



	<p>Suicidio y juventudes: mitos y significados en experiencias de ideación suicida en jóvenes</p> <p>Suicide and youth: myths and meanings in experiences of suicidal ideation in young people</p>
	<p>Recepción: 15 de mayo de 2023 Aprobación: 15 de agosto de 2023</p>
	<p style="text-align: right;">María Fernanda Rojas Ramírez ¹</p>
RESUMEN	<p>A partir de los resultados de una tesis en Trabajo Social, este artículo analiza los mitos o falsos supuestos en torno al suicidio, así como comparte los significados que un grupo de jóvenes del cantón de Palmares, Costa Rica, construyó sobre la propia experiencia de ideación suicida, con el fin de visibilizar el papel de las relaciones sociales de la vida cotidiana como parte de los factores socioculturales que inciden en la experiencia de ideación suicida en jóvenes, así como en la producción y reproducción de significados sobre el suicidio juvenil. El estudio utilizó metodología cualitativa con insumos del paradigma interpretativo, propiamente de la fenomenología y aportes de la interseccionalidad, la intención es la comprensión profunda del fenómeno más que la generalización de los resultados. Para la producción de conocimiento se desarrollaron entrevistas en profundidad a 6 personas jóvenes que vivenciaron la ideación suicida en edades entre los 15 y los 29 años, en complemento con la observación científica y revisión documental, lo cual facilitó el análisis cualitativo de los datos y la triangulación de información. Se concluye que el suicidio es un fenómeno social complejo y multideterminado, que deviene de un proceso de acumulación de experiencias y que no necesariamente son las grandes cosas las que lo detonan o lo provocan. La ideación suicida como proceso subjetivo es una experiencia de vida que resulta particular en cada joven, al poner de manifiesto la conjugación de condiciones que resultan en una significación única según quien la vive y que, a su vez, contiene matices co-incidentes de determinantes socioculturales generales del contexto geográfico e histórico en el que se encuentra, determinantes que son producidos y sostenidos en los procesos de socialización.</p> <p>Palabras clave: Ideación suicida; Suicidio; Jóvenes, Socialización; Mitos; Significados.</p>
ABSTRACT	<p>Based on the results of a thesis in Social Work, this article analyzes the myths or false assumptions about suicide, as well as shares the meanings that a group of young people from the canton of Palmares, Costa Rica, constructed about their own experience of suicidal ideation, in order to make visible the role of social relations of everyday life as part of the sociocultural factors that influence the experience of suicidal ideation in young people, as well as in the production and reproduction of meanings about youth suicide. The study used qualitative methodology with inputs from the interpretative paradigm, properly from phenomenology and contributions from intersectionality, the intention is the deep understanding of the phenomenon rather than the generalization of the results. To produce knowledge, in-depth interviews were conducted with 6 young people who experienced suicidal ideation between the ages of 15 and 29 years, in addition to scientific observation and documentary review, which facilitated the qualitative analysis of the data and the triangulation of information. It is concluded that suicide is a complex and multidetermined social phenomenon, which results from a process of accumulation of experiences and that it is not necessarily the big things that trigger or provoke it. Suicidal ideation as a subjective process is a life experience that is particular to each young person, as it reveals the conjugation of conditions that result in a unique significance depending on who lives it and that, in turn, contains co-incident nuances of general socio-cultural determinants of the geographical and historical context in which it is found, determinants that are produced and sustained in the processes of socialization</p> <p>Keywords: Suicidal ideation; Suicide; Youth, Socialization; Myths; Meanings.</p>

¹ Trabajadora social, Coordinadora de Residencia en Ciudad Hogar Calasanz y Consultora Independiente, San José, Costa Rica. fer.rojas07@gmail.com



INTRODUCCIÓN

Este artículo analiza los mitos o falsos supuestos socioculturales en torno al suicidio, y a la vez comparte los significados que un grupo de jóvenes construyó sobre la propia experiencia de ideación suicida, constituyen parte de los resultados de una tesis de grado en Trabajo Social.

Se entiende el suicidio como un fenómeno multidimensional y complejo, desde perspectivas psicológicas, sociales, culturales y político-económicas; es una problemática de salud pública que requiere de la producción de conocimiento. En consecuencia, el estudio se desarrolló con el propósito de aportar a la comprensión de los determinantes socioculturales del suicidio en jóvenes, superando las explicaciones que aluden al fenómeno como un hecho aislado, individual y psicopatológico.

Primeramente, es importante señalar que el suicidio es un fenómeno al que se enfrenta la sociedad todos los días, según la Organización Panamericana de la Salud (en adelante OPS, 2018), en promedio, cada 40 segundos se da una muerte por suicidio en el mundo, resultando en más de 800.000 fallecimientos anuales por esta causa. Inclusive, se indica que las muertes por suicidio superan las defunciones por homicidios y guerras.

Aunado a lo anterior, resulta necesario advertir que, según la Organización Mundial de la Salud (en adelante OMS, 2019), el suicidio se ha constituido en una de las veinte principales causas de muerte en el mundo, es la segunda causa de muerte en personas entre 15 y 19 años y la tercera en personas entre 15 y 29 años.

Como parte de esta situación a nivel global, Costa Rica no escapa de las repercusiones socioculturales, económicas y políticas del suicidio. Según un informe de la Comisión Técnica Interinstitucional sobre Estadísticas de Convivencia y Seguridad Ciudadana (en adelante COMESCO, 2019), para el 2018 se reportó la cantidad de 2.082 intentos de suicidio a nivel nacional, lo que se traduce en una tasa de 41,6 por cada 100.000 habitantes.

A su vez, según datos expuestos por la fuente referida, el cantón de Palmares en Costa Rica presentó la tasa de intentos de suicidio por 100.000 habitantes más alta de la provincia de Alajuela



para el período 2016-2018, superando incluso la tasa de suicidio a nivel nacional y provincial, tal y como se presenta en la siguiente figura.

Ilustración 1

Cantones de la provincia de Alajuela con la mayor tasa de intentos de suicidio, por cada 100.000 habitantes, 2016-2018

Año 2016		Año 2017		Año 2018	
Nivel	Tasa	Nivel	Tasa	Nivel	Tasa
Nacional	27,0	Nacional	25,5	Nacional	41,6
Provincia de Alajuela	21,0	Provincia de Alajuela	17,2	Provincia de Alajuela	28,5
Cantonal		Cantonal		Cantonal	
Palmares	77,0	Palmares	63,3	Palmares	80,0
Poás	37,0	Atenas	42,2	Atenas	62,6
Atenas	36,0	San Ramón	36,0	Poás	60,5

Fuente: Elaboración propia, 2020, a partir de COMESCO, 2019.

