



Factores de riesgo y factores protectores de la conducta suicida en adolescentes del
municipio de Arauca

Risk factors and protective factors of suicidal behavior in adolescents in the
municipality of Arauca

Yenny Zoraima Chaparro-Guerrero, estudiante de psicología, Universidad
Cooperativa de Colombia, sede Arauca, Colombia.
Correo-e: yenny.chaparrog@campusucc.edu.co

Marisabel Supelano-Gil, estudiante de psicología, Universidad Cooperativa de
Colombia, sede Arauca, Colombia. Correo-e: marisabel.supelano@campusucc.edu.co

Nota de los autores

Trabajo presentado como modalidad de grado del diplomado de prevención integral
de la autolesión y conducta suicida: empoderamiento personal sobre la vida, periodo 2021,
docente Angela Patricia Pinzón-León, Facultad de Psicología. Universidad Cooperativa de
Colombia Arauca



**Factores de riesgo y factores protectores de la conducta suicida en adolescentes
del municipio de Arauca**

Resumen

El presente trabajo tiene como propósito, analizar la conducta suicida de la población adolescente, teniendo en cuenta los factores de riesgo y los factores de protección, ya que, el suicidio como conducta subyace como un problema social que obedece a múltiples causas.

Razón por la cual, en esta literatura nos centramos en el grupo etario de los adolescentes, los trastornos de tipo emocional, la historia familiar, la violencia, las condiciones sociales y económicas; cada una de estas causas desfavorables, que son causas determinantes al momento de cometer un acto suicida, es por ello que en el estudio de esta conducta se debe tener en cuenta los factores de riesgo y los factores de protección, y de este modo, poder comprender mejor los posibles problemas asociados a la conducta suicida en los adolescentes del municipio de Arauca.

Por tanto, se debe entender que un factor de riesgo individual es aquel detonante que exhorta a cometer suicidio. En la juventud los factores de riesgos más concurrentes son: la depresión, la dificultad del manejo emocional, el desencanto, la desesperanza y la carencia de un sentido de vida. Por otra parte, se encuentran los factores de protección ante el riesgo de la conducta suicida, los cuales están relacionado, con la capacidad de resolución de problemas, el optimismo, las estrategias de afrontamiento y los diferentes pensamientos y actitudes de tipo positivos.

Palabras clave

Adolescentes, conducta suicida, factores de riesgo, factores protectores.

Abstract

The purpose of this paper is to analyze suicidal behavior in the adolescent population, taking into account risk factors and protective factors, since suicide as a behavior underlies as a social problem due to multiple causes.

For this reason, in this literature we focus on the age group of adolescents, emotional disorders, family history, violence, social and economic conditions; each of these unfavorable causes, which are determining factors when committing a suicidal act, which is why the study of this behavior should take into account the risk and protective factors, and thus to better understand the possible problems associated with suicidal behavior in adolescents in the municipality of Arauca.

Therefore, it should be understood that an individual risk factor is the trigger that urges to commit suicide. In young people, the most common risk factors are: depression, difficulties in emotional management, disenchantment, hopelessness and lack of meaning in life. On the other hand, there are protective factors against the risk of suicidal behavior, which are related to the ability to solve problems, optimism, coping strategies and different positive thoughts and attitudes.

Keywords

Adolescents, suicidal behavior, risk factors, protective factors.

Introducción

El propósito de la presente revisión bibliográfica es identificar los factores de riesgo asociados a la conducta suicida de los adolescentes del municipio de Arauca; del mismo modo identificar y explicar de qué manera los factores de protección pueden prevenir el fenómeno del suicidio en la sociedad adolescente del mentado municipio.

Por tanto, es de vital importancia, entender, que la conducta suicida es un fenómeno que ataca en silencio y que desafortunadamente es un problema de salud pública que no se ha tratado como prioridad en nuestra sociedad. Razón por la cual, en este sentido, desde la investigación fomentada por la academia, se debe dar a conocer la inmensa dinámica negativa de tipo biológico, psicológico y contextual que atañe a dicha conducta, que ocasiona deterioro en la salud mental del individuo, llevando a este al padecimiento de diferentes patologías o enfermedades tanto mentales como emocionales que conducen al suicidio (Bedoya-Cardona & Montaña-Villalba, 2016).

