

Los hombres se suicidan, las mujeres lo intentan

- ▶ Las muertes voluntarias masculinas triplican las femeninas
- ▶ La desproporción se atribuye a factores genéticos y biológicos
- ▶ En 2008 hubo más fallecidos por esta causa que por el tráfico

PERE RÍOS

En el mundo se suicidan cada día unas 2.700 personas y lo intentan otras 54.000. Al menos esas son las estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), a partir de las cifras oficiales recogidas en los cinco continentes y que no incluyen África ni algunos países asiáticos. Lo que nadie discute es que el suicidio es la primera causa de muerte violenta y que esas cifras superan a la suma de las víctimas mortales de todas las guerras y los homicidios que se producen en el planeta. Se trata de un fenómeno que aumenta año tras año y ese motivo ha llevado a la OMS a estimar que en 2020 habrá aumentado un 50% el número de personas que se quitan la vida.

En el caso de España, los últimos datos oficiales revelan que en 2008 hubo 3.457 suicidios, una cifra que por primera vez supera a los fallecidos en accidente de tráfico (3.021). Eso significa una media de nueve suicidios diarios. Llama la atención que de ese total, el 77,4% fueron hombres (2.676), frente a 781 mujeres.

El Instituto Nacional de Estadística constata que esa proporción de tres a uno es idéntica en todas las provincias y comunidades, y muy similar a la de la Unión Europea y a la de la inmensa mayoría de los países del mundo. Otra cosa es la tasa de suicidios, que en España se sitúa en 7,58 por 100.000 habitantes, muy por debajo de la media europea. Entre los 10 países con mayor índice de suicidio en el planeta, cinco son miembros de la Unión Europea (Lituania, Hungría, Eslovenia, Bélgica y Finlandia).

¿Por qué se suicidan tanto los hombres? No es una pregunta de respuesta rápida. Los especialistas llevan años conviviendo con esa realidad, pero existen pocos estudios rigurosos para responderla. "Es verdad que los hombres se suicidan tres veces más que las mujeres, en España y en Europa, pero también se sabe que las mujeres intentan quitarse la vida tres veces más que los hombres porque viven con una presión tres veces superior", explica la psiquiatra Carmen Tejedor, una de las voces más autorizadas de España para hablar del espinoso y complejo tema

Número de suicidios en España

2008. Por edad y sexo

	Ambos sexos	Hombres	Mujeres
Todas las edades	3.457	2.676	781
Menores de 15 años	4	2	2
De 15 a 19	41	30	11
De 20 a 24	127	108	19
De 25 a 29	212	170	42
De 30 a 34	254	209	45
De 35 a 39	309	246	63
De 40 a 44	341	262	79
De 45 a 49	299	239	60
De 50 a 54	284	225	59
De 55 a 59	266	199	67
De 60 a 64	225	163	62
De 65 a 69	226	167	59
De 70 a 74	231	172	59
De 75 a 79	255	191	64
De 80 a 84	215	170	45
De 85 a 89	120	84	36
De 90 a 94	39	31	8
De 95 años y más	9	8	1

Fuente: Instituto Nacional de Estadística.

EL PAÍS

Las cinco causas

Cinco son las causas que pueden empujar a una persona al suicidio, explica la psiquiatra Carmen Tejedor. La más frecuente es sufrir un trastorno mental por depresión, esquizofrenia o adicción a las drogas. Le sigue el tener pensamientos suicidas o haberlo intentado, y el tercer motivo es padecer una enfermedad dolorosa o crónica.

Sufrir las consecuencias de un acontecimiento personal duro de digerir, como la muerte de una familiar o la ruptura matrimonial, también llevan al suicidio. Finalmente, el aislamiento social y la falta de arraigo es otra causa desencadenante. "Y eso puede estar motivado por ser inmigrante, o gay, o anciano que vive en una sexta planta sin ascensor", explica Tejedor, que se muestra escéptica con las estadísticas oficiales. "Creérselas forma parte de la ingenuidad humana". Y se explica. "Si en

Madrid hay muy pocos suicidas es porque no los registran, pero, por ejemplo, en Palencia, que son tres y el de la gorra, no se pueden esconder".

Efectivamente, para el Instituto Nacional de Estadística (INE) solo constan 178 suicidios en 2008 en la Comunidad de Madrid, por detrás de Galicia o Canarias, con mucha menos población. La lista la lidera Andalucía, con 424 suicidas, seguida de Cataluña, con 424.