De acuerdo con información del Área Rectora de Salud de Palmares, del Ministerio de Salud, para el 2019 se reportaron 32 intentos de autoeliminación y suicidio, indicando que, de los cinco suicidios consumados, dos correspondieron a jóvenes de 17 y 18 años de edad, en el cantón de Palmares.

A partir de las estadísticas generales expuestas se acogió la demanda de asumir el suicidio como una problemática social y de salud pública, aunado al imperativo de estudiarlo como un problema de investigación que demanda la producción de conocimiento para su comprensión y abordaje. Además, se propuso este proceso investigativo como un esfuerzo de cooperación a la producción de conocimiento, desde Trabajo Social, para comprender el suicidio en jóvenes como un fenómeno multideterminado en el cual inciden factores socioculturales y relacionales complejos.

METODOLOGÍA

La comprensión de la complejidad del fenómeno suicida se llevó a cabo bajo el enfoque cualitativo y los insumos del paradigma interpretativo, especialmente mediante los aportes de la fenomenología, así como de la perspectiva interseccional; dado que el conocimiento construido tuvo como base las experiencias y el conocimiento situado e implicado, de las y los jóvenes participantes en este estudio, en el devenir cotidiano e histórico de sus procesos de socialización.



El grupo de jóvenes participantes estuvo conformado por 3 hombres y 3 mujeres. Se contactaron por medio de la estrategia bola de nieve, posteriormente se seleccionaron de manera intencional a partir del cumplimiento de los siguientes criterios de inclusión: ser residentes del cantón de Palmare, haber vivenciado la ideación suicida en edades entre los 15 y los 29 años, no estar atravesando un periodo de crisis y disposición a participar en el estudio de manera voluntaria y anónima.

En el trabajo de campo, 3 participantes deseaban hacer una ruptura con el tabú, hablar de sus experiencias no implicó ocultar su identidad, y mostraron interés por participar con sus nombres reales, empero, por el compromiso de mantener su seguridad y anonimato, se acordó utilizar seudónimos elegidos por ellas y ellos. En los resultados se reportan las comunicaciones personales de Antonio, Carlos, Estrella I, Estrella II, José y Shanty.

En la recolección de información se utilizó una guía de observación, cuaderno de campo, genogramas y tres guías de entrevista en profundidad según ejes definidos por los objetivos específicos de la investigación, estos trataron: socialización patriarcal, socialización adultocéntrica y procesos de socialización y suicidio. Se llevaron a cabo 19 entrevistas con las y los jóvenes participantes, se realizaron entre 2 y 4 encuentros por persona, tanto presencial como virtualmente (por medio de la plataforma Zoom). El número de encuentros y el tiempo en cada uno de ellos dependió de aspectos particulares como profundización de la reflexión, disponibilidad de tiempo, experiencias significativas relatadas, entre otros. El trabajo de campo se concluyó al cumplir con el criterio de saturación de información, sumando aproximadamente 50 horas de grabación, el promedio general fue de 4 horas de grabación por cada joven, sin embargo, con uno de ellos se obtuvo una sumatoria de 15 horas.

Una vez concluido el trabajo de campo se inició el proceso de transcripción literal de las entrevistas; incluyendo las anotaciones de la observación científica, se obtuvo un total de 419 páginas. Posteriormente, para el ordenamiento de los datos se construyeron tres matrices por las categorías y subcategorías de cada eje/objetivo, incluyendo reflexiones preliminares y anotaciones del cuaderno de campo, teoría y aportes de personas expertas con las que se tuvo comunicación personal. Esto facilitó el análisis cualitativo para la construcción de códigos, patrones, familias, entre otros; en este primer ejercicio se obtuvo un total de 770 relatos (aproximadamente 110



páginas) con potencial de análisis, luego se realizó un segundo análisis cualitativo y triangulación de datos que facilitaron la redacción del informe de resultados con los relatos más significativos y representativos.

REFERENTE TEÓRICO

En este estudio se comprende el suicidio dentro de un contexto amplio, de carácter sociohistórico, el cual permite explicar su emergencia desde una mirada contextual, compleja y relacional (Carmona y otros, 2017). Así, cuando se analiza al suicidio como un fenómeno suscitado por factores socioculturales se incluye al contexto de manera compleja y recursiva en su comprensión y abordaje, lo que a su vez supera la explicación del mismo desde una postura individual psicopatologizante.

Dentro del marco de la suicidología el suicidio no tiene causas sino factores asociados (Martínez, 2017) que inciden en su gestación, es por tanto concebido como un evento bio-psico-socio-cultural, es decir, se comprende como un fenómeno multideterminado.

Al comprender el suicidio como un fenómeno multideterminado, según Jaime Carmona (comunicación personal, septiembre 2020), se pueden tomar decisiones de cuáles son las determinaciones sobre las que se pueden enfocar los esfuerzos para su comprensión, ejercicio que a su vez ayuda a potencializar la contribución científica y técnica. En consecuencia, la presente investigación ha delimitado sus esfuerzos explicativos con énfasis en el factor psicosocial y cultural de la ideación suicida en jóvenes, al comprender el evento suicida como un emergente relacional de los procesos de socialización.

En este sentido, los procesos de socialización son comprendidos desde el aporte de Martín-Baró (1985), quien define la socialización como un proceso en donde la persona se desarrolla, tanto históricamente como a nivel de la identidad personal y de la identidad social. De este modo, la socialización cuenta con tres dimensiones: histórica, social y personal.

La dimensión histórica, desde este estudio y a partir de los insumos del autor citado anteriormente, implica la acumulación de experiencias y significados que inciden en la elaboración de la subjetividad e identidad personal, en la significación de los eventos y vivencias de la vida cotidiana, así como en la adjudicación y asunción de roles que definen la identidad social; lo cual



es de suma relevancia cuando se estudia al fenómeno suicida como proceso de acumulación y como emergente de las relaciones sociales.

Por su parte, las juventudes se entienden desde la perspectiva sociocultural, es decir, se comparte el planteamiento de que el acervo sobre lo juvenil reproducido en la sociedad adultocéntrica, es una construcción sociohistórica y cultural con el fin de mantener un sistema de dominación que cumple intereses políticos y económicos. Asimismo, asumir los términos, prácticas y relaciones en torno a la juventud como producto de la interacción humana, permite reconocer que la misma se encuentra:

construyendo y re-construyendo, históricamente. Cada sociedad define a la «juventud» a partir de sus propios parámetros culturales, sociales, políticos y económicos, por lo que no hay una definición única. Por tanto, las perspectivas tradicionales sobre la juventud se pueden transformar, de-construir y re-construir. (Alpízar y Bernal, 2003, p.121)

Teniendo en consideración las aproximaciones teóricas señaladas, a continuación, se exponen los resultados con respecto a los significados asociados a la experiencia de ideación suicida en jóvenes.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Esta investigación trata de ser un altavoz de las experiencias de las y los jóvenes, un medio de comunicar la definición sentida y significativa del proceso suicida desde la polifonía. De ahí que en el análisis de los resultados se prioriza la exposición extensa y completa de sus relatos con respecto a los mitos y significados del suicidio y a su resignificación desde la experiencia de ideación suicida en jóvenes, por sobre la teoría que apoya y complementa la comprensión de los significados y las experiencias de ideación suicida. Se espera que la resignificación del estudio y comprensión del suicidio, desde las voces de las y los jóvenes como punto de llegada de este proceso investigativo, sea un punto de partida para evidenciar, desmitificar y deconstruir creencias, estereotipos y prácticas de estigmatización que cotidianamente se producen y reproducen en los procesos de socialización, en torno al fenómeno suicida.