En contexto, el suicidio hace parte de la degradación del individuo y así mismo, de las sociedades organizadas, generando las diferentes patologías psicológicas que causan sufrimiento en los adolescentes, quienes padecen en silencio comportamientos anómalos, que, al no ser detectados, terminan en el acto suicida. Es por ello, que, la solución ante el creciente fenómeno suicida se debe enmarcar en el estudio y utilización de los factores protectores, tales como, el programa creado por Soler-Sánchez, Pérez-Rosabal, Mejías-César, López-Sánchez, & César-Rodríguez, (2016) en el cual, se incluyen temáticas que son entendidas como: una visión optimista de la vida, el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de habilidades sociales y de la técnica de resolución de conflictos, como

también, el facilitar la capacidad de autocontrol y fomentar la resiliencia. Todo esto con el objetivo de construir una personalidad resistente y así mitigar en todo caso los desenlaces fatales.

En consecuencia, en el desarrollo de la presente revisión bibliográfica, se profundizará en cada uno de estos factores con el propósito de entender desde el punto de vista psicológico, biológico y contextual la conducta suicida en los adolescentes del municipio de Arauca, y de esta manera comprender como se presentan los diferentes factores de riesgo y como se pueden minimizar los mismos con la utilización temprana y adecuada de los factores de protección.

Planteamiento del problema

En la actualidad, diferentes organizaciones mundiales como la OMS y OPS se refieren respecto al suicidio como una problemática de salud pública, que, al día de hoy, los profesionales en salud y los profesionales en las ciencias sociales, se están esforzando al máximo para lograr identificar las causas o razones por las cuales se presenta el fenómeno de la conducta suicida, entendiendo a la mentada conducta como “el acto de quitarse deliberadamente la propia vida” (Bravo-Andrade, Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís, & Macías-Espinoza, 2020).

Para enfocar la presente revisión bibliográfica, es necesario hacer una valoración a las cifras alarmantes que rodean al fenómeno suicida. La Organización Mundial de la Salud (OMS), ilustra que, al término de cada año, alrededor de 800.000 individuos acaban con sus vidas cometiendo suicidio. Si bien es cierto, su prevalencia es variable de acuerdo a los contextos en cada país, se ha logrado estimar que se presentan 11,4 muertes por cada

100.000 habitantes. También se ha logrado identificar que el fenómeno del suicidio ocurre especialmente en edades tempranas, ya que en el año 2016 fue la segunda causa de fallecimientos en jóvenes con edades entre 15 y 29 años (Núñez-Ariza, y otros, 2020).

Así pues, Colombia no es ajeno a esta gran problemática de salud pública a nivel mundial, ya que, el Instituto De Medicina Legal presenta las siguientes cifras, Durante el año 2015 se registraron en Colombia 2.068 suicidios, 10% más que en el año inmediatamente anterior. La mayoría de los suicidios durante el 2015 (48,74%) sucedieron en edades comprendidas entre los 15 y 34 años, mostrando así que la conducta suicida prevalece en la población adolescente y joven (Montoya-Gómez, 2015).

También, de acuerdo con la base de datos de defunciones no fetales del DANE, en Colombia fallecen al año 2.363 personas a causa del suicidio. La verdadera alarma se enciende por las muestras anualmente tomadas, en donde se evidencia que del año 2010 al 2019, el 17% de los decesos a causa del suicidio se presentó en niñas, niños y adolescentes entre los 15 y 19 años de edad, alcanzando un promedio de 399 muertes por año (ICBF, 2019).

Puntualizando más en el contexto que nos compete, debemos ubicarnos en el municipio de Arauca, en donde para el año 2017, la Unidad Administrativa Especial De Salud dio a conocer que fueron atendidas alrededor de 300 llamadas por la línea de atención de urgencias y emergencias, dedicada a la atención oportuna en casos de prevención de suicidios. En la actualidad, el suicidio en el municipio de Arauca se viene presentando con mayor prevalencia en los grupos poblacionales adolescentes y jóvenes (Gobernación de Arauca , 2018).

Según las muestras suministradas por el DANE, el departamento de Arauca es una de las regiones con mayor índice de suicidios en la población adolescente entre los 15 y 19 años de edad, mostrando una prevalencia del 8.7% en el número de casos a nivel país (ICBF, 2019).

Ahora bien, la ideación suicida o pensamiento suicida en la población adolescente, es determinada por la presencia de la desesperanza, es decir que, la desesperanza debe ser entendida como el principal factor de riesgo en los adolescentes al momento de decidir cometer suicidio. La ideación suicida en adolescentes también ocurre con ocasión a múltiples factores de riesgo demográfico, donde se incluyen: (ser hijo de un padre soltero, un bajo estatus socioeconómico y laboral de los padres, los patrones de horarios de trabajo y las horas de trabajo por semana). Según la OMS, también existen los factores predisponentes ambientales (acoso escolar, relaciones deficientes entre compañeros, disfuncionalidad del entorno familiar, comportamiento agresivo y conflicto de los padres); la presencia de dichos factores en un adolescente genera depresión, dificultad del manejo emocional, desencanto, desesperanza y carencia de un sentido de vida, es por ello que se idealiza el suicidio como alternativa de solución (Núñez-Ariza, y otros, 2020).