Todo eso plantea la cuestión polémica del suicidio encubierto y de la tendencia de los poderes públicos a ocultarlo. El psicólogo Javier Jiménez afirma que "hay muchos suicidios que pasan por accidentes". Como ocurre en todos los ámbitos, depende de cómo y quién contabilice. Para el INE, por ejemplo, en Extremadura hubo 78 suicidios en 2008. Según el Instituto de Medicina Legal de aquella comunidad fueron 96.

del suicidio. En 2005, Tejedor fue la impulsora del primer plan de prevención del suicidio que se aplicó en España. Fue en el hospital Sant Pau de Barcelona y cinco años después ha logrado reducir las muertes en un 20%.

"La gran desproporción entre hombres y mujeres suicidas se debe a factores genéticos y biológicos. La testosterona les ha convertido históricamente en cazadores, les hace más impulsivos y más resolutivos", explica Tejedor. A eso se unen factores socioculturales e incluso morales. "El suicidio masculino está visto como una cuestión de honor, lo que no ocurre con las mujeres. Su muerte se acepta menos y se tiende a pensar que si se quita la vida es porque es una mala madre. El suicidio femenino supone el reconocimiento de que la tribu no la ha protegido", razona la psiquiatra. La excepción a esa norma de tres suicidios masculinos por uno femenino es China, donde las mujeres se suicidan el doble que los varones. Tejedor lo atribuye al rol social que tiene la mujer en aquel país.

"Los varones eligen un método mucho más mortífero y resolutivo", apunta Javier Jiménez, psicólogo clínico y presidente de la Asociación de Investigación, Prevención e Intervención del Suicidio. Los datos oficiales revelan que la mitad de los suicidas en España (1.723 de 3.457) emplearon el ahorcamiento o la estrangulación. De ellos 1.426 fueron hombres y 247 mujeres. El segundo método más empleado fue saltar al vacío desde un lugar elevado (705 casos) y con armas de fuego se quitaron la vida 194, de las que 186 fueron hombres.

"Que no se diga que ellas mueren menos porque solo quieren llamar la atención. No es verdad. Se quieren suicidar, pero no lo logran", dice el psicólogo Jiménez. Más contundente se muestra su colega. "Una persona no se juega la vida en el intento solo por notoriedad. Esa explicación del finalismo histórico para explicar el suicidio es no entender nada. Hablar de teatro en esos casos me parece, cuando menos, sádico, porque lo que es en realidad es una ruleta rusa", asegura Tejedor.

Esta psiquiatra ha tratado a centenares de personas con tendencias suicidas durante su carrera profesional y también ha asistido al entierro de muchos

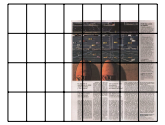


La proporción de hombres y mujeres que optan por quitarse voluntariamente la vida es de tres a uno. / GETTY

de ellos. "Son personas profundamente desgraciadas porque su único pensamiento esencial es la muerte. Las ganas que tienen de morir se son inversamente proporcionales a la felicidad que sienten". Por eso, añade, cuando esos pacientes acuden a su consulta y los encuentra animados, Tejedor constata que tienen muchas ganas de seguir viviendo.

Otra forma de suicidio en ambos sexos es el envenenamiento autointencionado por medicamentos o drogas (217 en el caso de los hombres y 137 en las mujeres). "Los fármacos son un gran avance para la humanidad, pero pueden resultar mortíferos mezclados con unos cubatas. Los venenos caseros están más al alcance de las mujeres", razona Tejedor.

"El suicidio es una pérdida inútil. Es el reconocimiento del fracaso de toda la sociedad, del sistema médico, laboral, del en-



Perfil del suicida en España

► **Hombre y español.** El 77,4% de las personas que se quitan la vida (2.676) son de sexo masculino y el 80% del total son de nacionalidad española. Los suicidas extranjeros en 2008 fueron 291.

► **Entre 35 y 55 años.** En esa amplia franja de edad se concentra más de la tercera parte de los suicidas (1.233), tanto en hombres como en mujeres. El subgrupo más numeroso oscila entre los 40 y los 45 años (341 personas).

► **A más edad, más tasa.** La tasa de suicidios por 100.000 habitantes entre los varones aumenta con la edad, cosa que no ocurre con las mujeres. Entre los 25 y los 29 años es de 9,1, de los 65 y los 69 se sitúa en 18,4 y entre los 90 y los 94 años la tasa es de 47,6.

► **Estrangulado o ahorcado.** Es, con mucha diferencia, el método más empleado por el conjunto de los suicidas (1.723). Le sigue el salto al vacío desde un lugar elevado (705). Las mujeres optan más por esta segunda forma (254), frente a la primera (247), así el como el envenenamiento con cualquier sustancia (137).

