISTA SANITARIA DE INVESTIGACIÓN, Vol. 3, nº 2.

⁵ Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, Fundación Mutua Madrileña. (2023). [La situación de la salud mental en España](#). Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, Fundación Mutua Madrileña.

⁶ Rueda Estada, J. D. [La soledad en las personas mayores en España. Una realidad invisible](#). Fundación Caser.

⁷ Dumon, E., Potzky, G. (2014). [Directrices Generales para la Prevención del Suicidio](#). European Regions Enforcing Actions Against Suicide (Euregenas).

⁸ Anseán, A. (dir.), et al. (2014). [Suicidios: manual de prevención, intervención y postvención de la conducta suicida](#). Fundación Salud Mental España para la prevención de los trastornos mentales y el suicidio.

promover su integración social, mejorar la accesibilidad y los recursos de apoyo, y formar a los equipos profesionales que intervienen en su atención.

Además, es importante atender más a las señales de riesgo que muestran las personas mayores, fomentar una vida saludable y una mejora de la detección precoz de los problemas de salud mental, evitar el edadismo, y valorar el rol que desempeñan en el entorno familiar y social.

Reivindicaciones de SALUD MENTAL ESPAÑA

Con motivo de este día, el Comité Pro Salud Mental en Primera Persona y la Red Estatal de Mujeres de SALUD MENTAL ESPAÑA **han elaborado un manifiesto** en el que denuncian que, como sociedad, hemos desoído cualidades como *“la generosidad, la escucha desinteresada y el espíritu colaborativo”*. Afirman que, *“tras una vida dedicada a abrirnos caminos, las personas mayores ven cómo se rompen los vínculos y se enfrentan al fenómeno de la soledad no deseada. El cese de su actividad profesional o rol social, la situación de dependencia sobrevenida, o la aparición de un problema de salud mental, son factores de riesgo a la hora de idear un suicidio”*.

Tanto el Comité como la Red de Mujeres reivindican actuar en la prevención, reforzando la atención psicológica especializada, activando programas de prevención, sensibilizando a la población general, y potenciando los recursos de ayuda.

El suicidio continúa siendo un **grave problema de salud pública**. Los últimos datos definitivos publicados por el INE, relativos a 2021, indican que ese año en España se suicidaron **4.003 personas** (2.982 hombres y 1.021 mujeres), un 1,6% más que en 2020. Por cada persona que se suicida, al menos otras seis se ven íntima y profundamente afectadas.

Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA es una entidad sin ánimo de lucro, de interés social y de utilidad pública que surgió en 1983. Integra a 18 entidades socias numerarias, que aúnan a más de 340 entidades y cuenta con más de 60.000 socios y socias en todo el territorio nacional.

Para cualquier persona que lo necesite, la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA ofrece un servicio de información y asesoramiento gratuito sobre salud mental a través del email <mailto:informacion@consaludmental.org>, la web <https://consaludmental.org/> y de los teléfonos 91 507 92 48 y 672 370 187.

En caso de ideación suicida conviene pedir ayuda y asesoramiento profesional. La línea 024 de atención a la conducta suicida es un servicio accesible desde todo el territorio nacional, gratuito, confidencial y disponible las 24 horas del día, los 365 días del año.

Además, existen otras organizaciones especializadas en estos casos, como el Teléfono de la Esperanza, cuyo teléfono es 717 00 37 17.

Más información y gestión de entrevistas: comunicacion@consaludmental.org

María Fábregas Fernández – 691 04 68 78 – m.fabregas@consaludmental.org

Elena Delgado Capel – 672 36 47 09 – e.delgado@consaludmental.org

Laura Muñoz Calvo – 611 50 01 39 – l.munoz@consaludmental.org