Teniendo en cuenta lo anterior, los esfuerzos deben estar enfocados al estudio y fortalecimiento de los factores de prevención de la conducta suicida en adolescentes. Para ello, se debe entender de qué manera se pueden prevenir el surgimiento de factores de riesgo tales como, los mencionados anteriormente (desesperanza y carencia de sentido de vida, entre otros).

En este sentido, a manera de contexto, es menester de la academia y de quienes hacemos parte de ella, utilizar los medios apropiados y hallar la manera de fortalecer los factores de protección ante la presencia de factores de riesgo que conducen al suicidio como alternativa de solución de los problemas en la población adolescente del municipio de Arauca.

Por lo tanto, en la presente revisión bibliográfica, se pretende estudiar desde el punto de vista Psicológico, la manera más oportuna para prevenir la conducta suicida en los adolescentes del municipio de Arauca, el camino a tomar, en primer lugar, es el estudio de los factores de riesgo asociados a la ideación y conducta suicida en los adolescentes, seguido del reconocimiento de los factores protectores. Resaltando en primera línea la capacidad de resolución de problemas, el optimismo y los diferentes pensamientos de tipo positivos.

Revisión y situación actual del tema

En la presente revisión bibliográfica, se pretende estudiar desde el punto de vista Psicológico, la manera más oportuna para prevenir la conducta suicida en el grupo poblacional adolescente del municipio de Arauca. Dado que, Según las muestras suministradas por el DANE, el departamento de Arauca es una de las regiones con mayor índice de suicidios en la población adolescente entre los 15 y 19 años, mostrando una prevalencia del 8.7% del número de casos a nivel del país (ICBF, 2019).

Para ello, el primer paso es identificar los factores de riesgo asociados a la ideación de la conducta suicida, seguido del reconocimiento de los factores protectores, como medida de prevención del fenómeno en mención.

Factores de riesgo relacionados con el suicidio

Según la OMS “Un factor de riesgo es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumenta su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión”. Teniendo en cuenta este concepto, y su relación con el fenómeno del suicidio, se encontró, que de manera general esta conducta está asociada a algunos factores de riesgo, tales como:

“Las enfermedades mentales, la angustia aguda, la pobreza, la ruptura de un matrimonio o relación, las enfermedades físicas, la pérdida del trabajo, la exposición a la violencia, el haber sido víctima de intimidaciones o abusos en la infancia, el abuso de alcohol o drogas, los antecedentes de intento de suicidio y el acceso a métodos de suicidio de gran letalidad” (OMS & FAO, 2019). Factores que se discriminaron a continuación, según una clasificación determinada por la tipología del riesgo (biológicos, psicológicos y/o contextuales).

Factores biológicos

El factor biológico en los seres humanos hace referencia a todos los acontecimientos que se relacionan con la salud física, que a su vez puede afectar la parte mental. Lo anterior como consecuencia de una constitución meramente orgánica, haciendo alusión al estado del organismo del individuo. Claramente, la ciencia ha evidenciado ciertas diferencias en el funcionamiento del organismo, que dan lugar a distintas formas de salud y diferentes maneras de enfermar (Ticora-Ortegon, 2019).

Así pues, los factores de riesgo de tipo biológicos subyacen y se presentan como un riesgo de muerte para el individuo, no relacionado directamente por la anomalía biológica, sino por lo que el padecimiento de esta puede ocasionar en la psiquis de la persona. Entre los factores de riesgo biológicos más comunes, y que se relacionan con comportamientos suicidas, podemos encontrar: trastornos metabólicos, factores genéticos de enfermedades psiquiátricas en primer grado de consanguinidad, enfermedades y dolor crónico (accidentes vasculares, sida, neoplasias, entre otras), enfermedades en fase terminal, trastornos psiquiátricos y deterioro cognitivo (Hernández-Soto & Villarreal-Casate, 2015).