► **Disparo con armas de fuego.** Es una forma de suicidio abrumadoramente masculina. La emplearon 186 hombres frente a solo ocho mujeres.

En España se suicidaron en 2008 2.676 hombres y 781 mujeres

El estrangulamiento y el salto al vacío son las formas más empleadas

torno familiar. Da mucha vergüenza hablar de él porque siempre queda la sensación de que se podía haber hecho algo más para evitarlo", explica Miquel Orós, un médico forense con 25 años de experiencia que durante más de una década formó parte de un grupo de facultativos del hospital de Bellvitge dedicado al estudio bioquímico de las patologías cerebrales. Ha tratado a centenares de pacientes y sostiene que la principal causa que lleva al suicidio es la depresión, la soledad y la falta de comunicación en la que están sumidas miles de personas.

"Suicidarse no es fácil. Para quitarse la vida hay que tener una gran capacidad de razonamiento", asegura Miquel Orós. La doctora Carmen Tejedor también transmite un respeto por esas personas, muy alejado del tópico social, que los considera cobardes. "Los suicidas son personas tremendamente desgraciadas y el suicidio es la muerte más desoladora que existe, muchísimo más que un cáncer terminal", concluye.

En el caso de los hombres, añade Orós, la alta proporción de suicidios también tiene que ver con que son más introvertidos. "A nosotros nos cuesta mucho comunicarnos. Muy pocos hombres admiten que se encuentran mal y que necesitan ayuda". En este sentido, Jiménez recuerda que más del 90% de sus pacientes son mujeres. "Cuando sufren una depresión ellas son más conscientes y no ven al psicólogo o al psiquiatra como un extraño. Los problemas hay que descartarlos de manera constructiva. Si no, explotan y las consecuencias pueden ser tremendas".

El tema del suicidio sigue yendo aparejado todavía a prejuicios sociales, éticos y morales.

"Es la muerte más desoladora, mucho más que un cáncer terminal"

"Siempre se tiene que buscar un culpable y hacer un juicio paralelo"

Es un tema del que no se habla con normalidad y provoca mucho pudor, hasta el punto que algunas religiones aún lo consideran pecado. En España, por ejemplo, hasta 1983 la Iglesia católica privó del rito funerario y de la sepultura eclesiástica a los suicidas, que tenían un enterramiento diferenciado. "¿Por qué causa tanto rechazo el tema del suicidio?", se pregunta Tejedor. "Porque es un fenómeno desconocido. Se trata de un acto voluntario en el que siempre se tiende a buscar un culpable: el jefe de France Télécom, la familia, la

mujer, el marido, los hijos que les han abandonado. Siempre se hace un juicio paralelo y se acaba escondiendo esa muerte". "No hay nada peor para un padre que el suicidio de un hijo", explica Orós, quien no puede dejar de evocar el caso de una paciente que se acabó quitando la vida después de tres años de tratamiento. El desencadenante fue la absolución de su vecino, denunciado por violación. "Es un claro ejemplo del fracaso de todo el sistema", añade. "Por eso se rehúye siempre el tema", dice.

Uno de cada cuatro suicidios que se producen en el mundo lo protagonizan menores de 25 años. "Me cuesta mucho más entender que un chaval de 15 años se quite la vida por un desengaño amoroso que no un anciano que vive solo", explica Jiménez, aunque la doctora Tejedor recuerda que "las tormentas emocionales en la adolescencia son mucho peores que las de la vejez porque, además, existe mayor consumo de sustancias tóxicas". Lo que rechaza de plano la psiquiatra es ese manto de silencio de los medios con el tema. "Nadie se cree eso del efecto llama-

da. Decir que no se habla para no provocar más víctimas no tiene sentido", asegura.

La tasa de suicidios se va incrementando con la edad. En los hombres de entre 15 a 19 años es de 2,55 por cada 100.000 habitantes; de 20 a 24 años asciende a 7,8 y entre los 90 y los 94 años, la tasa es superior a 47 muertes. Lo que sí es común en ambos sexos es que la mayor proporción tienen entre 40 y 45 años. ¿Por qué? Javier Jiménez afirma que "no se puede generalizar, no existe una única razón. Es un simplismo decir que el hombre se suicida porque ella es una vibora que le ha dejado sin piso y sin ver a los niños. Igual que decir que la mujer se quita la vida porque él la maltrata. Nunca existe un único motivo". Lo decisivo, en su opinión, es el carácter, la actitud ante la vida y, sobre todo, el entorno. "Si te quedas en paro, pero tienes un colchón profesional, amigos y familia, no te matas".

+ EL PAIS.COM

► Participe

¿Cree que influye el género a la hora de poner fin a la vida?