A continuación, se presentan dos secciones analíticas, primero, la sección correspondiente a los significados asociados con el fenómeno suicida, en tanto falsos supuestos socioculturales.



En segundo lugar, se exponen y analizan las significaciones que las y los jóvenes han construido desde sus experiencias; como parte de la comprensión del suicidio, fenómeno multideterminado, que emerge en y desde las relaciones sociales de la vida cotidiana.

1. Mitos y significados del suicidio

El estudio del fenómeno suicida como emergente relacional demanda voltear la mirada hacia el contexto cotidiano, como escenario recursivo de mitos, símbolos, significados y valores que se sumergen en el devenir histórico de los procesos de socialización, para poder comprender cómo influye lo que se dice y lo que no se dice del suicidio, en la subjetividad y en la experiencia de ideación suicida vivida.

A modo general, las y los jóvenes participantes mencionaron que el suicidio a nivel social se encuentra relacionado con el tabú, únicamente se habla del tema para juzgarlo. En su experiencia se reitera el decir que las personas suicidas son cobardes o *pendejas*, que no son *valientes para enfrentar sus problemas, que no hay razón suficiente para justificar el suicidio, que están faltas de Dios o que les falta fe.*

Los hallazgos del estudio también mostraron que socialmente se sostienen mitos, dictando que las personas con ideas o intentos de suicidio no buscan ayuda y cuando mencionan algo es para llamar la atención con la finalidad de manipular. Fue reiterativa la alusión al suicidio provocado únicamente por enfermedades mentales, y no se ve como un *problema* que enfrentan/viven las personas jóvenes. El fenómeno del suicidio es visto como una realidad ajena que no se vive dentro de las familias o comunidades de pertenencia.

Los símbolos y significados sociales mencionados por las y los jóvenes participantes evidencian procesos de socialización que reproducen las construcciones sociales alrededor del fenómeno suicida, y a la vez producen condiciones de desinformación y desconocimiento de la realidad vivida en torno al suicidio, tal y como lo ejemplifican los siguientes relatos:

Creo que es un tema tabú, la gente no, tiende a creer que si no se dice no existe, entonces, entre menos se diga las personas tienen menos ideas de hacerlo y eso es lo que ha empeorado el panorama, porque si no se habla, las personas no entienden la condición y no buscan las ayudas necesarias. (Estrella II, comunicación personal, 8 de julio, 2020)



El relato de Estrella II coincide con la experiencia de Carlos, quien expone otra manifestación de cómo se presenta el tabú con respecto al suicidio, de cómo se elude la conversación al respecto.

Quizás, digamos, en mi caso de que he sufrido de depresión clínica previamente, entonces, en algún momento sí surge la pregunta de que: "ay, ¿usted ha pensado hacerse daño o ha tenido algún tipo de 'idea rara'?". Que es como la forma en la que la gente trata de abordarlo, que es por el mismo tabú de que la gente tiene miedo a pronunciar siquiera la palabra suicidio, porque se cree a nivel general, social, como tabú de que si usted habla sobre el suicidio a una persona es como una forma de sugerírselo y tal vez si no lo estaba pensando mucho y usted se lo pregunta, que se lo va a incentivar, se lo va a promover y al final esa persona se va a terminar suicidando por su culpa, cuando realmente no es el caso. (Carlos, comunicación personal, 17 de julio, 2020)

Las narraciones anteriores categorizan al suicidio como un *tabú* a nivel social, explicando que se tiene la creencia de que *si no se dice no existe*, que *entre menos se diga hay menos ideas para hacerlo*; lo cual conlleva a ni siquiera llamarlo por su nombre, dado que pronunciar la palabra "suicidio" y ahondar en el tema *puede abrir un portillo que sugiere o incentiva a cometerlo* y nadie quiere cargar con la culpa de habérselo mencionado a una persona y que luego ella lo intente.

Por consiguiente, *no hablar sobre el suicidio empeora el panorama*, el conservarlo en el silencio como tabú reproduce los efectos y daños que son consecuencia del fenómeno en sus diversas manifestaciones y en sus distintos aspectos implicados, dado que, si no se dan las posibilidades de hablar sobre la ideación suicida, las personas no van a tener condiciones para buscar la ayuda que necesitan, especialmente cuando el contexto no comprende ni sabe lo que le sucede. Esta situación facilita el desempeño de roles suicidógenos desde la exclusión y el silencio, expresando una vez más el suicidio como emergente relacional determinado por el contexto sociocultural.

En este sentido, es imperativo enfatizar que preguntar acerca del suicidio no provoca estos eventos, hablar sobre la muerte no es invocarla, sino que, por el contrario, preguntar sobre pensamientos suicidas y comportamientos autodestructivos da espacio a las emociones que



acompañan a estas ideas, se abre la posibilidad de explorar y reflexionar sobre las creencias de quien piensa en morir, así como se facilita la reducción de la ansiedad asociada con la experiencia vivida y, especialmente, se ayuda a que la persona se sienta comprendida (OPS, 2018; María Luisa Plasencia, comunicación personal, octubre 2020) y acompañada.

