



**Casa abierta al tiempo**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA  
UNIDAD XOCHIMILCO**

**DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN SOCIOLOGÍA**

**MÓDULO XII: SOCIOLOGÍA Y SOCIEDAD**

**ASESOR: CAROLINA TERÁN CASTILLO**

**TEMA: EL ESTRÉS SOCIAL COMO UN FACTOR DE SUICIDIO EN  
LOS JÓVENES DE LA CIUDAD DE MÉXICO**

**ALUMNA: MARÍA MAGDALENA BARRERA ZÚÑIGA  
MATRÍCULA: 2152021668**

*A Carmen Zúñiga, mi madre, por ser una guerrera de la vida, por darme amor, educación, un techo y las mejores lecciones. Porque los logros que he tenido en mi camino se los debo principalmente a ella. Por estar conmigo en los momentos complicados, por enseñarme a ser una mujer que lucha y porque su cariño me sea eterno.*

*A Fernanda y Carlos Barrera Zúñiga, mis hermanos, porque sus sueños se realicen y cumplan sus metas. Porque nunca pierdan el coraje y el entusiasmo por aprender y ser mejores seres humanos..*

*A Vicky, mi abuelita, por todas las veces que me cuidó y me brindó su apoyo. Por compartirme su sabiduría.*

*A Daniel Zúñiga y Keiko Horiuchi por brindarme su apoyo y su confianza, su casa y su tiempo durante mi estancia universitaria.*

*A Sergio y Carlos Zúñiga, mis tíos, por apoyarme cuando más los necesitaba.*

*A Alan Ventura, por acompañarme en mis noches de insomnio, apoyarme con mis tareas e involucrarse con la sociología.*

*A Karla Nikté, Ilse Mabel, Angel Elihú y Mabel Sánchez,*

*A Morita, Panchito, Amy, Madison, Miley y Phoebe.*

*¡Gracias!*

## Índice

1.	Introducción.....	3
2.	El estrés social como un factor del suicidio en Damián, un joven de la Ciudad de México.....	6
2.1.	La presentación de Damián.....	7
2.2.	Su curiosidad: la niñez de Damián cambia drásticamente.....	9
2.3.	El acoso escolar se hizo presente.....	11
2.4.	Pequeñas acciones suicidas en su vida cotidiana.....	12
2.5.	Damián conoce las consecuencias de sus actos.....	14
2.6.	Sucesos estresantes a lo largo de su vida.....	14
2.7.	El suicidio como parte de su vida.....	23
2.8.	Damián modifica sus hábitos diarios.....	30
3.	Conclusiones.....	48
4.	Anexos.....	51
5.	Bibliografía.....	56

## 1. Introducción

*Me resulta imposible evitar la inquietud, y hasta tal punto es vergonzoso para mí exponerme, además de arriesgado, que al final, al bajar la vista, sólo veo el vacío en mis pies; no una reserva de fuerza interior o apoyo exterior capaz de sostenerme, sino un largo abismo sin ninguna red para detener mi caída.*

Scott Stossel

A lo largo de la jornada diaria, una persona está expuesta a pasar por distintos tipos de eventos que alteran y reconfiguran su ritmo de vida. Estos sucesos pueden ser de carácter estresante, y ponen en riesgo la salud de las personas que los padecen, así como sus hábitos diarios.

El caos que genera la rutina diaria en la Ciudad de México, el interminable tráfico en sus calles, las horas que pasa una persona en el transporte público, incluyendo los percances que puedan ocurrir (asaltos/accidentes), la presión por llegar a tiempo a un empleo, clase o reunión; son elementos que contribuyen a generar estrés, al igual que la angustia que siente un padre o madre que no cuenta con los recursos necesarios para solventar el gasto económico de su familia o el matrimonio que ha ido perdiendo la fuerza y el sentimiento que los unía, por lo que termina desmoronándose, llevando a todos los integrantes de la familia a un distanciamiento o separación.

En los jóvenes, la presión por estudiar una carrera que no satisface nuestros deseos o bien, nuestros proyectos de vida y posteriormente la constante sensación de incertidumbre sobre el futuro, por la que pasa un estudiante que concluyó sus estudios, son más ejemplos de situaciones que ocurren diariamente y que por lo tanto, pueden contribuir a generar una crisis de estrés social, familiar, o emocional en las personas, afectando no solamente la salud en el organismo, sino que generan depresión, ansiedad o angustia. Todas estas emociones derivadas de este tipo de estrés, en ocasiones, pueden terminar convenciendo a

una persona de quitarse la vida provocando un suicidio como solución para alejarse de estos problemas.

Por tal razón, la siguiente investigación tiene como objetivo, analizar desde la perspectiva de la sociología de las emociones el estrés social y su relación con el suicidio presente en los jóvenes de 15 a 29 años<sup>1</sup> que habitan en la Ciudad de México. La metodología utilizada en este trabajo, ha sido la construcción de una historia de vida para comprender no sólo la problemática por la que pasa una persona en riesgo de suicidio, sino su contexto. Esta historia está elaborada a partir de la recopilación de material relacionado con la temática del suicidio como son los patrones y estadísticas arrojadas por distintas dependencias como INEGI, OMS, entre otros, y con una entrevista semiestructurada a un informante<sup>2</sup>. Así mismo, hice una revisión de algunos artículos realizados en el Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz” para conocer la perspectiva médica plasmada en distintos estudios de caso relacionados a este fenómeno, tal y como Emile Durkheim recomienda en su obra “El suicidio”. Elegí este método como medida de protección al joven en situación de suicidio, ya que no estoy preparada profesionalmente para atender a una persona en situación de riesgo y hacerle una entrevista. Además por un respeto a su sensibilidad ante el fenómeno. Lo recabado es con la finalidad de conocer cómo es que el estrés social, derivado de la presión familiar y académica influyen en las decisiones de una persona para que intente acabar con su vida.

En esta investigación se plantearon dos cuestiones que se pretenden responder en el desarrollo de la investigación: ¿Es el estrés una categoría sociológica susceptible de trabajarse desde la sociología de las emociones? y ¿La presión social y familiar aumentan el estrés de los jóvenes para que éstos tengan ideas de

---

<sup>1</sup> Según cifras de la Organización Mundial de la Salud, esta población es la más vulnerable para cometer este acto, pues el suicidio es la segunda causa de muerte en jóvenes de esta edad.

<sup>2</sup> Se localizó a una persona que tuviera una relación cercana con un joven que ha atentado contra su integridad física en repetidas ocasiones, de modo que me relató detalladamente cómo ha sido la vida de una persona que intenta suicidarse. Para proteger la identidad, se acordó llamarlo “informante” durante el resto de la investigación.

suicidarse? La hipótesis de este trabajo es que la presión familiar y académica derivan en estrés social y por ende, los jóvenes que lo padecen, al tener baja fortaleza emocional, tienen ideas relacionadas al suicidio.

El fenómeno creciente del suicidio es un tema presente en el día a día, se puede observar diariamente en los medios de comunicación, noticias relacionadas con la muerte provocada por la misma víctima. En su mayoría, jóvenes en etapa académica o con algún tipo de problema de salud mental que experimentan diversos métodos que tienen como resultado el fin de su vida.

Cada vez, son más lugares en donde se comete este tipo de sucesos, y en las grandes ciudades como la Ciudad de México el espacio público es el principal escenario para llevarlo a cabo. El Sistema de Transporte Colectivo Metro, es un ejemplo de lugar con más casos de suicidios en los últimos años y que al crecer sus cifras ha tenido que implementar programas para prevenir este fenómeno y apoyar a las posibles víctimas, capacitando al personal que labora en cada estación.

Sin duda, un tema sensible para analizar a partir de la sociología, pero que pretende en un futuro visibilizar las etapas que enfrenta una persona con tendencia al suicidio y cuáles son las distintas emociones que experimenta al lidiar con este sufrimiento para informarse también de los posibles apoyos que un joven en esta situación necesita.

## **2. El estrés social como un factor del suicidio en Damián, un joven de la Ciudad de México.**

En las siguientes páginas se muestra el resultado de una historia de vida construida, como dije antes, a partir de la recopilación de distintos estudios de caso sobre el suicidio, los cuales fueron realizados por profesionales de la psiquiatría, las noticias relevantes acerca de este fenómeno plasmadas en los medios de comunicación, así como las declaraciones de un informante que ha tenido una presencia importante en la vida de un joven que ha atentado contra su vida en distintas ocasiones con la única finalidad de llevar a cabo un suicidio, y las estadísticas que el INEGI o la OMS arrojan sobre este fenómeno.

La historia de vida reconstruida<sup>3</sup> es un recurso utilizado por S. Freud en los casos clínicos para interpretar fenómenos psíquicos con el objetivo de reconstruir en sus acontecimientos (ya sea verdaderos o fantaseados), una parte de la historia infantil del sujeto de estudio. Su finalidad es encontrar un cuadro confiable y completo de los años que se vuelven lagunas mentales en el sujeto. En esta investigación sociológica, su principal función es conocer el contexto y entorno familiar y social de un joven, para la comprensión, etapa por etapa, del fenómeno del suicidio en su vida, así como los patrones por los que pasa un joven de 15 a 29 años de edad de la Ciudad de México, que intenta suicidarse a partir de la acumulación de un estrés social presente en su vida cotidiana.

A continuación se muestra el resultado de esta recopilación de material ya antes mencionado, en parte, proporcionado por el informante, y en parte tomado de los estudios de caso revisados en el Instituto Nacional de Psiquiatría "Ramón de la Fuente Muñiz"

---

<sup>3</sup> M. Fractman, A. (1995). *Reconstruir-historizar-interpretar. La construcción según Freud y la clínica..* Psicoanálisis APdeBA, Vol. XVIII núm. 2, pp. 301-324.