Sumado a lo anterior, según el autor Ticora-Ortegón (2019) en la biología del ser humano puede ocurrir una disminución en los niveles de serotonina, que se trata de un químico producido por el organismo, y es conocida dentro del medio médico como la hormona de la felicidad, la carencia de esta, o la insuficiencia de poderla producir, desencadena graves consecuencias en la psiquis de los individuos y se convierte en un factor de riesgo determinante. La desregulación serotoninérgica en un individuo que padece cualquier factor biológico de los anteriormente nombrados, lo hacen propenso a experimentar estrés, conllevando a su vez comportamientos impulsivos o agresivos. En este sentido, la persona experimenta un modo de respuesta emocional, cognitivo y comportamental que puede estar asociado directamente con la conducta suicida. Entonces, es correcto afirmar, según los argumentos científicos estudiados, que los individuos que poseen en su organismo niveles bajos de serotonina en el líquido cefalorraquídeo son significativamente más propensos a cometer suicidio, de allí la estrecha relación entre los factores biológicos y la conducta suicida (Mosquera, 2016).

Dicho lo anterior, cabe resaltar que, en estudios recientes, se ha sugerido que el comportamiento suicida tiene ciertos antecedentes de tipo genético que no necesariamente dependen de trastornos mentales. En un estudio realizado en el caribe colombiano, se muestra que la tasa de heredabilidad estimada de suicidio en adolescentes es de 21 a 50%, y una tasa de heredabilidad de ideación y comportamiento suicida de 30 a 55%. Estas estadísticas muestran al factor biológico-genético como algo determinante en la conducta suicida y merece ser profundamente estudiado (Núñez-Ariza, y otros, 2020).

Factores psicológicos

Freud en su teoría Psicoanalítica fue el primero en ofrecer explicaciones psicológicas al fenómeno del suicidio, postulando que los motivos eran intrapsíquicos, que pueden resumirse en que el suicidio está relacionado con el homicidio en el acto suicida, en el cual hay una ambivalencia de amor-odio y la importancia de la agresividad en el suicidio como pulsión de muerte, a lo largo de su obra Freud interpreta la relación entre el suicidio, la melancolía y la agresividad introyectada (Giner-Jiménez, 2006), Ahora bien, los factores psicológicos, se diagnostican cuando los comportamientos y las actitudes, tienen un efecto negativo en la psiquis de la persona, en el caso de esta literatura, hacemos referencia a la influencia de los comportamientos problemáticos en el adolescente, ocasionando la conducta suicida (Bravo-Andrade, Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís, & Macías-Espinoza, 2020). En este sentido, dentro de algunos factores de tipo psicológicos en adolescentes, a tener en cuenta en la ideación y conducta suicida, se destacan los siguientes: La impulsividad, los sentimientos de soledad, la autoimagen disminuida, el consumo de sustancias Psicoactivas, el déficit de habilidades de resolución de problemas, desesperanza, hostilidad, baja autoestima, sentimientos de fracaso, inhibición emocional, entre otros...

siendo estos factores, determinantes en el aumento de la probabilidad de cometer el acto suicida (Mosquera, 2016).

En este sentido, el intento de suicidio para un adolescente, en su gran mayoría, es la expresión de un deseo inherente por cambiar un caos psicológico en su ser, es una manera de reacción sobre los graves sentimientos de impotencia. El pensamiento suicida se presenta como una alternativa de cambio a una situación que se ha tornado insoportable (Cubillos-Marín, Chaves-Cuesta, & Martínez-González, 2016).

Por consiguiente, los trastornos más comunes en los adolescentes son: los trastornos de conducta, depresión, ansiedad generalizada, trastornos de alimentación en adolescentes mujeres y abuso de sustancias psicoactivas en ambos sexos. Dentro de los trastornos anteriormente nombrados, se destacan por su gran concurrencia la depresión y la ansiedad. El primero de ellos según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V), define la depresión como un periodo en el que se presenta un cambio del funcionamiento previo, estado de ánimo decaído, pérdida de interés o placer, cambios de apetito, sueño, sentimientos de inutilidad o culpa, dificultad para concentrarse, ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado. Del mismo modo, en segundo lugar, está el trastorno de ansiedad, que se caracteriza por miedo excesivo ante amenazas reales o percibidas y ansiedad como anticipación de amenazas futuras (Bedoya-Cardona & Montaña-Villalba, 2016).

Es por ello que la depresión y la ansiedad son considerados como uno de los principales factores de riesgo psicológicos en el comportamiento suicida de los adolescentes, esta puede ser aún más lesiva cuando se acompaña de la ingesta de alcohol y

el consumo de sustancias psicoactivas, dichas prácticas incrementan el riesgo de suicidio puesto que, agravan los sentimientos depresivos y disminuye el autocontrol en la persona (Bedoya-Cardona & Montaña-Villalba, 2016).