El silencio que envuelve al suicidio como tabú es un símbolo del miedo social a incitar a las personas a construir eventos suicidas, lo cual hace visible la ignorancia respecto al fenómeno y tiene como producto la reproducción de condiciones para que se sigan generando eventos suicidas en un escenario social impregnado de exclusión y estigma, tal y como lo mencionaron las y los jóvenes participantes:

Pero lo que esta gente no entiende es que usted lleva tanto tiempo levantándose, haciéndole frente a sus problemas, y que ellos no entienden que hay veces que, por más, por más que uno busque ayuda, no encuentra la ayuda adecuada. Entonces que usted básicamente se siente solo y [breve silencio] (...) que ya llega un tiempo en que usted ya está tan cansado de lidiar con lo mismo que la única forma que usted encuentra es como morirse, porque no encuentra otra solución. (José, comunicación personal, 1 de julio, 2020)

Además del silencio y la soledad subjetiva, estas personas jóvenes se enfrentan a las valoraciones sociales que hacen quienes están en su contexto inmediato, eco de la sociedad en general, sobre todo a las especulaciones y concepciones negativas sobre la situación y las propias personas jóvenes, como se muestra en los relatos que prosiguen a continuación:

Para ellos es huir, esa persona es muy cobarde (...) No lo alabo, pero también es una decisión difícil de tomar. Para la gente siempre va a ser como... nunca va a ser suficiente, o sea, "¡por eso se mató!". Entonces, para ellos ninguna razón va a ser suficiente para justificar un suicidio. (Estrella II, comunicación personal, 14 de agosto, 2020)

Para la sociedad los que se suicidan, primero, son faltos de Dios y, segundo, son personas cobardes. Porque la gente cree que una persona que decide suicidarse es como a la ligera. Y no, al final -uno como persona que ha intentado suicidarse- el suicidio es la última opción, o sea para uno es el final. Veamos a ver, aunque yo tengo muchas ideas suicidas, no es como que yo desee matarme (...) son los peores momentos que yo he vivido, la



situación más fea, más hostil que yo he tenido. Y para la gente es todo lo contrario, la gente cree que quien habla del suicidio es porque quiere llamar la atención y quien lo comete es porque es un pendejo. (Antonio, comunicación personal, 3 de julio, 2020)

Los relatos anteriores expresan y mantienen coincidencias con el siguiente, se evidencia nuevamente que el desconocimiento y los prejuicios conllevan a comentarios y opiniones cargadas de menosprecio e invalidación de lo que vive y siente una persona que experimenta la ideación suicida.

Entonces, usualmente siempre se especula mucho y se tiene una connotación totalmente negativa al respecto. También comentarios despectivos como de que las personas que los realizan son personas cobardes, personas que no tenían la suficiente valentía para enfrentar la realidad, enfrentar sus problemas (...) inclusive, se compara hasta con experiencias personales sin conocer del todo las experiencias de la víctima (...) totalmente fuera de contexto, sin conocer realmente lo que está uno pasando o lo que haya pasado y solamente recurren a hacer comentarios despectivos o negativos. (Carlos, comunicación personal, 17 de julio, 2020)

Los relatos anteriores están cargados de sentido por las experiencias vividas, las coincidencias en sus narraciones aluden al contexto social compartido como escenario recursivo de símbolos, valores y significados reproducidos en el devenir histórico de los procesos de socialización.

Los hallazgos expuestos acentúan en el mito que define a quienes construyen un evento suicida como personas cobardes, por huir y no resolver sus problemas, por no tener suficiente valentía para enfrentar la realidad, por quitarse la vida a la ligera (aludiendo a los detonantes o “causas” inmediatas); recurriendo a discursos despectivos y de carácter religioso para cuestionar y minimizar el fenómeno y a quien lo comete.

Asimismo, se invalida la experiencia vivida, el sentir y el significado que llevan consigo, *porque nunca va a haber una razón suficiente para justificar el suicidio*, especialmente cuando se *compara* a la persona suicida con la realidad y vivencia de quien emite el juicio, ignorando, en este



movimiento, las condiciones y devenir histórico de los procesos de socialización propios de cada sujeto.

Esta situación denota que el suicidio está inserto en una trama de creencias producto de su tiempo histórico y del enclave geográfico, así, tácitamente, está normado y siempre se marca que el suicidio está mal, las normas, las creencias y las culturas determinan, en las condiciones que sea, el deber de la persona de mantener la vida, tal y como lo plantea Carlos Martínez. (comunicación personal, septiembre 2020)

El influjo de estos mitos subyace en la intersubjetividad de estas personas jóvenes, dado que no solamente expresan los dictados de la sociedad, sino que los procesan a través de sus experiencias y les otorgan un significado, especialmente por defender que quienes aluden a las personas suicidas como cobardes ignoran el proceso de acumulación de experiencias y sedimentación de sus efectos propio del fenómeno, así como desconocen sus *intentos de buscar ayuda*, la sensación de *soledad y lo difícil que resulta tomar la decisión de matarse*, fundamentalmente porque *no se desea morir*, pero simultáneamente *el suicidio aparece como la última y única solución*.

Por consiguiente, resulta imperativo señalar la ambivalencia experimentada ante la ideación suicida, precisamente porque no se busca exclusivamente la muerte, generalmente la persona no desea morir, sino que ansía dejar de sufrir, y comunica mediante el evento suicida esa esperanza y necesidad de acabar con el sufrimiento emocional que le acoge.

En consecuencia, catalogar a quien intenta el suicidio como una persona cobarde solamente apunta hacia ella con una característica “negativa” de la personalidad, ignorando a la vez que es alguien que sufre. Por otra parte, la reproducción del mito de que quien intenta el suicidio es una persona valiente, equipara el suicidio con una cualidad “positiva” de la personalidad, dificultando la prevención al definir la valentía como una característica imitable y deseable (Pérez, 2005). Ambos discursos individualizan las “causas” del evento suicida al centrarse en la persona escondiendo el proceso multideterminado que lo genera.

Asimismo, otros mitos se refieren al comportamiento de la persona que manifiesta sus pensamientos o intenciones con respecto al suicidio, y también invalidan el esfuerzo que realiza la



o el joven por comunicar su experiencia, especialmente cuando se dice que el evento suicida es solo una forma de llamar la atención, una estrategia de manipulación, tal y como se ilustra a continuación.

Y es difícil, porque la gente lo ve a uno como alguien que quiere llamar la atención, me han dicho que estoy robando espacios en los hospitales, que si no me canso de estar haciendo lo mismo sabiendo que no logré nada. No sé si lo dicen como para darme ánimos y decir: "la próxima vez mátese de verdad" [ríe, se impresiona dolor, estaba llorando]. Y, es difícil, es difícil en todo sentido, yo le dije eso: "si yo quisiera matarme maneras no me faltan, yo podría hacerlo perfectamente". (Estrella II, comunicación personal, 8 de julio, 2020)

La experiencia de Estrella II expone el grado de letalidad de los comentarios y mitos reproducidos en los procesos de socialización, debido a la agresividad con la cual se cuestiona su vivencia suicida, se invalida la esencia de la experiencia y se sanciona simbólicamente el atentado contra su vida, al mismo tiempo que se le reta a proceder con más destructividad hacia sí misma, a que *la próxima vez se mate de verdad*.

