

NOTA DE PRENSA

El 17,2% de los niños de entre 10 y 17 se ha autolesionado, y cada vez a edades más tempranas

- **Las cifras alarmantes de conductas autolesivas no suicidas entre los jóvenes revelan un adelanto en la edad de inicio entre los 13 y 16 años**
- **La conducta suicida es la cuarta causa de muerte en menores y adultos jóvenes entre 15 y 29 años, lo que representa el 1,3% de muertes en el mundo**
- **Una medida de prevención es realizar un plan de seguridad con las personas que han tenido algún intento o ideación de suicidio desde el primer momento.**

Logroño-Madrid, 30 de marzo de 2023.-

“Existe una gran prevalencia de autolesiones no suicidas entre los jóvenes”, según experto de la Sociedad Internacional de Autolesión y profesor de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR), Juan Faura, quien ha alertado de que “el 17,2% de los niños entre 10 y 17 años realizan conductas de autolesión no suicida, y la edad de inicio más frecuente suele ser entre los 13 y 16 años¹”.

Faura, que ha participado en la I Jornadas sobre Autolesión y Conducta Suicida impartido en UNIR en colaboración con el Grupo ITA, recuerda que “todavía existe un gran tabú y estigma al hablar de estos temas”, que son muy complejos y generan mucho sufrimiento en el paciente y en el entorno familiar.

¹ https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0214-78232021000300006#B5

A pesar de que la investigación actualmente es muy escasa y está empezando a generar interés, Faura destaca que "la prevención y la intervención existen, aunque son incipientes hay una gran esperanza en ellas, ya que la autolesión es totalmente prevenible, según la OMS".

En muchas ocasiones, aclara el especialista, "se puede hablar de conductas o pensamientos autolesivos que no tienen intencionalidad suicida. No tienen que estar asociadas necesariamente a un trastorno mental o a una patología comórbida. Puede ser una conducta de regulación emocional o la expresión física de alguna problemática puntual que esté afectando a la persona en ese momento".

Asimismo, el psicólogo añade que "las conductas de autolesión no suicida son un problema con mayor incidencia en menores, en edades tempranas, que puede desarrollar problemas potenciales en la adultez, algunos de ellos relacionados con ideación suicida". En la misma línea, Faura expone que todavía se está investigando la vinculación entre la conducta no suicida y suicida, la cual no tiene por qué ser lineal ni progresiva, pero sí se ha visto una gran relación entre ellas.

Intervención desde el primer momento

La conducta suicida es la cuarta causa de muerte en menores y adultos jóvenes entre 15 y 29 años, lo que representa el 1,3% de muertes en el mundo. Esta cifra supera las muertes causadas por el VIH, paludismo o cáncer de mama, según la Organización Mundial de la Salud.

Por su parte, Patricia Vega, psicóloga experta en ideación autolítica e intentos de suicidio y profesora de UNIR, comentó durante la jornada, que "es importante intervenir a través de un plan de seguridad con las personas que han tenido un intento de suicidio desde el primer momento, tanto si se ha producido, como si es una ideación".

Hoy en día el 17% de las personas con ideas suicidas han tenido algún intento. Además, la profesora indica que "un dato relevante es que las personas con intento de suicidio suelen pedir ayuda un año antes, bien sea a través de familiares, amigos o mediante los médicos de atención primaria".

Entre los planes de seguridad para evitar un intento de suicidio, la psicóloga aporta que "la implicación del personal sanitario de manera activa en los planes de seguridad y su posterior seguimiento tiene una mayor tasa de éxito respecto a aquellos planes que hacen los pacientes de manera autónoma".

Algunos síntomas de alarma entre la población adulta pueden ser que la persona manifieste sentirse sola, insatisfacción por seguir con su vida, aislamiento o sensación de impotencia ante un problema o situación. Entre los jóvenes, conductas como aislamiento, llanto incontrolado, bajo rendimiento escolar, abandono del deporte, o dormir todo el día pueden ser señales para preocuparse.

Entre las principales recomendaciones para elaborar un plan de seguridad Patricia Vega destaca: “tener una lista de señales de alarma, pensar en diversas actuaciones para atajar el problema, saber a qué personas puede llamar si se encuentra mal, tener localizados a profesionales y organismos, así como sus teléfonos y disposición horaria, hacer un listado de buenas razones para seguir viviendo y cuidar un entorno seguro”.

El plan de seguridad es una técnica de emergencia que se puede aplicar a todas las personas con intento de suicidio y que pueden elaborar familiares o personal sanitario junto a la persona con ideación suicida. Vega asegura que el plan varía según cada persona, personalizarlo es importante y en ningún caso sustituye a una terapia psicológica o farmacológica.

SOBRE UNIR

UNIR es una Universidad cien por cien en línea que ofrece una educación superior de calidad a través de las tecnologías más innovadoras, siempre con el estudiante en el centro de su actividad. En España, imparte 45 grados oficiales, 116 postgrados, 65 títulos propios y 4 programas de doctorado que tienen como objetivo acercar una educación integral y personalizada a los más de 55.000 estudiantes que trabajan en sus aulas presenciales-virtuales desde 86 países, principalmente en España y Latinoamérica. Su método de enseñanza, adecuado a las demandas del mercado laboral, hace de UNIR una auténtica palanca social que rompe barreras y ayuda a que cada uno, esté donde esté, cumpla sus sueños universitarios y de progreso. UNIR pertenece al grupo educativo Proeduca, junto con otros centros de enseñanza superior y no reglada.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Departamento de Comunicación UNIR comunicacion@unir.net www.unir.net
Sala de prensa: <http://www.unir.net/sala-de-prensa/> Twitter: [@UNIRUniversidad](https://twitter.com/UNIRUniversidad) y [@PrensaUNIR](https://twitter.com/PrensaUNIR)

Paloma Gamarra (La Rioja) 94 121 02 11 ext. 1285 paloma.gamarra@unir.net
Sara Puerto 648 573 733 sara.puerto@unir.net
Bosco Martín (Director) bosco.martin@unir.net