## **2.1 La presentación de Damián**

Damián nace en el Estado de México en abril de 1999, mismo año en que un terremoto sacude México en los estados de Puebla, Tlaxcala, Veracruz y el Distrito Federal, la Universidad Nacional Autónoma de México estalla en una huelga estudiantil, la cual ha sido la más larga que ha habido en la historia de esta universidad, año también en que Rosario Robles asume la jefatura del gobierno capitalino sustituyendo a Cuauhtémoc Cárdenas, entre otros sucesos que marcaron la historia del país.

En la actualidad es un joven de 20 años que habita en la Ciudad de México, con exactitud, en la alcaldía Gustavo A. Madero, cuyo alcalde en este periodo es el licenciado Francisco Chíguil Figueroa. Aunque a lo largo de su vida ha tenido que vivir en distintas zonas pertenecientes al Estado de México o Ciudad de México debido al cambio de empleo de sus padres, él se desenvuelve en mayor medida en la capital del país.

Estudia la carrera de medicina en la Universidad Nacional Autónoma de México, y cursa el 5to semestre actualmente. Disfruta de tomar café y cerveza artesanal, bailar y escuchar música de género rock, le gusta jugar video juegos, salir a caminar con su mejor amigo, aunque no le importa hacerlo solo también, y ver películas de suspenso o anime<sup>4</sup>, cualquier película que muestre una historia bien elaborada.

Para poder pagar los gastos de su licenciatura trabaja como secretario de una doctora, en donde realiza distintas actividades, sin embargo por el tiempo que requiere su carrera, labora sólo medio tiempo. Por el momento quisiera aprender a tocar diversos instrumentos, pero no haya mantener el interés por completo, le gustaría escribir sus propias canciones en un futuro, aunque siente que no se ha comprometido lo suficiente. También es un amante de la naturaleza, pues tiene animales y plantas a los que brinda cuidados y que le brindan alegría.

---

<sup>4</sup> Dibujos animados que tienen su origen en Japón.



Sus padres se conocen años atrás, en 1995, comenzando un noviazgo que pronto se convertiría en matrimonio. Desde un principio las cosas no funcionaron correctamente y conscientes de la situación deciden separarse sin saber que Damián ya estaba presente en sus vidas, pues la madre estaba embarazada. Después de varias pláticas acerca del futuro del nuevo integrante de la pequeña familia, deciden darse una segunda oportunidad, pues pens

aron que el bebé que venía en camino podría terminar con sus problemas maritales y esta vez llevar un buen matrimonio.

Con el paso del tiempo los gastos fueron creciendo y el salario percibido por el padre ya no alcanzaba para solventar los gastos de la familia. En el mismo periodo el padre recibe una propuesta de empleo fuera de la ciudad, en Querétaro, por lo que la acepta y la madre se queda al cuidado de Damián. Sin embargo los gastos no cesaban y ella decide ponerse a trabajar dejando al entonces niño al cuidado de sus abuelos paternos.

Por lo que en sus primeros años, Damián no tuvo el cuidado adecuado por parte de sus padres, y aunque siempre estuvo cerca de un familiar, el cariño y atención por parte de sus abuelos no fue la que él esperaba como cualquier niño de su edad que necesita cuidados especiales de su padre y su madre por todos los acontecimientos que pasaban en su vida. Las ocupaciones que tenían los abuelos hacían que descuidaran por momentos a Damián, por lo que éste, al verse aburrido y solo, comienza a explorar la computadora, descubriendo información en internet.

Los regalos por parte del padre siempre fueron de este tipo, una computadora, una consola de videojuegos, su bicicleta, etc, compensando su ausencia, ya que a él sólo podía verlo una vez al mes, y a su madre por las noches y los domingos cuando descansaba de su trabajo, aunque su estrés y cansancio de cada día le impedían establecer un diálogo con su hijo e inmediatamente llegaba a recostarse y descansar, por el contrario, si llegaba con energía, se dedicaba a atacar a su

hijo, responsabilizándolo por supuestas infidelidades de su esposo al estar lejos de ellos.

Por lo que se puede apreciar, la crianza del niño estuvo a cargo de los abuelos paternos y su madre que aunque estuvo un poco más alejada, y menos cariñosa que sus abuelos, también estaba presente en su vida.

## **2.2 Su curiosidad: la niñez de Damián cambia drásticamente**

Damián sólo tenía seis años, se encontraba en primer año de primaria cuando comienza a tener curiosidad y sobre todo una gran necesidad de informarse. A esta edad es muy común que los niños busquen una forma de aprender cosas nuevas, de entretenimiento, ya sea de manera física o a través de la red, sin embargo, conociendo su edad cualquier persona puede deducir que Damián buscaba en la red algún juego de novedad o alguna película animada, incluso imágenes o videos sobre algún programa de su agrado, cosas que normalmente un niño de seis años hace para poder entretenerse; pero no fue así, en el año 2005, con la invención de la plataforma de videos “*YouTube*”<sup>5</sup>, la infancia de Damián cambió drásticamente, pues le fue fácil encontrar información de acuerdo a sus intereses, que no estaban ligados a la edad que tenía, pues se encontraba muy deseoso de conocer acerca de la vida después de la muerte, o de las teorías que hay detrás de ésta.

Sus búsquedas en internet fueron más allá de lo normal, él tenía una seria curiosidad sobre la muerte y todo lo relacionado con ésta, según relata mi informante, el cual ha mantenido una relación de amistad con Damián desde hace varios años, compartiendo memorias de la infancia y sentimientos. Y es el único que conoce a la perfección las ideas de suicidio que Damián ha tenido desde que era un niño, así como su evolución.

---

<sup>5</sup> YouTube es un sitio web que permite a los usuarios subir, visualizar y compartir videos en internet, fundada en febrero del 2005 por Chad Hurley, Steve Chen y Jawed Karim.

Estando en contacto de unos abuelos religiosos, le hablaron únicamente de que una persona al morir va al paraíso a encontrarse con un ser supremo, hablaban de la resurrección y temas relacionados a las sagradas escrituras, y que realmente la muerte era hermosa según sus dudas. A Damián eso no lo convenció y por supuesto, sus abuelos lo hacían con la finalidad de brindarle fé y que se acercara a lo espiritual para que se alejara de esas ideas, que para sus abuelos, eran tentaciones del demonio según sus creencias.

Como se mencionó, las ideas sobre la muerte comienzan a surgir en él desde temprana edad, y teniendo un fácil acceso a la computadora de su casa sin un adulto que fungiera como supervisor (como normalmente debe ser por el tipo de contenido que hay en la red), le es sencillo encontrar información acerca de la reencarnación o cualquier cosa que le informara un poco lo que pasaba después de que una persona falleciera. La idea de renacer fue para el entonces niño un tema de total interés que quería llevar a cabo para comprobar las teorías que había leído en internet, quería saltar a los carros cuando sus abuelos lo llevaban a la escuela, pero temía que lo fueran a regañar y se alejaran de él, o andar en su bicicleta y tener un accidente que pudiera dejarlo inconsciente para saber si por un momento podía morir y después un paramédico lo resucitara para que él pudiera contarles a todos su experiencia de morir y renacer. Todas estas ideas ya pasaban por la mente del niño de apenas seis años.

Damián comenzó a creer que las personas que morían, regresaban cuantas veces quisieran y que posiblemente él podría hacer lo mismo sin que sus padres se dieran cuenta y así no tendría que darle explicaciones a nadie, sólo morir, conocer lo que hay detrás de esto y regresar a la normalidad, como si se tratase de una película de ficción, como si fuera tan sencillo que hasta un niño menor de diez años pudiera hacerlo sin que sus padres se dieran cuenta para que no terminara castigado, aunque los castigos siempre fueron los mismos; ausentarse de todos, encerrado en una habitación leyendo, haciendo tarea, en silencio por un buen rato, etc, cosas que él disfrutaba, por lo que intentar probar estas teorías y

ser descubierto lo llevaría al mismo punto: aislarse de su familia por un tiempo ¡nada que perder!

### **2.3 El acoso escolar se hizo presente**

Durante su estancia en la primaria (2005-2012), Damián sufrió *bullying* en su escuela; él, en este momento piensa que fue por el aspecto físico que manejaba cuando estaba en estos grados académicos, ya que se consideraba un niño muy inteligente según declaraciones de su amigo, mi informante: *“El piensa que lo molestaban por ser el clásico nerd retratado en los medios; aplicado, matado, de lentes, flaco, de chinos, tímido, callado, torpe. etc. Y pues le pegaban, lo pateaban, tiraban sus cosas, muchas burlas, en la secundaria lo metían al bote de basura, etc”*, los compañeros que tuvo fueron realmente crueles con él, pues no sólo lo humillaron y lo maltrataron físicamente, psicológicamente, sino que incluso destrozaron sus pertenencias, no fue un niño sociable, pues estos constantes maltratos le impedían relacionarse normalmente con sus demás compañeros.

Los pocos niños que lo acercaban a sus grupos, necesitaban realmente a alguien a quién molestar y eso lo descubrió Damián en cada grupo en el que estuvo. Llegó a tener un amigo imaginario que lo hizo sentir amado y valorado y que llenaba el vacío que le dejaba el no tener ninguna amistad sincera.

Sin embargo, en un principio esto no afectó directamente sus calificaciones, pues siempre fue muy aplicado, le gustaba esforzarse y quería que algún adulto se lo reconociera, pero no fue así, a excepción de su profesora de quinto grado, nadie más celebró sus logros porque *“...era parte de su responsabilidad y no tenía otra cosa que hacer, no trabajaba y se le daba todo lo necesario. Aunque después se sintió presionado y la escuela ya no le sabía igual, era como una obligación que debía cumplir para tener contentos a sus papás”*. A pesar de que en un principio el disfruta de estudiar y aprender, todo lo que vivía en casa y en su salón comenzó a afectarle al grado de dejar de ponerle interés a sus tareas, a sus clases y a otro tipo de cosas que le gustaban y disfrutaba.