La situación expuesta requiere subrayar el hecho de que el método elegido para el evento suicida no refleja los deseos de morir de quien lo utiliza, especialmente porque la persona está en un estado de ambivalencia y vulnerabilidad psicosocial, en donde prevalecen los deseos de autodestruirse. (Pérez, 2005)

Asimismo, es necesario indicar que el evento suicida (en cualquiera de sus momentos) es una manifestación de las emociones y sentimientos de dolor experimentados o que viene acumulando la persona. En este sentido, podría decirse que sí es un llamado de atención (y se resignifica el sentido de la expresión más allá del mito que iguala el llamado de atención a un intento de manipulación), porque justamente es uno de los medios para expresar lo que la persona siente y desea solucionar, es una alternativa para poner en manifiesto de forma física y visible lo que está viviendo interna y emocionalmente: el sufrimiento emocional que genera un estado ambivalente y confuso entre el deseo de morir y dejar de vivir de la forma en que está viviendo. De esta manera, se rescata la metáfora expuesta por Vanesa Bristritsky (comunicación personal,



octubre 2020) según la cual el suicidio y las autolesiones son una forma de drenar el dolor, son una forma de comunicar, de evidenciar a través del cuerpo y ante los ojos de las demás personas el sufrimiento interno.

Según refiere Rocamora (2013), la *llamada de socorro* es una de las actitudes y significaciones más frecuentes de una persona que construye un evento suicida, este último es entendido como *un grito en el desierto* (desierto de la propia soledad y desesperación) que anhela sentir el auxilio de otro ser humano. Ese auxilio, en primera instancia, consiste en la escucha, porque lo que la persona desea es hablar y ser escuchada, no juzgada, no cuestionada, no desea ser invalidada.

Por otra parte, hay mitos que reducen la experiencia suicida al padecimiento de trastornos mentales, invisibilizando el carácter relacional del que emerge el fenómeno e individualizando las “causas” o “justificaciones” del mismo, mito que fue señalado por las y los jóvenes participantes:

Yo siempre me he sentido como muy abierto a expresar y a conversar esto, porque no siento que sea algo que tenga que ocultar, tal vez porque biológicamente uno sabe que la depresión es un desequilibrio de sustancias a nivel del sistema nervioso central, entonces no es como que uno se tenga que sentir avergonzado por sentirse deprimido, porque es como que usted se sienta mal porque sea diabética, que sea diabética es como: “piense que va a dejar de ser diabética y deja de serlo”. No funciona así. La gente cree que todas las enfermedades mentales son porque usted es muy débil mentalmente o porque usted tiene una mala actitud ante la vida y que deja que las cosas le afecten demasiado. (Carlos, comunicación personal, 29 de junio, 2020)

La postura y vivencia de Carlos es complementada por Estrella II en su relato, al decir que:

Entonces, para la gente todavía sigue siendo como un tema tabú que nadie quiere tocar, que nadie quiere hablar, que nadie quiere admitir, que nadie ha tenido ideaciones suicidas, pero, es algo que se tiene que aceptar, o sea, cualquier persona puede tener ideaciones suicidas tenga un tratamiento psiquiátrico o no. (Estrella II, comunicación personal, 14 de agosto, 2020)



Los relatos anteriores reiteran el tabú en torno a la salud mental, los trastornos mentales y el suicidio, aunado al énfasis que liga directamente a estos últimos en una relación causa-efecto. Carlos expone, desde su experiencia, la creencia común de que *los trastornos mentales son padecidos por personas débiles o que tienen una mala actitud ante la vida*. Esta situación produce que muchas personas, especialmente los hombres (por las exigencias de fortaleza como un atributo intrínseco de la masculinidad hegemónica en una sociedad patriarcal), no acudan a consultas por temas como la depresión, debido al machismo y el estigma asociado a la salud mental.

En este mismo orden de ideas, se hace visible la contradicción con la cual la sociedad entiende y manipula la depresión, por un lado, se dice que la depresión es una cuestión de actitud que se puede controlar intencionalmente y sin ningún filtro neurobioquímico de por medio y, por otro, es únicamente a ese desbalance neurobioquímico al que se le otorga la responsabilidad y justificación ante un evento suicida. Empero, socialmente se sigue siendo consecuente, desde los mitos, es en la individualización de las “causas” que detonan al suicidio. En todo caso, se invisibiliza el suicidio como emergente relacional y, además, hunde e ignora la génesis psicosocial de la depresión clínica asociada a experiencias significativas de los procesos de socialización.

Es menester tener claridad que el comportamiento suicida puede ser indicador de una infelicidad profunda, pero no necesariamente es sinónimo o reflejo de un trastorno mental. Inclusive, es importante indicar que muchas personas con trastornos mentales no se ven afectadas por eventos suicidas, y no todas las personas que mueren por suicidio padecen un trastorno mental. Aunque la depresión clínica aparece como uno de los diagnósticos más frecuentes en personas con pensamientos suicidas (OPS, 2018), esta experiencia no puede limitarse únicamente a dicha condición. Las ideaciones o intento de suicidio no se explican exclusivamente por un trastorno, sino que también se debe tener presente la exclusión y el estigma de que son objeto las personas a raíz de ese padecimiento. (Jaime Carmona, comunicación personal, septiembre 2020)

Es precisamente la exclusión y el estigma producidos en las relaciones sociales y reproducidos en la historicidad de los procesos de socialización que se asignan y se asumen roles suicidógenos, permitiendo comprender desde esa perspectiva relacional que *cualquier persona puede tener ideaciones suicidas tenga un diagnóstico psiquiátrico o no*.



Asimismo, socialmente se divulga el mito de que el suicidio está particularmente ligado a la pobreza, son las personas pobres o en apuros socioeconómicos quienes atentan contra su vida como una forma de escapar ante situaciones como deudas o desempleo, por ejemplo. Un breve acercamiento a esta creencia fue realizado por Antonio en su participación:

La primera vez que yo reaccioné que yo tenía un problema... no sé si has escuchado hablar de Linkin Park, fijo sí, el vocalista de ellos se suicidó. Entonces, cuando él falleció, yo empecé a tener miedo de terminar como él. Entonces, eso me empezó a poner a mí la espinita y la espinita, hasta cuando mi sobrino murió... Yo, antes de que él muriera yo ya sabía que yo algo tenía, porque yo me sentía muy identificado con Chester Bennington, pero di no le presté atención y, diay, vamos a ver Chester Bennington tenía más plata de la que vamos a tener usted y yo juntos en toda nuestra vida, aunque nos saquemos la lotería, digamos, o sea el suicidio no es exclusivo de la pobreza. (Antonio, comunicación personal, 3 de julio, 2020)

El relato de Antonio comparte un ejemplo que contrasta con el criterio del suicidio como un atributo de la clase social (Pérez, 2005), mito que reduce la complejidad del fenómeno a un único determinante económico en un grupo social específico, y en su movimiento invisibiliza las relaciones sociales y condiciones de vida particularizadas por la posición en la jerarquía de clase; aunado a la intersección con otros factores socioculturales, históricos, políticos, geográficos, y demás.