Por otra parte, se ha logrado demostrar que las dificultades que se puedan presentar en el dominio emocional contribuyen a incrementar el riesgo suicida en el adolescente. Las principales de estas son: tristeza, sentimientos imposibles de manejar, emociones negativas hacia sí y los demás y, en general, la dificultad en el manejo de emociones. De esta manera el adolescente experimenta sentimientos de desencanto, desesperanza y con ello, la carencia de un sentido de vida (Bedoya-Cardona & Montaña-Villalba, 2016).

Dicho lo anterior, la teoría del énfasis que tienen los factores psicológicos en el suicidio es reforzada por investigadores del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses, cuando señalan que el suicidio es el resultado de un conflicto en la psiquis del individuo, su existencia y realidad, que provoca una desmotivación para vivir (Cubillos-Marín, Chaves-Cuesta, & Martínez-González, 2016). Por otra parte, los estudios de autopsia Psicológica revelan que el 90% de los suicidios adolescentes presentaban un trastorno Psiquiátrico (Cabra, Infante, & Sossa, 2010).

Factores contextuales

En este apartado, se deben entender a los factores de riesgo contextuales, como la experiencia en el espacio o el entorno que experimenta el individuo, incluyendo el espacio familiar o laboral, es decir, elementos que van desde dinámicas psicosociales hasta situaciones particulares por las que atraviesan las personas jóvenes, dichas dinámicas y

situaciones pueden llegar a ser detonantes al momento de tomar la decisión de cometer suicidio (González-Sancho & Picado-Cortés, 2020).

Ahora bien, es importante resaltar que Emily Durkheim señaló, que el suicidio no puede ser explicado por razones meramente individuales de la persona, es decir, la sociedad es actor activo a través de ciertos individuos para incentivar el suicidio, dicha conducta proviene según el autor, de una relación anómala entre individuo y sociedad. (Durkheim, E 1982, referido por (Barrionuevo, 2001)). Teniendo en cuenta lo anterior, el desplazamiento o migración, la ruptura amorosa o muerte de algún familiar y la baja funcionalidad familiar, entre otras... son factores de riesgo contextual para la conducta suicida. Aunado a ello, es necesario hacer énfasis en cuanto a la gravedad de la situación en el momento en que las variables anteriormente nombradas, se dan de manera simultánea o combinadas en los distintos ambientes que experimentan los adolescentes. En este escenario, se confirmaría una multicausalidad del fenómeno en estudio, agravando significativamente la situación del joven, llevándolo anímica y emocionalmente, más allá de lo que podría soportar (González-Sancho & Picado-Cortés, 2020).

En el mismo sentido, Cubillos Marín, Chaves-Cuesta & Martínez-González (2016) asocian la ausencia de manifestaciones afectivas, inadecuado estilo de crianza, discordia entre los padres e hijos, maltrato físico o emocional y la comunicación escasa en la familia como posibles factores de riesgo en los adolescentes. Igualmente, se ha demostrado que la familia juega un papel importante en el desarrollo psicológico y personal de los adolescentes, dado que, es el ambiente principal en el cual el individuo se desenvuelve. Dicho lo anterior, resulta de vital importancia la manera en que el individuo se relaciona con su ambiente y como este influye en su personalidad a lo largo del tiempo.

Por otra parte, Armas-Hernández & Perdomo-Vargas (2018) destacan como factores de riesgo: el abuso sexual, la falta de redes de apoyo, el matoneo, la presión ejercida sobre el adolescente debido a su orientación sexual y la violencia física, emocional y psicológica. Dichos factores se presentan en diferentes contextos sociales del adolescente, entre ellos, los ambientes escolares, laborales, familiares y en general, cualquier grupo social significativo en el desarrollo de la vida y personalidad del individuo.

Entendiendo lo anterior, todos estos factores de riesgo se pueden presentar como elementos causales de frustración, desesperanza, desmotivación y desarrollo de múltiples problemas mentales y psicológicos. Razón por la cual, es importante identificar como se puede contrarrestar o prevenir la incidencia de estas situaciones que gravemente influyen en la calidad de vida de una persona. Por tanto, en la presente revisión se exponen también, los factores protectores identificados para la mitigación de los riesgos.

Factores protectores relacionados con el suicidio

Factores protectores de tipo personal

En primer lugar, como factor protector encontramos **factores de tipo personal**, los cuales Según Losada-Medina & Botero-Caicedo (2018) pueden estar relacionados con tres tipos de concepciones con capacidades individuales, las cuales están orientadas a: “yo tengo, yo soy y yo puedo”, donde cada categoría cuenta con características particulares. “Yo tengo” se relaciona con la confianza, independencia y estabilidad que son proporcionados por factores externos, como la familia, los amigos, las instituciones, etc. “Yo soy” se refiere a la disposición, el respeto y la responsabilidad, donde se mencionan los valores y principios que reconoce la persona. Por último, el “yo puedo”, que está

relacionado con las capacidades individuales y la resolución de problemas, en este observamos el control de emociones, las capacidades analíticas y ejecutivas, el saber cuándo pedir ayuda e idear nuevas soluciones a situaciones difíciles.