## **2.4 Pequeñas acciones suicidas en su vida cotidiana**

A partir de los constantes maltratos escolares que vivió y con la curiosidad cada vez más grande de la muerte y sus teorías, el adolescente comienza a materializar las ideas sobre el suicidio, sin tener en cuenta lo que significaba la palabra, él únicamente quería comprobar todo lo que había leído en internet. En su vida cotidiana realizaba acciones que podían llevarlo a lastimarse físicamente con la intención de quitarse la vida; *“...pues como tal no le daba miedo la muerte, también pensaba en que podía ser nada, sólo oscuridad. Aunque sí se atravesaba las calles sin fijarse con la intención de que lo atropellaran, pero los carros alcanzaban a frenar y le gritaban muy enojados como cualquier conductor que puede verse afectado con un accidente así, aunque ellos no sabían que era intencional, tal vez creían que era un chamaco rebelde que quería llamar la atención de alguna morrita”*.

Por un tiempo, el acoso escolar que sufría Damián, dio pie a que imaginara otros métodos para poder morir: *“también me comentó que imaginaba mucho que los que le hacían bullying en la primaria, le dieran un mal golpe, no sé, le dieran una pedrada buena o lo tiraran y se pegara en la cabeza de tal forma que muriera y ellos se sintieran mal por haberle hecho daño, tal vez ser un fantasma y acosarlos o estar en otra vida mejor, este men estaba muy dañado desde chiquito”*. De esta forma, sentía que podía vengarse de las maldades ocasionadas por sus compañeros y a la vez resultado de esta disputa ocasionar su muerte.

Como se ha mencionado, en los primeros 12 años de su vida, la madre de Damián trabajaba durante todo el día y el tiempo de calidad que podía proporcionarle a su hijo era únicamente los fines de semana, sin embargo a pesar de la distancia durante toda la semana, la relación no era la mejor, pues según Damián, su madre tenía un carácter fuerte y no siempre estaba disponible para hablar, mientras que su padre trabajaba lejos de casa y por ende, su comunicación era escasa. Su madre al enterarse por primera vez de los problemas que tenía su hijo, le aconseja que tienen una vida por delante y muchas cosas que agradecer, por lo tanto no tenía que sentir lo que sentía, pues

era un chico afortunado, que tenía una casa, buenas notas en el colegio, a sus abuelos y a sus padres juntos. Por otro lado, su padre no se sensibilizaba ante este acontecimiento, y su desinformación sobre el tema hizo que pensaba que sólo eran juegos de su hijo que quería llamar la atención.

A partir de los primeros intentos de suicidio, los padres aconsejados de sus abuelos, deciden llevar a Damián a tomar terapia, y en las sesiones con su psicóloga, el diagnóstico que les da, es un problema derivado de las constantes peleas y separaciones de sus padres, a lo que él piensa que las sesiones no sólo eran para él, sino para ellos tres, pues todos estaban mal de algún modo.

Los padres de Damián como pareja seguían sin tener una buena relación, pues constantemente se separan, dejan pasar un tiempo y vuelven a regresar, cosa que a su hijo no le agradó, pues los problemas de sus padres lo estresaban siempre y sólo quería que se separaran definitivamente para que esto cambiara. En cierta ocasión, los padres de Damián vuelven a embarazarse, sin embargo se encontraban nuevamente separados, pero vuelven a intentarlo y regresan a vivir juntos, su madre deja de trabajar para quedarse en casa, su papá consigue un trabajo cerca de ellos y a pesar de esto, la comunicación con Damián continúa siendo escasa: *“...así que no intenta acercarse cuando sus padres estaban ya en casa, mientras que ellos lo intentaron, así que solo llegaba a decir ¡hola!, o un ¿cómo estás? Bien vacío y siempre responde que bien a las preguntas que le hacen y cada uno continúa con sus cosas”*, como una convivencia obligatoria más que amorosa.

Este tipo de acciones sólo hacen que Damián se encierre en su habitación por más tiempo y ya que se le fue otorgada una computadora propia, no deja pasar la oportunidad de seguir buscando información acerca de la muerte y la reencarnación. La curiosidad sobre estos temas lo ha perseguido desde pequeño y aunque ahora es en menor medida, continúa siendo un tema de interés, y su

método más común para probar sus teorías sobre la vida, siempre fue pasar de una acera a otra sin fijarse de los carros que pasan.

## **2.5 Damián conoce las consecuencias de sus actos**

Mi informante comenta también que en la actualidad, el hecho de cruzar las calles esperando a que alguien lo atropelle, sigue siendo parte de su vida, a veces con intención, a veces por descuido, porque realmente él no le había prestado mucha importancia a lo que pudiera ocurrir.

Sin embargo, poco después, aún siendo adolescente, comienza con estos deseos de querer morir y con el paso del tiempo intenta materializarlos, fracasando en el intento, pues él mismo se detiene o lo detienen, ya sea su familia o personas cercanas, aunque con el tiempo él sabe perfectamente lo que hace y cuáles serían las consecuencias de sus actos.

A partir de estas declaraciones, es necesario aclarar lo que significan las acciones que el joven, a lo largo de su vida, ha intentado. Emile Durkheim, en su obra “El Suicidio”<sup>6</sup>, analiza este fenómeno como un hecho social, estudiándolo como cosa, es decir, como realidades exteriores al individuo y lo define como todo caso de muerte que resulte, directa o indirectamente, de un acto positivo o negativo, realizado por la víctima misma, sabiendo ella que debía producir este resultado. Es decir, sólo podemos denominar suicidio a la muerte de una persona que al realizar la acción que posteriormente le quite la vida, sabe con certeza el resultado que obtendrá de dicho acto. Descartando de esta definición las muertes que se dan con un desconocimiento del desenlace que pueda ocurrir, aún si los riesgos y probabilidades de fallecer sean evidentes.

## **2.6 Sucesos estresantes a lo largo de su vida**

Como se ha mencionado, el joven a lo largo de su vida, según mi informante, llevó a la práctica distintos métodos con la finalidad, como menciona Durkheim, de

---

<sup>6</sup> Durkheim, E.. (2006). *El suicidio*. México: Éxodo.

quitarse la vida, siendo totalmente consciente del resultado de cada una de las acciones realizadas. Tal vez se puede creer que cuando era sólo un niño las intenciones de suicidarse o dañarse eran meramente curiosidad, sin embargo, conforme va creciendo se puede apreciar que su deseo constante por dañarse hasta querer morir es consciente, pues conoce los resultados que obtendrá si practica algún método.

Al pasar el tiempo, y de acuerdo a los sucesos por los que pasa, las emociones de Damián comienzan a notarse, reflejo de las constantes peleas que sus padres tienen en presencia de él, del *bullying* en su escuela, del descuido en su familia, etc, las cuales de alguna manera afectan el modo de vida del niño generando en él una crisis de estrés que acuerdo a Jaqueline Avila, en su investigación acerca de este problema de salud en el contexto actual<sup>7</sup>, el estrés es una reacción fisiológica provocada por alguna situación difícil ya sea física o emocional y por lo tanto, el organismo responde con diferentes reacciones como modo de defensa. Muchas veces este mecanismo de defensa obliga a nuestro cuerpo a esforzarse de más y que con el tiempo genere algún tipo de enfermedad o problema de salud. Ejemplo claro de lo que Damián siente, pues se ve envuelto en las circunstancias ya antes mencionadas.

Otro concepto del estrés es el que da la Organización Mundial de la Salud (OMS), pues lo define como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan o estimulan al organismo a prepararse para la acción. Esta acción es una respuesta necesaria para la supervivencia, la cual puede estar relacionada con las demandas del entorno. Cuando este tipo de respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el

---

<sup>7</sup> Ávila, J. (2014). *El estrés un problema de salud del mundo actual*. Revista Con-ciencia, Vol 2 núm 1, 117-125. Sitio web: [http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci\\_arttext](http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci_arttext)



normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano.<sup>8</sup> Es decir, la acumulación de todas estas tensiones adquiridas a lo largo del día puede derivar en enfermedades relacionadas no solo relacionadas al cuerpo, sino a la salud mental.

Ejemplo de esto puede ser la ansiedad o la depresión que mi informante describe según las declaraciones que su amigo Damián le ha confesado, pues son episodios que aunque no suceden diariamente, sí se presentan en él afectando sus actividades diarias y orillando a tener ideas relacionadas con su integridad física. En estas definiciones podemos encontrar como patrón principal los efectos que trae consigo una crisis de estrés, ya sea en el instante donde este comienza o de manera crónica, es decir aquel que se mantiene de manera prolongada.

Sin embargo Damián, ha vivido a lo largo de su vida distintos tipos de eventos que le provocan estrés y más específicamente; estrés social<sup>9</sup>. Si nos referimos al estrés del tipo social, entonces estamos hablando de que las condiciones sociales, dícese de los roles laborales que tenemos, el tipo de organización social, el nivel socioeconómico de las familias, el estatus marital, el grado académico o el género, entre otros, son factores que influyen para detonar este tipo de estrés, el cual se va a derivar de las consecuencias que dejan todas estas experiencias estresantes a lo largo de la rutina diaria o bien, la acumulación de todas estas desde un cierto periodo. Sobra decir que a lo largo de la vida de Damián se han presentado distintos tipos de acontecimientos como los ya mencionados, que le han generado el estrés que debe enfrentar constantemente.