En este sentido, la claridad de que el evento suicida es una causa democrática de muerte (Pérez, 2005), puede suceder a cualquier persona indistintamente de su condición socioeconómica, permite tener presente que el suicidio no es exclusivo de la pobreza, así como tampoco es exclusivo a un género o clase etaria; es un fenómeno social que debe ser analizado desde su complejidad y variedad de determinantes sin reducir su explicación a uno de ellos como una “causa” única y absoluta.

Por otra parte, no se puede desaprovechar la oportunidad de exponer la creencia sostenida que los medios de comunicación social y las redes sociales no inciden en el despliegue del suicidio, especialmente por la experiencia compartida en el relato de Antonio.



Durkheim (2015) expresa que no hay hecho tan fácilmente transmisible por el medio de la sugestión como el suicidio, de ahí el imperativo de tener especial cuidado con el tratamiento de la información producida y transmitida a través de medios de comunicación y redes sociales o comunidades virtuales, ya que esto puede fácilmente afectar a personas en una situación vulnerable, tal y como lo mencionó el joven participante con el caso del vocalista de Linkin Park.

Desde la suicidología se defiende la postura según la cual todo lo que pasa en la sociedad afecta a sus sujetos y viceversa, por lo que el suicidio de una persona conmueve e interpela, habla de quienes pertenecen a esa comunidad. Esta forma de comprenderlo hace alusión a la concepción psicosocial de la subjetividad y el suicidio en concatenación con los factores sociales, pues de manera consciente o no, todo lo que ocurre en la comunidad de pertenencia se replica en el interior de cada ser humano, al ser procesado por la subjetividad de cada quien, lo cual puede desencadenar o activar las propias ideaciones suicidas. (Jaime Carmona, comunicación personal, septiembre 2020)

En este sentido, es de valía hacer alusión al carácter contagioso del suicidio, el cual se presenta cuando se da un manejo inadecuado a las noticias sobre suicidios en medios de comunicación y redes sociales o comunidades virtuales, sobre todo cuando se trata del caso de una figura pública; según explica Jaime Carmona (comunicación personal, septiembre 2020) este *riesgo de contagio* se da, principalmente, por dos factores: la idealización y la sugestionabilidad. Es decir, la influencia de quien consumó el acto suicida en la persona que conoce la noticia depende de la idealización de la persona fallecida por parte de quien le sobrevive, así como por el grado de sugestionabilidad, pues entre más sugestionable, receptiva o identificada sea la persona, más expuesta está a ser influenciada por el evento y posee un factor de riesgo especial en relación con el fenómeno. Este mismo efecto es explicado por Carlos Martínez (comunicación personal, octubre 2020) como una *infección psíquica*, conocido socialmente como efecto Werther cuando se imita el suicidio.

En consecuencia, es importante reiterar y tener claridad en que el evento suicida en sí mismo no contagia, sino lo que ese evento representa para la persona a partir de lo que identifica de sí misma en él. De ahí el imperativo con hacer un manejo y comunicación adecuada de los



eventos suicidas acontecidos en el devenir cotidiano, especialmente cuando estos tratan de una figura pública².

A modo de presentar cómo los símbolos, valores y normas con respecto al suicidio transmitidos en los procesos de socialización inciden en la elaboración subjetiva de significados en torno a la experiencia suicida, a continuación, se hace un breve acercamiento a los significados construidos y reconstruidos a partir de la vivencia de la ideación suicida.

2. Resignificación del suicidio desde la experiencia de ideación suicida en jóvenes

Según los hallazgos de la investigación, para las y los jóvenes participantes, el suicidio significa un descanso de lo que duele, de lo que creen no tiene solución; es un medio para dejar de sufrir en un momento de crisis. Ese dolor está asociado con un desgaste emocional y espiritual que lleva años evolucionando, es un sentimiento de no querer existir, a la vez se tiene la creencia de ser la única persona que lo vive. El suicidio parece ser la última opción posible para dar fin a los problemas y acabar con un sentimiento de soledad y vacío, sin embargo, en esos momentos no se considera que también se va acabar con la vida.

El suicidio significa una salida, un escape, un último grito, un grito que evidencia la necesidad de ayuda. Se cree que la solución a lo que se vive y siente no aparece en ningún otro lugar que no sea el suicidio. Para algunos no es un escape, pero siempre es una decisión difícil, no es la primera opción: es un acto desesperado tras intentarlo todo y no encontrar ayuda, es una manera de buscar paz y a la vez, el intento, es *el infierno más fuerte*.

Para dos jóvenes, el suicidio está relacionado con, o explicado por, el padecimiento de alguna enfermedad mental, generalmente la depresión; para otros, fue reiterativo aclarar y subrayar que cualquier persona puede vivir esta situación, no depende de un diagnóstico psiquiátrico y el suicidio no es exclusivo de quienes viven en condición de pobreza. Ellas y ellos reconocen la complejidad del suicidio y la necesidad de reconocer la situación por la que atraviesa la persona,

² La OMS y OPS cuentan con guías para profesionales de los medios de comunicación para la prevención del suicidio, que pueden ser consultadas en [OPS/OMS | Cambiando la cobertura periodística del suicidio en América Latina y el Caribe \(paho.org\)](https://paho.org/es/OPS/OMS/Cambiando-la-cobertura-periodistica-del-suicidio-en-América-Latina-y-el-Caribe)



pero sobre todo lo que esa persona siente al vivenciar la ideación suicida. Tal y como lo expresa Estrella I en el siguiente relato:

Es que como le dije, es complejo, no puedo decir que es como las demás [personas opinan], que es por valiente o por maricón o maricona, que... porque no sabe llevar las cosas, porque habría que ver qué le está pasando o qué es, no tanto qué le está pasando, sino qué está sintiendo. (Estrella I, comunicación personal, 16 de julio, 2020)

Dar apertura a los sentires vividos y acumulados en el devenir del proceso suicida en lugar de centrarse únicamente en el análisis superficial de hechos o eventos inmediatos asociados a una crisis es lo que permite ahondar en la comprensión de las experiencias y significados, en la esencia del fenómeno a través de la subjetividad y la complejidad del devenir histórico de los procesos de socialización.

