

Año I del Covid: récord histórico de suicidios

La pandemia fue un factor de riesgo añadido en las 3.941 muertes, cifra jamás alcanzada

RAFAEL J. ÁLVAREZ MADRID 2020, Año I de la Pandemia entre otras cosas, ha sido el de más suicidios en la historia desde que hay datos (1906): 3.941 personas enviadas a la muerte por su pesadumbre, su hastío y su desesperanza.

Once al día.

Una cada dos horas y cuarto.

Hablamos de la primera causa de muerte no natural. Y entre los 15 y 29 años de edad, la primera tras los tumores, por 30 personas de diferencia. Por primera vez, el suicidio casi triplica (2,7) los muertos por tráfico. Y genera 13 veces más víctimas que los homicidios y 90 que la violencia machista con resultado de muerte.

Aunque 2014 arrojó 8,31 suicidios por cada 100.000 habitantes sobre una población de 46,5 millones de personas, los 8,27 de 2020 sobre 47,3 millones hacen que nunca haya habido tantas *automuertes* en España.

Los 3.941 suicidios de 2020 suponen un ascenso del 7,4% con respecto a 2019: 270 muertes más.

¿Por qué? ¿Ha sido la pandemia?

«La crisis Covid es un factor de riesgo contextual que se suma a lo multicausal del suicidio. La Covid no genera el suicidio, es un factor más. Dicho esto, la pandemia ha afectado a los factores de riesgo que ya conocíamos y ha amenazado a los factores de protección, como la cohesión social. Necesitaremos más años para comprobar empíricamente que el Covid influye. La hipótesis es que sí. Pero no es inevitable. Estamos a tiempo. Hay que aprobar planes estatales y políticas de prevención ya».

Es el psicólogo clínico Miguel Guerrero, responsable de la Unidad de Prevención e Intervención Intensiva en Conducta Suicida y coordinador de la Unidad de Salud Mental Comunitaria de Marbella, que resume el mordisco de la pandemia: «El Covid es una tormenta que hemos atravesado todos, pero unos en yate y otros en barca de remos. La pandemia no ha sido democrática, ha afectado más a los más vulnerables».

Tirando de terapias propias y de investigaciones colectivas, Guerrero ve lo que ha pasado en 2020. «Han aumentado los trastornos mentales, depresión, ansiedad, insomnio... Y han empeorado los trastornos mentales graves debido a las barreras asistenciales, la caída de la presencialidad, la no buena telemedicina... Se han desviado recursos destinados al Covid en detrimento de la Atención Primaria y la Salud Mental. El desempleo y la pérdida de ingresos generan incertidumbre y problemas:

un aumento del 1% del paro provoca un 0,8% más de suicidios. Yo puedo facilitar una terapia, pero no una casa y hay gente que viene a la consulta en coche porque vive en el coche. Han crecido las drogas y el alcohol. Y, por último, la experiencia traumática: duelos, enfermedad, violencia doméstica y de género... Todo, unido a la soledad, ha hecho que la gente quede atrapada en los problemas. Y piense más en quitarse la vida».

Los datos del INE hablan de un 2020 con récords tristes.

Aunque, como en todos los países, los hombres (2.930) se siguen suicidando el triple que las mujeres (1.011) y ellas lo intentan el triple que ellos (Observatorio del Suicidio

Por primera vez hay más de 1.000 muertes de mujeres y se dobla el suicidio en niños

en España), es la primera vez que se superan las 1.000 muertes en mujeres. El suicidio en mujeres de 50 a 59 años (254) ha subido un 27%.

En 12 meses, el suicidio en mayores de 80 años (548) creció un 20%.

Y subió el doble en menores de 15 años, la primera vez que se suicidan 14 críos: siete en 2019 y 14 en 2020.

«El Covid ha creado incertidumbre, dramas psicológicos y físicos,

pérdidas familiares, inestabilidad socioeconómica, desestructuración, desinformación, dificultad para la regulación emocional y falta de atención a quien estaba en tratamiento. Y todo, sin canalización social».