Factor protector - estrategias de afrontamiento

Los autores Cornejo-Ortega, Rojas-Omaña, Bonilla-Cruz & Riveras-Porras, (2018) describe como factor protector **las estrategias de afrontamiento**, estas son tomadas como mecanismos de tipo cognitivos, que permiten a los individuos afrontar situaciones de estrés experimentadas en el diario vivir, las cuales se encuentran orientadas hacia el problema en donde las personas tienden a buscar la manera activa de solucionar el conflicto.

Dicho lo anterior, existen distintas variables en las estrategias de afrontamiento. En primer lugar, se encuentra el **afrontamiento activo**, en donde el individuo por iniciativa propia y expresando su voluntad, deciden confrontar el problema asociado al ambiente o el medio en donde este se presenta, ya sea familiar, laboral, escolar, etc. De este modo, la persona busca la resolución del conflicto que atenta contra su psiquis. Seguidamente, se hace referencia al **afrontamiento orientado a la emoción**, en donde las personas se interesan en resolver su bienestar emocional, un ejemplo de ello puede ser: hablar de sus sentimientos, acudir a la religión fortaleciendo la fe, hacer insight entre otros...de esta manera el individuo puede descargar muchos aspectos negativos que afectan directamente a sus emociones. Por último, están las **estrategias de afrontamiento evitativas**, en donde la persona simplemente omite ese evento estresante de su vida y decide no actuar, ni pensar en ello (Cornejo-Ortega, Rojas-Omaña, Bonilla-Cruz, & Rivera-Porras, 2018).

Factores protectores de tipo psicológico

Por su parte, los autores Bravo-Andrade, Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís, & Macías-Espinoza, (2020), se refiere en su estudio a tres importantes factores protectores. El primero de ellos es la **“resolución de problemas”**, en este, se tiene en cuenta la capacidad del individuo para afrontar un problema, el primer paso es el auto aceptar la dificultad vivida y de allí emprender la búsqueda de la solución. El autor destaca la comunicación y el dialogo como los medios idóneos para resolver los problemas en el ambiente en que estos se presenten.

Seguidamente, se menciona el **“optimismo”** como factor protector de la conducta suicida. Es fundamental que el adolescente enmarque su vida con una actitud positiva, con ello se logra aprender de los errores cometidos en la vida, al tiempo que su determinación se ve fortalecida para afrontar y efectuar la resolución efectiva de conflictos (Bravo-Andrade, Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís, & Macías-Espinoza, 2020).

Por último, el autor se refiere a la **“autoestima”** como un efectivo protector ante el fenómeno suicida. Ya que, es fundamental para el individuo sentirse capaz de realizar sus actividades de manera adecuada, como también, aceptarse y quererse así mismo. dicho lo anterior, es necesario que la persona no se aferre a la idea de buscar el amor en ambientes externos a su ser, el énfasis se encuentra en el amor interior de sí mismo, si una persona se ama a sí misma, dicho sentimiento será capaz de protegerle y proporcionarle autocontrol (Bravo-Andrade, Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís, & Macías-Espinoza, 2020).

Factores protectores de tipo psicosocial

Por otra parte, Soler-Sánchez, Pérez-Rosabal, Mejías-César, López-Sánchez, & César-Rodríguez, (2016) crearon un programa con temáticas que actúan como factores protectores, entre las cuales se encuentran: una visión optimista de la vida, el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de habilidades sociales, la técnica de resolución de conflictos, facilitar la capacidad de autocontrol y fomentar la resiliencia, esto con el objetivo de construir una personalidad resistente. Ya que, en los resultados de este estudio, se observó que los adolescentes no tienen una personalidad resistente, dado que por lo general se evidencia en esta población, poca tolerancia al dolor, experimentando ante dificultades: sentimientos de impotencia, desesperanza, agotamiento, culpa y fracaso. Y con el fortalecimiento de las técnicas anteriormente nombradas, nace en el individuo el amor propio y con ello una visión optimista de la vida, dándole sentido a la misma.