Además, la comprensión del suicidio como proceso de *evolución* y acumulación gestado en el devenir cotidiano evidencia que no es provocado por las grandes cosas, sino que es un corolario de vivencias y eventos (Carlos Martínez, comunicación personal, octubre 2020) alrededor de los cuales las y los jóvenes han elaborado significados y exacerbado sentimientos de soledad, sufrimiento emocional y ambivalencia por la vida, por lo que se vive durante *mucho tiempo*, tal y como expresan los siguientes relatos:

Porque usualmente no es algo tan agudo, es algo como muy crónico, que lleva muchos años, mucho tiempo evolucionando. Que quizá lleva mucho tiempo luchando con lo mismo constantemente y eso le genera un desgaste emocional y un desgaste espiritual bastante considerable, y llegó un punto de quiebre donde ya se queda como sin “reservas” emocionales -por decirlo de alguna forma- ya no tiene, ya no siente tan fuertes los apoyos que le permitían evitar que intentara o consumara... y, finalmente, lo termina por realizar porque dentro de su situación no encontró una mejor salida o sintió que ya no tenía sentido y, sencillamente, ya no quería continuar. (Carlos, comunicación personal, 17 de julio, 2020)

La vivencia del dolor, los sentimientos que experimentan, la conciencia de lo que vivencian y la búsqueda de apoyo se refleja en el siguiente relato.



Yo diría que es la única manera en que las personas encuentran de huir del dolor que sienten en esa etapa de su vida. O sea, que es el dolor tan grande (...) Pero, todo lo describimos como un dolor en el espíritu, como que usted es un cuerpo, pero su espíritu está quebrado. Y que la única solución que usted encuentra como para esa sanación espiritual es el suicidio. Porque, bueno, en mi caso no encontré una ayuda que se adecuara a mí, no me encontraba como espacios en los que yo pudiera hablar de mis sentimientos y que se me entendiera de lo que estaba hablando, que me identificara con la persona con la que estaba hablando. Es una soledad que usted siente, como que usted es el único –a pesar de que usted sabe que no- es el único que está pasando por eso. Y que tiene hasta miedo de hablarlo por la manera en que lo puedan ver sus, diay, sus seres queridos. (José, comunicación personal, 1 de julio, 2020)

A través de los relatos anteriores, los jóvenes explican el despliegue y *evolución* de la ideación suicida como un proceso de acumulación en el cual se buscaron alternativas y acompañamientos, donde se recurrió a recursos internos para tener la fortaleza emocional y espiritual para superar las dificultades, pero no se logró conseguir esa entereza debido, propiamente, al *desgaste emocional*. En este proceso se llega a un punto de quiebre donde la persona se queda sin *reservas emocionales*, y dentro de esa situación no se encuentra otra mejor salida que el suicidio. El suicidio, en estas circunstancias, aparece como la única manera de *huir al dolor del espíritu*, este espíritu está quebrado y el suicidio se muestra como la alternativa de *sanación*.

Esta postura, en su movimiento interno, hace referencia a la soledad vivida en la experiencia de ideación suicida, soledad que no es parte de la naturaleza del fenómeno –cuando se estudia en su dimensión social-, sino que es producto y manifestación de la exclusión a la cual es relegada la persona.

Muestra de la posición excluyente y del carácter relacional dentro de la cual se vive la experiencia, es que se busque y *rebusque* ayuda y esta no sea encontrada, la ausencia de un espacio dentro de la red vincular de relaciones para hablar, ser escuchado y comprendido, ahí la sensación de soledad llega hasta el punto de hacer *creer que se es la única persona que está teniendo este*



tipo de experiencia, lo cual se vincula con el silenciamiento social del fenómeno en los diversos espacios de socialización.

Aunado a ello se debe tener en cuenta que, tal y como lo señalaron los jóvenes participantes a partir de sus experiencias, para la aparición de una crisis suicida hay otra serie de crisis que se vienen dando durante el tiempo y se vienen resolviendo inadecuadamente, lo cual hace que la persona esté en ese nivel de riesgo (Carlos Martínez, comunicación personal, octubre 2020). Este aspecto, es reiterado y ahondado en las narraciones siguientes:

Entonces es como, como, no es la primera opción realmente, es como la opción ya que usted dice: “ok, nada ha funcionado”. Y lo vería, es como un acto desesperado donde usted dice: “¡ya, todo lo intenté y nada funcionó, o sea, ya estoy harta!”. Usualmente uno trata de ser positivo y uno dice: “ok, busco esta solución, esta solución”, pero si eso no le sirve ya uno se frustra y llega al punto en el que usted dice: “ya intenté todo, ¿qué me queda por intentar?”. Entonces, ya es cuando usted llega al punto en que usted dice: “suena bien, el suicidio suena bien”. (Estrella II, comunicación personal, 14 de agosto, 2020)

La experiencia de Estrella II se complementa y trasciende desde la perspectiva de Shanty, quien también coloca una reflexión sobre el suicidio como una alternativa ante el dolor vivido y como parte de experimentar un conjunto de crisis que pareciera insostenible.

Para mí el suicidio es como un descansar de todas las cosas que a veces nos duelen y que creemos que no tenemos solución, pero ya viéndolo positivamente, creo que, son como crisis nada más. Opino que es como dejar de sufrir todo lo que ha ido pasando. (Shanty, comunicación personal, 12 de julio, 2020)

Los relatos de estas mujeres jóvenes reiteran que *el suicidio no es la primera opción*, sino es *la última* alternativa, *aparece ante la desesperación* y desesperanza de reconocer que *las soluciones anteriores no funcionaron*. Con el afán de *descansar de las cosas que duelen* y con la esperanza de *buscar paz*, de liberarse del dolor, el suicidio aparece *no como un escape*, pero sí como la manera de solucionar el sentir ante la experiencia vivida.



Durante la crisis se buscan soluciones, se hace un inventario y se sopesan las posibles alternativas para identificar la posibilidad de producir algún cambio, y con ello disminuir el dolor. En este proceso aparecen los pensamientos sobre la muerte como una posible solución, y las otras opciones parecen ineficientes para reducir la intensidad de la crisis (Bouchard, 2006). Esta actitud se vuelve comprensible cuando se reconoce que el objetivo último del evento suicida es producir un cambio, tanto en sí mismo como en el entorno. Los esfuerzos y la esperanza se centran en lo que se desea adquirir: tranquilidad, paz, liberación del sufrimiento, sensación de bienestar.

El evento suicida es como *el último grito, un grito a la sociedad que intenta decir: “¿ves? Yo sí ocupaba ayuda”*, expresando así el carácter relacional del evento suicida tanto en la génesis como en la resolución de la crisis. Este grito es una forma de comunicar que ya no se desea vivir más de la forma en la cual se está viviendo, no necesariamente implica morir.

