

¿Cómo hablar del suicidio en forma segura?



Un paso importante para la prevención del suicidio es poder hablar de ello de forma clara y franca. Pero puede suceder que las palabras que utilicemos o la forma en que nos expresemos, prolonguen una visión estigmatizadora hacia las conductas suicidas, las difundan como una opción para hacer frente a los problemas o causen mayor dolor a las personas afectadas.

Utilizar un lenguaje seguro cuando hablamos de suicidio implica expresarnos de forma empática, respetuosa y libre de juicios.

Lenguaje de riesgo

- ✗ Suicidio fallido
- ✗ Suicidio no consumado
- ✗ Suicidio incompleto

Lenguaje seguro

- ✓ Intento de suicidio

¿Por qué?

Las conductas suicidas no se tratan de éxito o fracaso, sino de experiencias de profundo dolor. Por mucho tiempo estuvieron asociadas a crimen o inmoralidad, significando un tema tabú incluso en la actualidad. Estas expresiones marginan a las personas afectadas de las fuentes de ayuda.

Procura utilizar un lenguaje neutro y respetuoso, evitando palabras que describan el suicidio de una forma positiva o negativa.

Lenguaje de riesgo

- ✗ Suicida o persona suicida
- ✗ Víctima del suicidio
- ✗ Intentadora/o
- ✗ Depresivo/a, adicta/o, trastornado/a, etc.

Lenguaje seguro

- ✓ Persona que ha muerto por suicidio
- ✓ Persona que ha intentado suicidarse/terminar con su vida
- ✓ Persona afectada/impactada por el suicidio
- ✓ Persona con... (depresión, adicción, trastorno mental, etc.)

¿Por qué?

Cuando llamamos a las personas por sus acciones, condiciones o según un diagnóstico, aplicamos etiquetas que no respetan su experiencia, que las estigmatiza e incluso restan posibilidades de recuperación. En su reemplazo, aplica el principio de siempre la persona en primer lugar.

¿Cómo informar del suicidio en forma segura?



Lenguaje de riesgo	Lenguaje seguro
<ul style="list-style-type: none">✗ Informar de datos desactualizados.✗ Generalizar estadísticas a toda la población cuando corresponden a una zona o población específica.	<ul style="list-style-type: none">✓ Informar de datos estadísticos actualizados y validados, indicando claramente la población a la cual corresponden y cómo se obtuvieron.
<ul style="list-style-type: none">✗ Indicar aumento o disminución de casos en función de estadísticas únicas o no comparables.✗ Utilizar expresiones alarmistas (epidemia, ola de suicidios).	<ul style="list-style-type: none">✓ Reportar tendencias de aumento, disminución o estabilización de las estadísticas, en función de análisis de datos comparables en el tiempo.
<ul style="list-style-type: none">✗ Reducir el suicidio a causas únicas, o a una lista estática de factores de riesgo y de protección.	<ul style="list-style-type: none">✓ Indicar que el suicidio es un problema complejo, donde existen múltiples factores de riesgo y de protección que interactúan en diferentes niveles.
<ul style="list-style-type: none">✗ Describir el suicidio como un hecho inevitable.✗ Informar del suicidio sin difundir medidas de apoyo y ayuda.	<ul style="list-style-type: none">✓ Informar que es posible prevenir el suicidio, difundir señales de alerta y dónde encontrar ayuda.

¿Por qué?

Cuando reducimos el suicidio a causas únicas o lo presentamos como un fenómeno generalizado en la población, promovemos la desinformación y conclusiones riesgosas.

Es muy importante informar que el suicidio es una problemática de interés público y llamar a la acción, pero debemos evitar caer en el sensacionalismo o utilizar datos imprecisos.

La prevención del suicidio es tarea de todas y todos