Adicional a ello, Soler-Sánchez, Pérez-Rosabal, Mejías-César, López-Sánchez, & César-Rodríguez, (2016) destacan que, la persona con apoyo social es menos propensa a cometer suicidio, en este sentido, es importante en la vida de los jóvenes el apoyo familiar, en el cual, necesitan apoyo social de tipo emocional y valorativo, esto porque el contacto humano ayuda a aliviar las tensiones, la tristeza y se aumenta el sentimiento de solidaridad, con ello el individuo se siente en la capacidad de socializar sus problemas y a su vez, siente que puede ser escuchado sin perjuicios. El apoyo familiar alivia la sobrecarga emocional de la persona.

Políticas públicas como factor protector

Teniendo en cuenta lo anterior, es importante resaltar que como factor protector también se encuentran las **políticas públicas** establecidas por el gobierno colombiano en el

sistema general de seguridad social integral para prevenir la enfermedad y promover el bienestar general de sus ciudadanos, entre estas se contempla el marco general de salud mental que pretende proteger la integridad psicológica y mental de las personas, incluyendo la prevención del suicidio, que hasta el momento, para los registros del año 2019 no habrían surgido un efecto positivo de las políticas públicas emanadas desde el gobierno nacional, enfocadas a prevenir el fenómeno suicida. Ya que el ministerio de salud, como ente rector de la salud pública para los colombianos, ha mostrado una variedad de políticas y programas que bien se reflejan en algunas regiones, pero en otras no logran surtir la totalidad de sus efectos positivos (MINSALUD, 2018).

De hecho, para el año 2018 se expidió la resolución 4886, cuyo objeto es adoptar una política nacional para la salud mental (Social, 2018), dicha resolución va encaminada a darle legitimidad y cumplimiento a la ley 1616 de 2013, que tiene como objetivo principal garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental, mostrando a la población de niños, niñas y adolescentes como la principal prioridad (Nacional, 2013). Sin embargo, hasta el momento se evidencia que del año 2010 al 2019, el 17% de los decesos a causa del suicidio se presentó en niñas, niños y adolescentes entre los 15 y 19 años, lo cual, preocupa de sobremanera a toda la comunidad en general (ICBF, 2019).

Conclusiones

Luego de una exhaustiva y productiva revisión bibliográfica, utilizando diferentes fuentes, artículos, revistas, ensayos e investigaciones formales y serias, donde hicieron parte una variedad de grandes autores, es preciso concluir que el fenómeno del suicidio es un problema de salud pública generalizado en el mundo entero. Para este trabajo en

concreto, es correcto afirmar que el municipio de Arauca – Colombia y su población adolescente, no es ajeno a este grave fenómeno, ya que dicha conducta no tiene discriminación alguna en raza, nacionalidad, ideología, género, religión, edad, etc...y cuya ocurrencia afecta actualmente a esta población en ideación, planificación y consumación, de forma silenciosa y difícil de detectar a tiempo.

A su vez, se puede concluir que existen una cantidad extensa de factores de riesgo que alimentan el peligro de una ideación suicida en el individuo, dichos factores llegan a la psiquis del adolescente por diferentes situaciones biológicas, psicológicas o/y psicosociales que desencadenan distintas patologías o trastornos mentales.

Por otra parte, se logró determinar que existen formas para identificar y prevenir la concurrencia de los factores de riesgo, a esto se le conoce como “factores protectores ante la conducta suicida”, tales como de tipo personal, psicológico y Psicosocial, como también, formas de estrategias de afrontamiento, y políticas públicas para favorecer su mitigación.

Teniendo en cuenta lo anterior, la población adolescente del municipio de Arauca, debe ser orientada por una política pública que enmarquen las actividades de los jóvenes en buenas prácticas personales y de relaciones sociales, incentivando en todo caso, la inclusión. Para que, de esta manera puedan participar activamente en: grupos de arte, cultura, deporte o religiosos, y así, esta población puede mantener su mente ocupada, activa y con muchos motivos para vivir. Del mismo modo, la familia como núcleo fundamental de la sociedad, debe conocer del fenómeno suicida y los diferentes factores que concurren relacionados en él, para ello, se debe aplicar programas encaminados a las buenas relaciones familiares como política preventiva.

Dicho lo anterior, es y será menester de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Arauca, programa de psicología, entes territoriales, unidad de salud y diferentes profesionales del área de la salud mental, continuar cosechando desde el conocimiento y la investigación, soluciones acertadas contra este tipo de fenómenos psicológicos que degradan al individuo y a la sociedad misma.