Yo creo que en la mente de uno es el final de los problemas, de todo, de que voy a dejar de sufrir y al final es ambos, o sea como te digo, cuando yo lo pienso ni siquiera yo recuerdo haber pensado en que voy a morir, pues sí, pero, pero lo que piensa uno es en que lo que se van a acabar son los problemas. Ese sentimiento de vacío se va acabar, nunca lo pensé, nunca lo vi de forma en que iba acabar con mi vida también. Puede sonar muy lógico, pero, pero, di, yo creo que al menos yo nunca lo pensé, que no solo iba acabar con mis problemas, sino que también iba acabar con las cosas bonitas (...) Y cuando uno está pensando, tiene una idea suicida y cree que el suicidio es la solución no piensa en eso, en que se va acabar la vida. (Antonio, comunicación personal, 3 de julio, 2020)

La experiencia de Antonio ilustra cómo se manifiesta la dialéctica suicida, en la ideación se identifica al *suicidio como la solución y final de los problemas*, el suicidio expresa el medio a través del cual *se va a dejar de sufrir*: se va a acabar el sentimiento de vacío y la *sensación tan fea de sentirse deprimido y hundido*; se ignora que *con morir no solamente se acaba con los problemas, sino que también con las cosas bonitas, se acaba con la vida*. En este sentido, Rocamora (2013) refiere que la dialéctica suicida expresa el objetivo de matarse, pero también de vivir de otra manera; el deseo es de liberarse, cambiar, de vivir. Lo cual denota que un abordaje sensible del fenómeno puede ofrecerle a la persona diversos recursos psicosociales para gestionar



y trascender el sufrimiento subjetivo y a la vez afrontar situaciones sociales percibidas como difíciles.

El suicidio es una experiencia cuyo significado puede ser ambivalente al contener niveles fluctuantes de esperanza y desesperanza, porque representa la esperanza o promesa última de acabar con el sufrimiento tras un proceso complejo en el cual los frutos de otras decisiones, o la visión de otras alternativas, han sido insuficientes para resolver o acabar con “esto” que genera dolor emocional.

En la ideación suicida reside la opción última y definitiva de acabar con el estado de sufrimiento que apremia a la persona. El evento suicida (en tanto intento o hecho consumado) es el corolario de un complejo proceso de sedimentación de experiencias vitales que representan dolor, sufrimiento, desesperanza y asfixia en quien las vive. Los efectos de estas experiencias están condicionados por el entrelazamiento de diversos componentes subjetivos, socioculturales, históricos, económicos y biológicos que se entretajan en los procesos de socialización de la vida cotidiana.

CONCLUSIONES

A este punto se ha hecho evidente el relato y significado compartido que expresa que, en la experiencia de ideación suicida, el suicidio se construye como una solución, como la alternativa última para solucionar el cúmulo de situaciones y detener el dolor emocional que les hunde y consume en su devenir cotidiano.

En síntesis, las experiencias de ideación suicida vivenciadas por las y los jóvenes participantes expresan como características comunes que el propósito ante la crisis es buscar una solución y el estímulo inmediato de los pensamientos suicidas es el dolor emocional incesante y acumulado; la emoción común es la desesperanza y el estado cognitivo la ambivalencia; el acto interpersonal común es la comunicación (Shneidman, 1982, citado en Rocamora, 2013) del deseo de no vivir más así, de la forma en la que se está sobreviviendo.

La ideación suicida como proceso subjetivo es una experiencia de vida que resulta particular en cada joven, al poner de manifiesto la conjugación de condiciones que resultan en una significación única según quien lo vive y, a su vez, contiene matices coincidentes de determinantes



socioculturales generales del contexto geográfico e histórico en el cual se encuentra que son producidos y sostenidos a través de los procesos de socialización.

Estos procesos de socialización se desarrollan mediante el papel de las relaciones familiares, escolares, laborales, de pareja y las creencias religiosas. Por consiguiente, dichos agentes interpretan un papel determinante y ambivalente en el empuje al suicidio, así como en la afirmación a la vida.

La ambivalencia es una característica de la experiencia suicida, tanto en las relaciones sociales en torno a ella, así como en la subjetividad de quien la vive. En las y los jóvenes se expresa en la dialéctica de la determinación por el suicidio como un medio o solución que aparenta prometer dejar de vivir bajo las condiciones insatisfactorias y opresoras en las que se está sobreviviendo, para vivir de otra manera.

Vivir de otra manera implica cambios en la red vincular de relaciones, la afirmación por la vida demuestra que la experiencia suicida es un fenómeno que se elabora y vivencia de forma relacional en la cotidianidad, por lo cual no son necesariamente las grandes cosas las que conectan con el sentido y motivación por vivir. Asimismo, no son los grandes hitos los que tienen un empuje inmediato y mecánico al suicidio, este es un fenómeno gestado de manera histórica en los procesos de socialización.

REFERENCIAS

- Alpízar, L., y Bernal, M. (2003). La construcción social de las juventudes. *Última Década*, 19, 105-123. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/udecada/v11n19/art08.pdf>
- Bouchard, G. (2006). *Le Suicide a l'adolescence. Le processus suicidaire chez l'adolescent. Psychomédia*. Recuperado de <http://www.psychomedia.qc.ca/articles-psychologiques/le-processus-suicidaire-chez-l-adolescent>
- Carmona y otros. (2017). *El suicidio y otros comportamientos autodestructivos en jóvenes universitarios de Colombia y Puerto Rico: acciones, interacciones y significaciones*. Universidad de Manizales, Colombia.
- Comisión Técnica Interinstitucional sobre Estadísticas de Convivencia y Seguridad Ciudadana. (2019). *Estado del suicidio en Costa Rica 2014-2018*. Recuperado de [Suicidios-completo.pdf \(infosegura.org\)](http://infosegura.org/Suicidios-completo.pdf)
- Durkheim, E. (2015). *El suicidio: un estudio de sociología*. Madrid, España: Ediciones Akal.



- Martín-Baró, I. (1985). *Acción e ideología: Psicología social desde Centroamérica*. San Salvador, El Salvador: UCA Editores.
- Martínez, C. (2017). *Suicidología comunitaria para América Latina: teoría y experiencias*. ALFEPsi Editorial. Recuperado de <http://www.alfepsi.org/libro-suicidologia-comunitaria-para-america-latina-2/>
- Organización Mundial de la Salud, Mental Health and Substance Use Team. (2019). *Suicide in the world: Global Health Estimates*. Recuperado de <https://www.who.int/publications-detail/suicide-in-the-world>
- Organización Panamericana de la Salud. (2018). *Prevención de la autolesión y el suicidio: empoderamiento de los profesionales de Atención primaria de salud*. Curso de autoaprendizaje en línea, Campus virtual de Salud Pública en <https://www.campusvirtualesp.org/es/curso/prevencion-de-la-autolesion-y-el-suicidio-empoderamiento-de-los-profesionales-de-atencion>
- Pérez, S. (2005). Los mitos sobre el suicidio. La importancia de conocerlos. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(3), 386-394. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/806/80634305.pdf>
- Rocamora, A. (2013). *Intervención en crisis en las conductas suicidas*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.