Puede que una persona a cargo del hogar en el aspecto económico, no obtenga los recursos suficientes para solventar los gastos básicos que requiere una familia, a pesar de haber conseguido un buen empleo, o incluso doblar turnos,

---

<sup>8</sup> Torrades, S. (Noviembre 2007). *Estrés y burn out. Definición y prevención*. Elsevier, Vol 26 Núm 10, 104-107. Sitio Web:

<https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896>

<sup>9</sup> Bonifacio, S. (2003). *El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales*. International Journal of Clinical and Health Psychology, vol 3 núm 1, pp 141-457.

puede suceder también que el matrimonio en el que una persona está no se encuentre en la mejor etapa marital y exista una ruptura familiar, quizás un joven ha egresado de una licenciatura y no consigue asentarse en un buen empleo que satisfaga sus necesidades vitales o bien, la incertidumbre del futuro se encuentra presente todo el tiempo en sus pensamientos, etc. Todas estas experiencias que una persona experimenta en su vida cotidiana, pueden ser factores detonantes del estrés social no sólo a nivel individuo, también a nivel grupal. El modo como se gestione, cambia de individuo en individuo de acuerdo a sus circunstancias de vida.

Ayudados de esta definición, mi informante pudo identificar distintos eventos que Damián ha vivido y que efectivamente han detonado crisis relacionadas con el estrés social, como después del 2008, cuando varios sucesos se juntaron en su vida; su padre pierde el empleo que solventaba el 75% del gasto familiar, lo cual trajo diversos problemas dentro del núcleo familiar, desde crisis económicas hasta crisis maritales, pues como se ha dicho, la pareja tiene peleas cada vez más intensas que los obligan a separarse, pues ya había pasado tiempo y no se veía mejoría en estos asuntos.

La noticia de su hermana, fue también una experiencia estresante, pues tenía claro que los problemas que tenían sus padres no mejorarían con la llegada de un nuevo miembro de la familia, aunque por otro lado pensaba que así podría tener por fin a la familia que tanto anhelaba pues ambos padres se encontraban ya en su casa y la historia sería diferente, sin embargo eso no ayudó a controlar sus celos de que otro ser le quitara la atención de las personas que lo rodeaban.

A pesar de sentir los celos normales de cualquier hijo que ve la llegada de un hermano, el hecho de que su hermana fuera la menor y el fuera el encargado y responsable de cuidarla, fue para Damián una segunda oportunidad para enmendar algunos errores, pues aunque su estado anímico era de desánimo, pasar tiempo con su hermana, jugar con ella o enseñarle cosas tan simples como a jugar, comer o caminar, hizo que los problemas se alejaran de su cabeza por lo

menos un tiempo, pues las ideas del suicidio seguían presentes en su vida. En realidad el vínculo con su hermana pequeña era grande, pero con sus padres no lograba establecer una buena relación.

El estrés social no sólo puede provocar efectos que atenten directamente a la salud de la persona que lo padece, las consecuencias también van dirigidas al cambio en el estilo de vida, modificando hábitos o modos de ser, pues en ocasiones, las personas tienden a desarrollar enfermedades relacionadas con la salud mental como son depresión<sup>10</sup> o ansiedad, lo que las obliga a aislarse de la gente que los rodea, tener dificultades al interactuar o comunicarse o cambiando sus conductas.

Las personas que padecen este tipo de enfermedades mentales corren el riesgo de perjudicarse a sí mismos y que nadie más se entere debido a la barrera que han puesto con sus conocidos, en sus niveles más graves, la depresión o la ansiedad pueden conducir al suicidio.

Otro dato importante que destaca mi informante es que en cierta ocasión Damián le comentó que llegó a escuchar distintos tipos de voces: *“Voces como perturbadoras, como de terror, pero a él no le dan miedo, lo consuelan porque le dicen que nadie lo quiere, que no vale nada y que si se suicida nadie lo va a extrañar, pero ellas estarán ahí esperándolo”* Este tipo de experiencias tienen relación con las voces que una persona que sufre depresión mayor con síntomas psicóticos escucha<sup>11</sup>, presenta además síntomas recurrentes como: estado de ánimo deprimido la mayor parte del tiempo, disminución del interés sobre cosas que en algún momento llegaron a importarle, sentimiento de inutilidad, pensamientos suicidas y lleva consigo algún tipo de psicosis, es decir

---

<sup>10</sup> De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, la depresión se define como un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria.

<sup>11</sup> American Psychiatric Association. (2014). Trastornos depresivos. En *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5* (pp.103-123). Chicago E.E.U.U: American Psychiatric Publishing.

experimenta en su vida diaria delirios que terminan perturbándolo, alucinan y ven cosas fuera de la realidad. En ocasiones las personas que viven con esta enfermedad escuchan sonidos o voces en su cabeza<sup>12</sup>, las cuales más que asustar, los termina convenciendo de que son inútiles para la sociedad, para su familia y que sería más sencillo que se quitara la vida, le generan culpa, nihilismo o que merece algún castigo.

A partir de esto, me parece curioso cómo mi informante me cuenta el concepto que Damián tenía de él mismo, y es que a pesar de que escuchaba voces demoniacas, su enfermedad no se percibía para nada grave, debido al buen humor, a veces humor negro de su amigo. Reconoce que éste es una persona brillante y un ser humano bondadoso, dispuesto a ayudar a los demás en cualquier situación. Cuando él mismo se consideró “basura” y que su vida no tenía un propósito, porque lo había hecho todo mal, a pesar de que se sabe empático, con el tiempo superó esta característica y fue mejorando su autoestima. A decir del informante, *“Creo que Damián se considera una persona empática principalmente, pues me ha comentado que sabe lo que es sentirse solo y no tener a nadie que lo apoye, es directo, sincero. Toma confianza rápidamente con las personas y los amigos que tiene y que están presentes en distintas situaciones de su vida son contados, como yo por ejemplo. Se abre rápido con las personas que acaba de conocer, es muy sincero, muy muy sincero, y confía hasta que pase lo contrario, pero ya casi no toma la iniciativa al inicio, si alguien le habla primero y medio le saca plática sí, ya de ahí puede tratar de ser su amigo, mientras solo socializa diciendo tonterías y chistes malos”*.

A pesar de que el tema del suicidio ha formado parte de su vida desde hace mucho tiempo, Damián sólo lo ha confiado con ciertas personas *“...que sepan así bien solo dos y le dicen que no lo haga, que esperan ayudarlo, que le eche ganas a la vida y así, ánimos clásicos, pero que si lo hacen sentir mejor. Los demás lo intuyen por sus chistes de siempre que hace sobre el suicidio y verlo ser un vale*

---

<sup>12</sup> National Institute of Mental Health. (2009). *La depresión. Lo que usted debe saber*. 2019, de National Institute of Mental Health Sitio web: <https://infocenter.nimh.nih.gov/pubstatic/SP%2015-3561/SP%2015-3561.pdf>

*madre con su seguridad personal*” Mi informante hace referencia a los chistes que hace acerca del suicidio en sus redes sociales, pues de manera abierta declara en cada imagen un deseo de quitarse la vida, a pesar de que en la actualidad esto puede ser tomado como parte del “humor negro”, el historial de intentos de suicidios que tiene a lo largo de su vida, ha hecho que las personas que lo rodean y quieren protegerlo, lo hagan dentro de sus posibilidades.

A partir del testimonio de mi informante acerca del humor negro y los chistes que Damián comparte en sus redes sociales acerca del suicidio, me di a la tarea de localizar las imágenes en internet que más hacen referencia a este tema. A continuación una recopilación de imágenes denominadas “*memes*”<sup>13</sup> en las redes sociales relacionadas con el tema del suicidio



Imagen 1.- Como se puede apreciar, en este gráfico, se suele compartir la imagen con el mensaje claro: si deseas morir, comparte el “*meme*” para que esta te dé suerte.

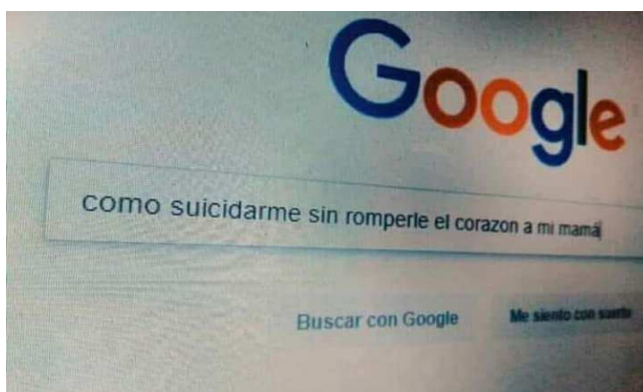


Imagen 2.- La imagen requiere en el buscador, una manera de suicidarse sin herir los sentimientos de alguno de los padres, en este caso, de la madre de la persona con deseos de suicidarse.

---

<sup>13</sup> Imagen compartida en internet con la finalidad de causar gracia acerca de algún acontecimiento o persona.



Imagen 3.- Nuevamente se puede observar el sentimiento de culpa que detiene a una persona para cometer un acto de suicidio. La madre es la persona que se menciona en la imagen, la que lo orilla a detenerse.



Imagen 4.- En esta imagen se aprecia una gráfica en forma de pastel en donde las opciones de planes para el año próximo son con la misma finalidad: suicidarse.



Imagen 5.- Claramente se expresa la fantasía que puede mejorar la vida de una persona, es decir, un suicidio con el método de ahorcamiento.