El psicólogo Luis Fernando López es codirector del Proyecto ISNISS de investigación de conductas autodestructivas, autolesión y suicidio del Doctorado de Psicología de la Salud de la UNED, coordinador del Programa *Hablemos de... suicidio* del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, miembro y socio fundador de la Sociedad Española de Suicidología y autor de publicaciones como *Duelo, autolesión y conducta suicida*.

«Hay datos muy graves. El de los ancianos se vincula a la soledad y la desesperanza, factores habituales pero agravados con la pandemia. Y el de los menores de 15 años nos indica que es mentira que los chavales hayan llevado bien la pandemia. Vemos autolesiones, trastornos emocionales y de conducta alimentaria, adicciones e ideación suicida, un pensamiento sobre la muerte más habitual del que había antes».

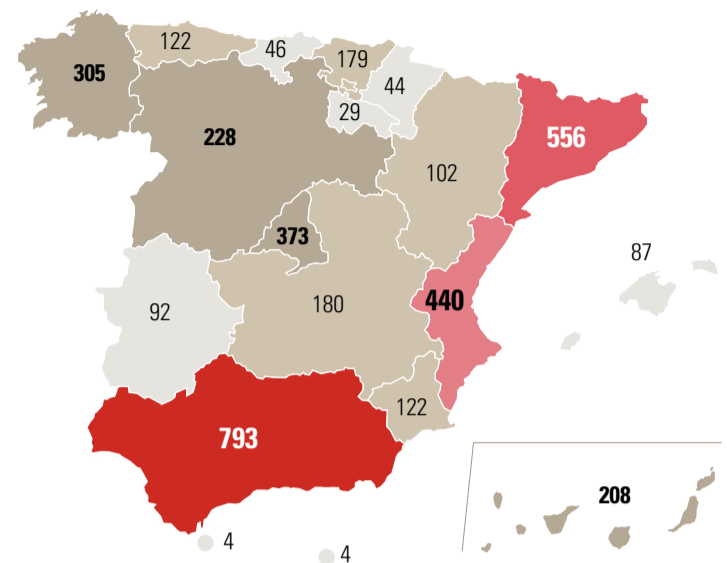
La radiografía de la Fundación Española para la Prevención del Suicidio revela que en abril de 2020 (confinamiento duro) hubo un 18% menos de suicidios que en abril de 2019 y en agosto de 2020 (desescalada), un 34% más que en el agosto anterior. «Se esperaba una disminución significativa en coherencia con la de accidentes de tráfico y homicidios provocada por el confinamiento. Pero después del confinamiento se ha producido un efecto rebote».

¿Y qué hay de los intentos y las ideaciones, de la muerte no contada?

El Observatorio del Suicidio cita a la OMS y otros estudios: hay 20 intentos por suicidio consumado y entre un 5% y un 10% de personas con ideación suicida en algún momento de su vida. «En un año podría haber 80.000 intentos en España. Y entre 2 y 4 millones de personas poseen ideación suicida en su vida. España no tiene ningún plan o estrategia estatal para la prevención del suicidio».

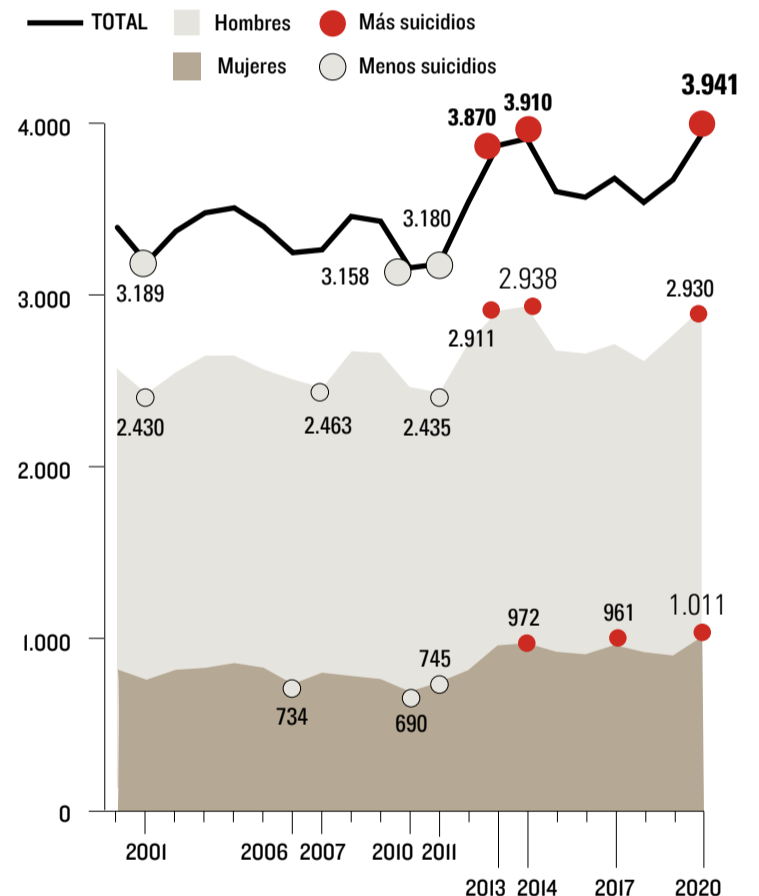
SUICIDIOS POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS EN 2020