Referencias

- Armas-Hernández, A., & Perdomo-Vargas, J. G. (2018). INCIDENCIA DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES EN LA CONDUCTA SUICIDA EN JOVENES Y ADOLESCENTES: IMPLICACIONES DESDE UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA. *Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas*, 1-52.
- Barrionuevo, J. (2001). SUICIDIO E INTENTO DE SUICIDIOS . *Facultad Psicología Universidad de Buenos Aires, Psicología Evolutiva Adolescencia.*, 1-21.
- Bedoya-Cardona, E. Y., & Montaña-Villalba, L. E. (2016). Suicidio y Trastorno Mental. *CES PSICOLOGÍA*, 1-24.
- Bravo-Andrade, H. R., Ruvalcaba-Romero, N. A., Orozco-Solís, M. G., & Macías-Espinoza, F. (2020). Factores individuales que protegen o favorecen el riesgo de suicidio adolescente: estudio cualitativo con grupos focales. 1-14.
- Cabra, Infante, & Sossa. (2010). EL SUICIDIO Y LOS FACTORES DE RIESGO ASOCIADOS EN NIÑOS Y ADOLESCENTES. *Medica.Sanitas*, 1-8.

Cornejo-Ortega, A. C., Rojas-Omaña, A. M., Bonilla-Cruz, N. J., & Rivera-Porras, D.

(2018). Estrategias de afrontamiento como elemento terapéutico en la orientación suicida de adolescentes de un colegio de la comuna 7 en Cúcuta. 1-6.

Cubillos-Marín, J. A., Chaves-Cuesta, M., & Martínez-González, M. F. (2016). SUICIDIO

EN JÓVENES E IMPACTO PSICOLÓGICO EN LA FAMILIA ANÁLISIS SISTEMÁTICO DE LITERATURA. *Universidad Cooperativa De Colombia, Facultad de Ciencias Humanas*, 1-35.

Giner-Jiménez, L. (2006). DIFERENCIAS EN LA CONDUCTA SUICIDA.

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE MADRID, Facultad de Medicina-Departamento de Psiquiatría , 1-243.

Gobernación de Arauca . (11 de enero de 2018). *arauca.gov.co*. Obtenido de

<https://arauca.gov.co/noticias/1273-52-casos-de-intento-de-suicidio-fueron-atendidos-en-la-linea-125-de-la-unidad-de-salud-de-arauca>

González-Sancho, R., & Picado-Cortés, M. (2020). Revisión sistemática de literatura sobre

suicidio: factores de riesgo y protectores en jóvenes latinoamericanos 1995-2017. 1-23.

Hernández-Soto, P. A., & Villarreal-Casate, R. E. (2015). Algunas especificidades en torno

a la conducta suicida. 1-8.

ICBF. (2019). SUICIDIO DE NIÑOS, NIÑAS, ADOLESCENTES, Y JOVENES EN

COLOMBIA . *OBSERVATORIO DEL BIENESTAR DE LA NIÑEZ*, 1-1.

- Losada-Medina, M. R., & Botero-Caicedo, Y. A. (2018). Factores de resiliencia en un joven egresado de un medio institucionalizado del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. 1-5.
- MINSALUD. (2018). Bolentín de salud mental conducta suicida Subdirección de Enfermedades No Transmisibles. *MINSALUD*, 1-25.
- Montoya-Gómez, B. (2015). *Comportamiento del suicidio. Colombia*. Obtenido de <https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/49523/Suicidios.pdf>
- Mosquera, L. (2016). Conducta suicida en la infancia: Una revisión crítica. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1-10.
- Nacional, G. (2013). Ley 1616 del 2013. *Congreso de la Republica*, 1-16.
- Núñez-Ariza, A., Reyes-Ruiz, L., Sánchez-Villegas, M., Carmona-Alvarado, F. A., Acosta-López, J., & Moya-De Las Salas, E. (2020). Ideación suicida y funcionalidad familiar en adolescentes del caribe colombiano. 1-9.
- OMS, & FAO. (2019). Prevención del suicidio: manual para las autoridades de registro y reglamentación de los plaguicidas. *Organización Mundial de la Salud.*, 1-38.
- Social, M. d. (2018). Resolución 4886 del 2018. *Ministerio de Salud y Protección Social* , 1-29.
- Soler-Sánchez, Y. M., Pérez-Rosabal, E., Mejías-César, M., López-Sánchez, M. d., & César-Rodríguez, M. A. (2016). Programa educativo para potenciar factores protectores en adolescentes con conducta suicida . *Multimed*, 1-11.

Ticora-Ortegon, I. N. (2019). El Suicidio En Adolescentes de Colombia: Desde Una Mirada Psicosocial. *Universidad Cooperativa de Colombia*, 1-17.