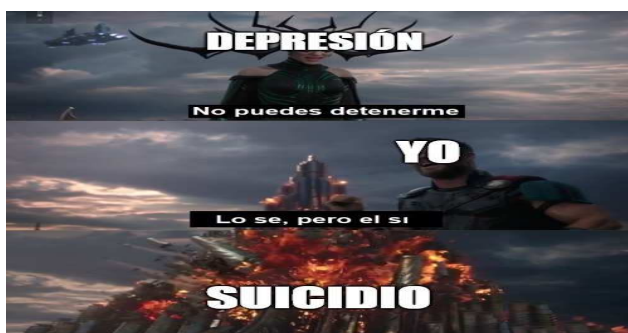


Imagen 6.- Este gráfico, expresa que el problema con la depresión no lo puede detener nadie, más que el suicidio, utilizando una película famosa como modo de referencia.



Imagen 7.- En donde se expresa que el rompimiento de una relación será el detonante de un suicidio, y que además se culpará a la ex pareja de la víctima o la tendrá presente para que ésta sienta culpa.

Quando oyes un ruido por la noche pero te das cuenta de que te da igual si vives o mueres.



Imagen 8.- Como se puede apreciar a lo largo de esta investigación, la persona en estas condiciones, ya no se involucra lo suficiente en su salud o su integridad física, por lo que ésta imagen expresa su indiferencia a su seguridad.



Imagen 9.- Haciendo mención que una persona ha tomado pastillas con la finalidad de suicidarse y éstas no han dado el resultado esperado.

Las redes sociales sin duda reflejan parte de la situación que vive cada día este joven desde que era pequeño, y como se puede notar en los ejemplos, cada que comparte una imagen o meme con sus seguidores virtuales, expresa parte de su sentir, y es este humor negro o las distintas bromas de las que habla mi informante al comentarme que los pocos amigos que saben acerca de este problema ya se alarman cuando Damián vuelve a sugerir mediante un meme que

va a suicidarse, pues como dije antes, el joven ha podido elaborar muchos sucesos de su infancia y ahora los ve de modo diferente. Damián ha ido normalizando su situación, al punto de bromear con sus amigos acerca de este fenómeno y podemos observar cómo los *memes* ilustran la normalización del fenómeno del suicidio en su vida.

Las emociones que expresa en el contenido de éstos memes también son visibles, el miedo y la vergüenza son sin duda las que más pueden apreciarse. Las imágenes apreciadas son una recopilación obtenida de internet, las cuales las comparten comúnmente los jóvenes a modo de burla por alguna situación de su vida, jóvenes que sufran o no sufran algún trastorno depresivo se las toman con buen humor.

## **2.7 El suicidio como parte de su vida**

A los 13 años intentó ahorcarse en una feria, pero fue descubierto por su abuela, quien lo acompañaba a esos centros de entretenimiento, la cual le aconsejó que no se dejara llevar por los problemas que sus padres tenían en ese momento: *“sus abuelos le decía que estaba mal, que no dejará que le afectarán las peleas de sus padres, le preguntaron que, si lo molestaban en la escuela, y me comentó un día que lo llevaron a otro psicólogo, quien en esta ocasión le ayudó a comprender su situación y le habló de cómo sus abuelos estaban muy interesados en su bien”*. Trataban de acercarse al adolescente y ayudarlo, pero este inconscientemente ponía barreras entre ellos.

Claro ejemplo de las consecuencias del estrés social es el aislamiento que Damián tuvo con sus padres, pues si la comunicación siempre fue mala, con el tiempo llegó a volverse obligatoria, es decir, sólo se limitaba a darse los buenos días, buenas tardes, etc, Esto sólo afectó más los problemas que Damián traía consigo desde niño, pues su fortaleza emocional estaba debilitada y necesitaba orientación y compañía para que las ideas de suicidio se alejaran de él. Esto lo



obtuvo poco a poco con la orientación psicológica y también gracias a algunos jóvenes que como él sufrían en sus familias, lo entendían y empatizaban con él.

En la misma época intenta chocar contra un auto mientras viaja en su bicicleta, la idea era llegar hasta la avenida en una bajada y que cualquier carro lo golpeará. En esta ocasión sus padres pensaron que había sido un accidente en el cual él había caído de la bicicleta y rodado por la calle. La ingesta de pastillas no ha sido la excepción, pues a pesar de que lo ha intentado en repetidas ocasiones, no ha tenido éxito, pues su familia lo ha descubierto en el acto o lo ha auxiliado cuando ha llegado a concluirlo. Estos actos pueden interpretarse como un claro llamado del joven para ser atendido, escuchado y querido por las personas que lo rodean.

La Organización Mundial de la Salud, así como el INEGI han arrojado datos relacionados al suicidio, pues de manera informativa es preciso recalcar las cifras que estas dos instituciones han presentado. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se le considera suicidio al acto deliberado de quitarse la vida<sup>14</sup>, los daños colaterales que lleva consigo esta acción no sólo van a resultar perjudiciales para el individuo que la realiza o que intenta constantemente hacerlo, pues la familia de la víctima y la sociedad que lo rodea también se ven envueltos en las consecuencias que este hecho deja.

A pesar de la mala comunicación que la familia de Damián tiene, no quita el hecho de que se preocupen por la salud mental de su hijo, y que todas estas vivencias le afecten a cada uno de sus integrantes. En este caso, los abuelos paternos han sido los que en mayor medida han estado presentes en la vida del joven, y conociendo la situación, han acordado tratarlo por medio de otro especialista, pues según mi informante, el psicólogo logró convencerlo de medicarse para salir de su proceso depresivo.

---

<sup>14</sup> UNICEF. (2017). *Suicidio. Comunicación, infancia y adolescencia: Guías para periodistas*. 2019, de Unicef Sitio web: <https://www.unicef.org/argentina/media/1536/file/Suicidio.pdf>

Una persona que atenta contra su propia vida o intenta suicidarse, lo hace por diversos motivos, entre los que destacan: los factores psicológicos, culturales, económicos y por supuesto, sociales. El fenómeno del suicidio, no distingue región o nivel socioeconómico, es decir, lo podemos presenciar en todas las regiones del mundo e incluso en países en donde los ingresos por familia son mayores, recalcando así que no se trata de un problema que se presenta sólo en países subdesarrollados.

A pesar de esto, las cifras que arroja la OMS nos dicen que el 79% de los suicidios a nivel mundial se dan en países de ingresos bajos<sup>15</sup>, y la población más vulnerable para cometer un suicidio, son todas aquellas personas que han sufrido de discriminación, como los migrantes, la comunidad LGTBTTI, personas indígenas, etc, personas que han sido excluidas o rechazadas de la sociedad, en este aspecto, Damián, debido a su historial con el acoso escolar, se convierte en una víctima del fenómeno. Tan sólo en un año, a nivel mundial, según la OMS<sup>16</sup>, son alrededor de 800,000 personas las que se quitan la vida recurriendo a distintos métodos como: el ahorcamiento, envenenamiento y armas de fuego, siendo estos tres los más usados al momento de llevar a cabo esta acción. Una vez que una individuo intenta quitarse la vida, y en el intento falla, corre más riesgo de volver a intentarlo hasta lograr consumir el suicidio.

A pesar de que el suicidio es practicado por todo tipo de personas de distintas edades, ideologías, nivel socioeconómico, etc, el suicidio se da en mayor medida en jóvenes de 15 a 29 años, siendo así la segunda causa de muerte en este rango de edad. En la actualidad Damián tiene 20 años, dentro del rango que la OMS marca como población vulnerable para llevar a cabo actos suicidas, si es que no llevan la orientación médica adecuada.

---

<sup>15</sup> Organización Mundial de la Salud . (2014). *Prevención del suicidio: un imperativo global* . 2019, de Organización Panamericana de la Salud Sitio web:

[https://www.who.int/mental\\_health/suicide-prevention/exe\\_summary\\_spanish.pdf?ua=1](https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/exe_summary_spanish.pdf?ua=1)

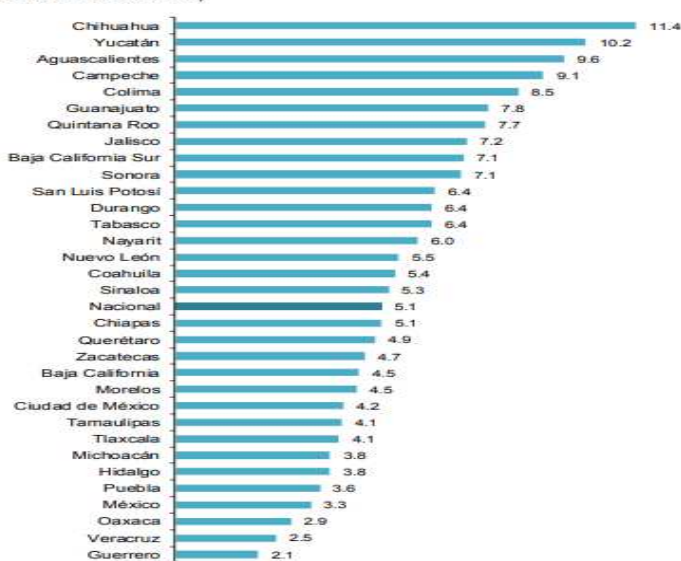
<sup>16</sup> Organización Mundial de la Salud. (2019). *Suicidio: hechos y datos*. 2019, de OMS Sitio web: [https://www.who.int/mental\\_health/suicide-prevention/suicide-infographic-es.pdf?ua=1](https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/suicide-infographic-es.pdf?ua=1)

En el contexto mexicano en donde Damián ha crecido, las cifras no son distintas, pues él responde a ciertas características de acuerdo a los estudios del INEGI. A nivel nacional<sup>17</sup>, en el 2017 (año del último registro de muerte por suicidio), se contabilizaron 6546 suicidios. Afirmando de esta manera que este fenómeno social se encuentra en aumento, pues en el 2016 fueron registrados 6291. Yucatán y Chihuahua encabezaron la lista de estados con mayor número de suicidios, mientras que Guerrero, Veracruz y Oaxaca, se encontraron con las cifras más bajas.