Número de suicidios



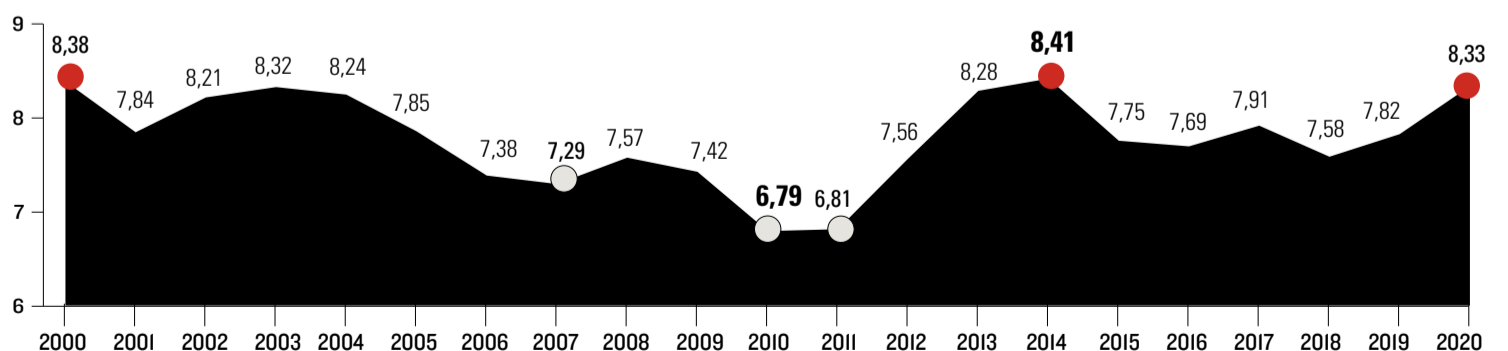
* Sin contabilizar el suicidio de extranjeros por comunidades

NÚMERO TOTAL DE SUICIDIOS

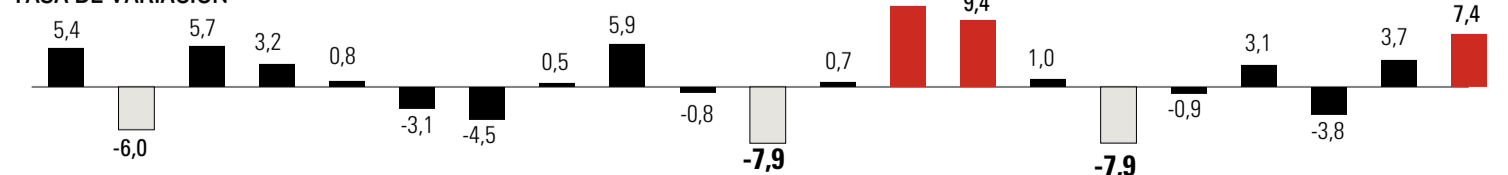


EVOLUCIÓN DEL NÚMERO DE SUICIDIOS POR CADA 100.000 HABITANTES

● Cifras más altas ○ Cifras más bajas



TASA DE VARIACIÓN



FUENTE: INE DATOS: Gabriela Galarza

Isabel González / EL MUNDO