Como se observa en la siguiente gráfica, a nivel nacional se registraron 5.1 suicidios por cada 100,000 habitantes, mientras que la Ciudad de México, lugar donde habita actualmente Damián, se encontró en el lugar 24 con 4.2 suicidios por cada 100000 habitantes.

INSTITUTO NACIONAL  
DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA

**Tasa de suicidios por Entidad Federativa  
2016**  
(Por cada 100 000 habitantes)



Fuente: INEGI. Estadísticas de mortalidad. Base de datos, 2016.  
CONAPO. Proyecciones de la población de México 2010 a 2050.

Fuente: INEGI: "Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio (datos nacionales) Recuperado de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018_Nal.pdf)

Los métodos más comunes en el 2016 fueron: ahorcamiento o estrangulación, disparo a través de armas de fuego y envenenamiento. En cada tentativa de

<sup>17</sup> INEGI. (2016). *Estadísticas de mortalidad*. 2019, de Inegi Sitio web: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018_Nal.pdf)

suicidio, Damián practicaba un método diferente, en ocasiones intentó tomar pastillas, pero esto no le funcionó, pues fue encontrado a tiempo y le hicieron un lavado de estómago en cada ocasión, cortarse las venas fue para él un método común también, pero sin éxito de acuerdo a declaraciones de mi informante, intentó colgándose en una feria o arrojándose desde un puente peatonal pero afortunadamente siempre estaba alguien que lo auxiliara. En cierta ocasión intentó tirarse desde la azotea de su casa pero tuvo miedo de que este método no fuera efectivo y quedará parálítico, entonces su vida sería aún peor de lo que ya consideraba que era. Incluso comenta mi informante, que llegó a meterse en problemas con chicos con un historial delictivo *“El creía que, si va a echarle pleito a los raterillos de la colonia, lo picarán y ahí quedaría”*.

Sin duda, de acuerdo a los métodos más comunes que nos da el INEGI, Damián intentó todos sin éxito alguno.

**INSTITUTO NACIONAL  
DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA**

**Distribución porcentual de los fallecidos por sexo según medio empleado para el suicidio 2016**

Medio empleado	Total	Hombre	Mujer
<b>Total</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>
Ahorcamiento, estrangulamiento o sofocación	80.8	82.2	74.5
Disparo de arma	7.7	8.8	3.0
Envenenamiento por plaguicidas	3.5	2.5	7.6
Envenenamiento por otros químicos y sustancias nocivas	2.8	2.1	6.2
Envenenamiento por medicamento, drogas y otras sustancias específicas	1.8	1.2	4.5
Otros	2.4	2.3	2.7
No especificado	1.0	0.9	1.5

Fuente: INEGI. Estadísticas de mortalidad, 2016. Base de datos.

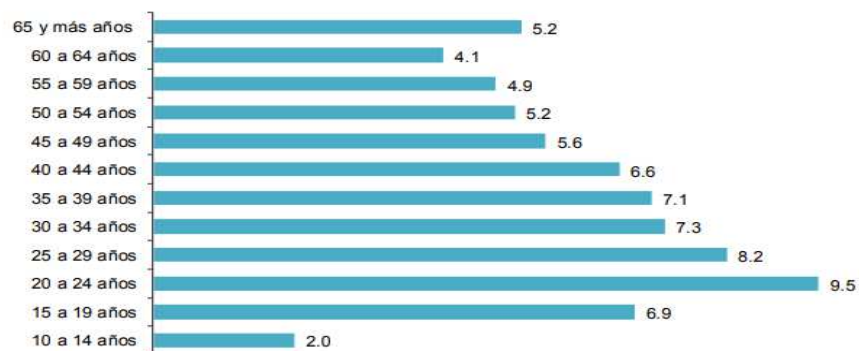
Fuente: INEGI: *“Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio (datos nacionales) Recuperado de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018_Nal.pdf)*

En México, este fenómeno se presenta en mayor medida en la población masculina. El rango de edad que mayor suicidios presentó en este mismo año fue de jóvenes de 15 a 38 años, indicando que este pequeño grupo decide cometer esta acción debido a problemas familiares, decepciones amorosas, abuso de alcohol o drogas, etc, aunque la población más joven o más adulta no está exenta de este fenómeno.

Y precisamente si se trata de consumo de sustancias nocivas para la salud; en la vida de Damián, justo cuando comenzaba la universidad, conoce a una chica con un perfil conflictivo que logra hacer que se sienta mejor y aprenda a burlarse de los problemas por los que está pasando, lo hace sentir mejor y le enseña a partir de sus experiencias de vida, sin embargo, el estado vulnerable de Damián hace que acepte probar cosas que nunca había probado como el cigarro o el alcohol, con la finalidad de hacer más amigos para que ya no se sienta solo e inseguro, por lo que, aunque no fue la intención de esta chica, decide separarse de él para no dañarlo más. Por supuesto que el tiempo y los consejos de personas que lo apreciaban hicieron lo suyo y logró cortar con ese vínculo que lo hizo caer, pero las enseñanzas quedaron marcadas en él. Damián cuenta ya con 18 años en ese entonces, y es justo la edad de mayor vulnerabilidad de acuerdo a la información del INEGI.

**INSTITUTO NACIONAL  
DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA**

**Tasa de suicidios por grupo de edad  
2016**  
(Por cada 100 000 habitantes)



Fuente: INEGI: "Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del suicidio (datos nacionales) Recuperado de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018_Nal.pdf)

Damián hace su vida de forma normal, mi informante se encargó de describirlo en la actualidad como una persona que constantemente sonríe y es amable con los que lo rodean, "...si tuviera que usar una sola frase para hablar de él, diría que es un buen amigo, el mejor que puedes tener", pero no solo eso, también es alguien que es capaz de ayudar a quien lo necesite, no importando si es un conocido o desconocido. Es una persona graciosa, tranquila y sincera, con la capacidad de

sensibilizarse ante los problemas de sus amigos más cercanos. Casi nadie puede notar a simple vista lo que ha cargado desde pequeño, sin embargo hay momentos de crisis en donde todo lo que ha trabajado se destruye para darle paso a las ideas suicidas nuevamente, -aunque ya no con la misma fuerza que antes- que puede ser explicado dentro de los estudios que se han realizado acerca del estrés social.

Se explica que la incapacidad del organismo humano para controlar los estresores sociales pueden llevar al desarrollo de distintos problemas de salud como son las, alteraciones cardiovasculares, hipertensión, dolores musculares, asma, jaquecas. Sin embargo también enfermedades relacionadas a la salud mental, como la pérdida de la calidad de vida, ya que la persona normaliza el estrés cotidiano, no lucha, no huye, sólo se rinde, depresión y ansiedad, así como también al incremento de las conductas de enfermedad mental, por lo que es necesario recurrir a una atención médica.

A estos eventos sociales, se les denominará sucesos vitales. Se entiende como suceso vital<sup>18</sup> los hechos o sucesos que son relevantes en la vida de las personas y que estas reconocen como importantes para su cambio evolutivo. A lo largo de la vida los seres humanos atraviesan por distintas etapas (niñez, adolescencia, juventud, adultez), en las que les suceden acontecimientos que recuerdan como decisivos (muerte de un familiar , deserción escolar, cambio de domicilio). Es decir, este concepto es aplicado en todos esos eventos que a lo largo de nuestra vida son importantes para nuestra evolución como personas, dícese de un divorcio, la separación de la familia, un cambio de empleo o el despido del mismo, etc., cambios que vienen con cada etapa de nuestras vidas. Implican de algún modo un cambio respecto al ajuste habitual del individuo, pueden evocar primariamente reacciones psicofisiológicas.

---

<sup>18</sup> Suárez, M.. (2010). *La importancia del análisis de los acontecimientos vitales estresantes en la práctica clínica*. Revista Médica La Paz, Vol 16 núm 2, 58-62. Sitio web: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-89582010000200010](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582010000200010)

En la vida de Damián los sucesos vitales son continuos y se han ido acumulando, ya que ha cambiado en repentinas ocasiones de domicilio, ha vivido la constante separación de sus padres, la muerte de un compañero de la universidad, al cual quería mucho, ha sufrido acoso escolar, etc, por lo que el conjunto de estos hechos, lo hizo replantearse el valor de la vida. Desde que era pequeño ha llevado consigo este tipo de eventos que con el tiempo se vuelven más fuertes, como el acoso escolar, donde las agresiones son cada vez más intensas, las peleas de sus padres se vuelven más constantes y ahora Damián sabe lo que significa cada palabra que se dicen, la presión por seguir siendo el número uno de su clase, aunque a él dejó de importarle ser el primero, simplemente quiere sentirse un poco mejor con la vida que lleva, etc, todos estos eventos con esta intensidad, son para Damián un factor detonante de estrés social y una prueba que lo obliga a tomar decisiones en su vida.

Si a una persona le ocurren varios eventos sociales de este tipo, la suma de estos da como producto una mayor posibilidad de enfermarse. Puede que una persona esté pasando por varias experiencias estresantes, sin embargo estas no paran y se vuelven parte de su día a día, si sumamos cada una y le agregamos la emoción que cada una trae consigo, es posible que esta persona corra el riesgo de sufrir alguna enfermedad como las que se ha mencionado anteriormente. Los sucesos vitales pueden generar un trauma, sin embargo son parte de la vida de todas las personas. A la acumulación de estos sucesos, se le conoce como estrés reciente.

### ***2.8 Damián modifica sus hábitos diarios***

Estos sucesos pueden producir una desadaptación social, un cambio en las actividades cotidianas de una persona que experimenta estos hechos por lo tanto son generadores de estrés en el individuo. Todos estos cambios se pueden ver reflejados en el comportamiento de la persona en el ámbito escolar, o dentro de la familia. Pequeños hábitos que se dejan de hacer y provocan un alejamiento

dentro de estos dos ambientes, con los compañeros y maestros de clase o bien, el rechazo a la unión familiar.

Quiero hacer un hincapié en este punto, pues es importante resaltar que en cierta ocasión, mientras estaba estudiando el nivel medio superior, Damián se expresa de sí mismo y de sus hábitos, tomando en cuenta su conocimiento sobre su problema con el suicidio, contando todo esto a mi informante: *“Lo siguiente es donde el verdadero sentimiento del suicidio inició, no fue por todo lo que te conté, eso fueron como los cimientos, lo que en verdad lo jodió fue... él mismo: desde la secundaria se decía que era una mierda, se culpaba, que si fuera más alto, si fuera más sociable si no tuviera cara de pendejo según él, si fuera más inteligente, si hubiera mostrado más cariño a su familia, tal vez no se sentiría tan mal”*.

Para Damián él era el problema, todo el tiempo se repetía eso hasta el punto de llegar a creer que sí, que verdaderamente él había sido el culpable de todo lo que le pasaba, incluso las peleas de sus padres. Con el tiempo se dio cuenta de que esto no es así.

*“Se recriminaba el ser una mierda, en la vocacional continua con estos pensamientos de ¿por qué le llevé la contraria a mi padre? ¿Por qué ahora soy tan inútil?”* Esto último debido a que por la constante presión de su familia de ser el mejor, descuida la escuela, entre en otros pensamientos constantes que se resúmen en un ¿para qué?, pues comienza a sentir un desinterés en todo lo que le gustaba.

Sin embargo en un cierto momento, los anteriores pensamientos eran hasta cierto punto buenos, *“...eso le obligaba a estudiar más, a tratar de quedar bien con sus padres, sus abuelos, a esforzarse en ser buen amigo con sus amigos, con sus compañeros, trató de aprender a jugar básquet, se metió a eso de los vicios por su novia, él creía que estaba haciendo algo bueno, trató de ser buen hijo, buen compañero, buen amigo y buen novio, pero no fue suficiente”*. Mi informante cita



las palabras que Damián en su intento por desahogarse le confiesa *“tal vez no supieron ver lo que hacía por ellos, tal vez sólo no podían dejar de verme como la basura que soy, pero yo nunca le eché ni les echo la culpa a ellos, para mí el culpable soy yo, el que no dió más”*. A partir de esta reflexión, Damián entra en una fase diferente de su historia de vida.

A pesar de que intentó en algún punto de su vida esforzarse para cambiar todo lo que a sus padres, abuelos y amigos no les agradaba de él, fracasó. Esos fracasos ocasionaron que dejara de intentarlo, *“...faltaba a clases, no hacía tarea, nos llegó a tratar mal a sus amigos, ya hacía chistes cada vez más negros, más crueles, más ofensivos, hizo a un lado a su familia, a cada oportunidad discutía con ellos o con quien se le atravesara, llegó a golpear a su madre y a su padre, humilló a su hermana a la que ahora adora y trata de darle lo mejor de él”*

Hasta este punto, es preciso aclarar que de acuerdo a las consecuencias que vienen con la llegada del estrés social a la vida de una persona, el cambio de hábitos hasta el punto de ser un completo desconocido para la gente que lo rodea, es parte principal de este factor estresante. *“Pero bueno, además de desatender su escuela y a su familia, también se manda muy lejos a sí mismo, su cuarto era un desorden, deja de jugar frecuentemente videojuegos (lo que es raro, pues es como su vida), deja de escribir, de ver series, de por sí antes comía poco, pues en la vocacional deja de comer, podía estar dos días sin nada en el estómago, dormía poco, no se bañaba en días incluso luego pasaban dos semanas, no lavaba su ropa, era un asco, se convirtió en la basura que ya tenía idealizada en la cabeza, que sólo él veía, porque nosotros no pensábamos eso de él”*

Es común que este tipo de cambio en las actividades diarias no sean percibidas en este instante por la persona afectada, sin embargo es notorio para los que lo rodean. *“Al inicio lo hacía sin ninguna razón, sin darse cuenta: poco a poco era más cruel, poco a poco la basura se acumuló en su cuarto, poco a poco gritaba más, poco a poco dejó una tarea de lado, las demás las hacía, luego dos, luego una clase sin entrar, no le importaba, un día sin bañarse, dos, tres, y así sucesivamente, qué más da si en esa semana no lavaba ropa, la siguiente sí”*.

Nuevamente mi informante cita las palabras que en su momento Damián le contó “*Esto es lo malo y el problema, inicias con cosas insignificantes y como crece poco poco, lento pero con paso firme, no te das cuenta que hay un problema hasta que ya no puedes salir de él, por más que se intente no puedes salir, esos malos pensamientos de recriminarme, me llevaron a valer madres y ya no quería eso, quería vivir, disfrutar las cosas que tenía, disfrutar a mi hermana, verla crecer*”.

Entendiendo de esta forma que el comportamiento de Damián estuvo meramente relacionado a lo que es el estrés social, pues ha vivido distintos sucesos vitales que marcaron su vida y que lo obligaron a aislarse de su familia, ocultando los sentimientos que tenía y aferrándose a quitarse la vida en cada oportunidad que se le presentaba, y es que una de las consecuencias del estrés es que puede desembocar en el suicidio.

El estrés social, así como las emociones<sup>19</sup>, están relacionadas con la interacción entre el individuo y la sociedad, mientras que las crisis de una persona que presenta estrés se encuentra en la capacidad que tiene el individuo para superarla o manejar la situación, ya que no todas las personas tienen la capacidad para afrontar los problemas que se presentan en su día a día; las reacciones a partir de una experiencia estresante son distintas en cada uno, desde llorar, pelear, apartarse, afrontar el problema, etc. A este concepto se le denomina resiliencia<sup>20</sup>, y es justamente la capacidad que tiene una persona para superar eventos adversos con éxito, circunstancias traumáticas, así como experiencias estresantes. El cuerpo resiste y continúa en lucha, se recupera y se adapta a un evento como los que se han descrito. A nivel colectivo, esta capacidad para afrontar las experiencias estresantes, se ve influida por las instituciones como la familia o la escuela, quienes están alrededor de la persona

---

<sup>19</sup> Ariza, M. (2016). *La sociología de las emociones como plataforma para la investigación social*. En Emociones, afectos y sociología. Diálogos desde la investigación social (pp.7-34). México: Universidad Nacional Autónoma de México.

<sup>20</sup> Becoña, E.. (2006). *Resiliencia. Definición, características y utilidad del concepto..* Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, Vol. 11 Num. 3, pp 125-146. Sitio web: [http://www.cva.itesm.mx/biblioteca/pagina\\_con\\_formato\\_version\\_oct/aparevista.html](http://www.cva.itesm.mx/biblioteca/pagina_con_formato_version_oct/aparevista.html)

afectada por el estrés, y son estas mismas las que desarrollan las habilidades del individuo para manejar correctamente la situación.

Es por ello que Damián, al no llevar una relación adecuada con sus padres, o un vínculo lo suficientemente fuerte con alguno de ellos más que con los abuelos paternos que han cuidado de él, cayó en distintas ocasiones en las consecuencias del estrés social, a eso agregando siempre su curiosidad por las teorías relacionadas a la muerte. Sin embargo, casi al salir del nivel medio superior en donde estudió, conoció a otra chica que también le ayudó a sonreír, a burlarse de sus problemas, a ser estricto con él y no perderle el sentido a la vida. Damián no tenía planes a futuro, él se describía como un *“barco que dejaba que la marea lo llevara”*. Siempre ha sido un chico inteligente y aplicado, pero no existía nada que lo animara a seguir adelante, más que su hermana y sus animales, y para él, conocer a una chica así, le abrió las puertas a cosas que nunca había conocido, o más bien, cosas que se perdió años atrás por la apatía que le ocasionaron los problemas que tenía. Dándose cuenta de que era capaz de afrontarse a todo aquello que le provocaba malestar, logrando incluso entrar a una carrera que muchos desean.

Como se ha mencionado, el estrés social trae consigo muchas enfermedades derivadas de los sucesos vitales de cada día, no sólo perjudica al individuo de forma psicofisiológica, lo hace también con sus estados emocionales, provocando así distintos problemas como temores, depresión, ansiedad, frustración, etc, los cuales son asociados con la conducta suicida en la persona que los padece. En los jóvenes, el estrés que se deriva de los conflictos interpersonales (en la vida de Damián el ejemplo de esto son las peleas diarias con los padres, amigos, el término de una relación, problemas con compañeros de la escuela, etc.) es una de las causas de intento de suicidio.

El suicidio está asociado con eventos adversos que vivieron las personas en los tres meses anteriores, y particularmente la semana anterior a la comisión del acto

suicida.<sup>21</sup> Los jóvenes y adolescentes que han realizado intentos de suicidio, han experimentado problemas dentro de su familia, como una separación, un cambio de domicilio, peleas con hermanos o padres, peleas con su pareja, etc. Y los problemas académicos no se descartan.

Este cúmulo de emociones, de eventos estresantes, lo llevan también a dañar a las personas que los rodean, como ya hemos visto, lo hizo con sus padres, amigos y con él mismo, sin embargo, en la historia de Damián hay otra persona a la que las consecuencias colaterales le afectaron según mi informante, la cual ya mencioné antes: *“...tuvo una novia más en la prepa, la chica no era bonita pero era carismática y buena onda, le ayudó a preocuparse por su persona y le ayudó mucho académicamente. Recuerdo que tardó en convencerla de ser novios, es bueno con el verbo y por alguna razón la gente confía en él rápido, así que le habló bonito para que fuera su novia, una relación larga y hermosa, o eso veíamos, pero era muy celoso, a cada rato se decía: de seguro me engaña, su amigo que es mejor que yo, puede ser el otro, salió y no te aviso, puede que no haya ido al cine con su familia y se fue con él. Todas las peleas las ocasionaba Damián, la hizo llorar muchas veces, pero la chavita se mantuvo firme con mi amigo, si llegó a amarla y ella a él, de hecho es la única persona a la que en verdad ha amado, y la cagó, no supo valorarla hasta que la perdió y hasta la fecha todavía la extraña, pero la venera porque le cambió la vida y ahora son amigos, ella lo guía en muchas ocasiones, le dio sentido a su vida y es muy exigente con él en sus estudios”.*

Los actos y las palabras que Damián arroja contra la gente que lo rodea, también son producto de este estrés, el mismo que lo orilló a modificar su estilo de vida al grado de no conocerse y dañar a las personas cercanas a él. Pero no dañó únicamente a ellos, él continuó pensando que no es importante y que su existencia no tiene sentido alguno, y al dejar de hacer ciertas actividades, sólo iba

---

<sup>21</sup> Serrano, P., Flores, M. (2005). *Estrés, respuestas de afrontamiento e ideación suicida en adolescentes*. Psicología y Salud, Vol 15 núm 002, 221-230. 2019, De Redalyc. Sitio Web: [http://saludxmi.cnps.gov.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/007\\_Estres\\_Respuestas\\_Afrontamiento.PDF](http://saludxmi.cnps.gov.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/007_Estres_Respuestas_Afrontamiento.PDF)

degradando su estado físico, pues como se puede observar en el siguiente extracto, anteriormente no le importa mucho su salud ni su apariencia:

*“Siempre me decía que era un idiota que no se preocupaba por sí mismo, desayunaba dos cigarros, una coca y una quesadilla bien grasosa diario, solo comía eso al día, si es que comía ese día, a veces se aseaba a veces no, ya no hacía tarea en la prepa, ya no entraba a clases, llevaba semanas sin ir, dejó de tocar su guitarra y su batería, seguía intentando ser atropellado”. Como se puede observar, la depresión y el estrés que Damián cargaba, le impedía darse cuenta de que se estaba dañando más y que de algún modo, la gente que lo rodeaba, incluyendo amigos y familia, trataban de cuidarlo y de prestar atención a las cosas que le dolían para poder ayudarlo, pero en muchas ocasiones, las personas en esta situación ponen barreras entre sus conocidos porque piensan que sólo quieren dañarlo, aunque no sea lo correcto: “...sus padres ya se calmaron un poco, como que entendieron lo que estaba pasando con Damián y se dieron cuenta de que sus problemas lo afectan mucho, hablaron con él para intentar acercarse pero pues obvio no fue fácil, los mandó a volar las primeras veces y se refugió en su cuarto, pero ellos insistieron y de verdad hicieron un esfuerzo grande, porque él se dio cuenta de que lo intentaban pero que era real y no sólo una forma de quedar bien, creo que era lo que él necesitaba, sentirse amado, para poder ser más fuerte”*

Como se ha mencionado, en el día a día de una persona, diversas causas pueden originar el estrés social, vivir en una ciudad como la Ciudad de México, es encontrarnos con problemas como el tráfico a una cierta hora y en ciertas avenidas la hora no importa y el tiempo parece correr más lento, el ruido generado por las construcciones o por el tránsito, el trabajo y las condiciones laborales poco dignas, así como la incertidumbre que este trae consigo, en el hogar, no se pueden descartar las peleas familiares dadas por el gasto económico o por la educación que se le impartirá a los hijos.

Cualquiera que sea el problema, genera en la persona una experiencia estresante donde tiene dos opciones, luchar o huir. La respuesta de “lucha-huida”<sup>22</sup> fue definir un patrón de respuesta fisiológica evocada por una situación de estrés de tipo social. El estrés es una reacción de lucha o de huída del organismo como modo de respuesta a una amenaza para la supervivencia personal. Luchar es afrontarse al estresor. Las amenazas de la sociedad moderna pueden relacionarse con factores como la competitividad laboral, el tráfico, el ruido, las disputas maritales, la educación de los hijos, etc.

Damián a lo largo de su vida ha vivido en distintos lugares del Estado de México y de la Ciudad de México, siendo esta última su hogar actual, en donde se sabe, existen mucho factores estresantes y en donde las cifras de suicidio van en aumento. A nivel Ciudad de México, el suicidio se presenta de igual forma en todas sus manifestaciones, sin discriminar sexo, alcaldía o nivel socioeconómico. Importante destacar que Damián no se encuentra con problemas económicos, pues ambos padres han trabajado desde que están juntos y aunque las consecuencias se perciben en la poca atención que se le dio a su hijo, presumen de tener una buena paga y solventar los gastos que van llegando.

El último registro realizado por el INEGI, es del año 2017, en donde a nivel general se suscitaron 302 suicidios, 233 realizados por hombres, mientras que 69 por mujeres, ambos por medios ya antes mencionados, como el ahorcamiento, el disparo con arma de fuego, envenenamiento y otras causas, como se puede apreciar en la siguiente tabla. Aunque sólo menciona tres métodos principales, aún hay más, como arrojarse de un puente, tal y como Damián lo intentó durante su estancia en la ciudad, arrojarse a los autos cuando van circulando, tomar pastillas, entre otros métodos ya mencionados a lo largo de esta investigación.

La Ciudad de México se encuentra en el nivel número 24 a nivel nacional con 4.2 suicidios por cada 100,000 habitantes.

---

<sup>22</sup> Barrio, J.A.; García, M.R.; Ruiz, I.; Arce, A. (2006). *El estrés como respuesta*. International Journal of Developmental and Educational Psychology, vol. 1, núm. 1, pp. 37-48. 2019, De Redalyc.org Base de datos. sitio web: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>

CDMX 2017	Ahorcamiento	Disparo	Envenenamiento	Otras causas	TOTAL
HOMBRES	195	20	3	15	233
MUJERES	54	6	4	5	69
TOTAL	249	26	7	20	302

Tabla realizada a partir de datos arrojados por el INEGI sobre población > mortalidad y suicidios registrados, en el 2017.

Según datos de la Procuraduría General de Justicia de la CDMX<sup>23</sup>, los primeros 6 meses del año 2018 se presentaron 218 suicidios, sin embargo los datos incrementan para el mismo periodo del año 2019 dando como resultado 305 casos, aumentando así en un 40% el número de víctimas.

Pero el caso de Damián no está totalmente aislado, pues dentro de la Ciudad de México, donde el habita, las alcaldías con mayor casos de suicidios de enero a julio del 2019 son: Iztapalapa, Gustavo A Madero, Cuauhtémoc, Álvaro Obregón y Coyoacán. Recordando que Damián vive actualmente en la alcaldía Gustavo A. Madero. Tan solo en seis meses<sup>24</sup> se abrieron 323 carpetas de investigación de personas que intentaron privarse de la vida o las que no quedaron en el intento.



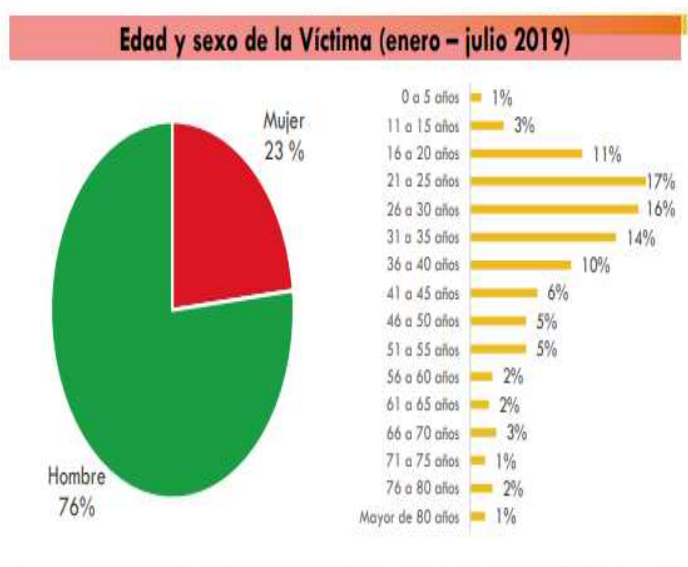
Fuente: Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la Ciudad de México "Estudio y Estrategia DISÍ a la vida" Recuperado de: <https://www.consejociudadanomx.org/documentos/DISI%CC%81%20a%20la%20vida-v3%20.pdf>

<sup>23</sup> Díaz, O.. (2019). *Suicidio aumenta 40% en la CDMX*. 2019, de Publímetro Sitio web: <https://www.publím metro.com.mx/mx/noticias/2019/09/09/crecen-los-suicidios-la-cdmx-40.html>

<sup>24</sup> Consejo Ciudadano de la Ciudad de México . (2017). *Estudio y Estrategia DISÍ a la vida*. 2019, de Consejo Ciudadano de la Ciudad de México Sitio web: <https://www.consejociudadanomx.org/documentos/DISI%CC%81%20a%20la%20vida-v3%20.pdf>

Tanto a nivel nacional como a nivel Ciudad de México, el sexo masculino es el que mayor incidencia en suicidios tiene, y la población joven de 21 a 30 años es la más vulnerable para verse afectada por este fenómeno social. Para el primer semestre del 2019 del total de casos, el 76% fueron llevados a cabo por los hombres, mientras que el 23% fueron mujeres, las que realizaron esta acción. Sin embargo son las mujeres las que más intentos de suicidios cometen.

En la siguiente tabla se pueden apreciar los rangos de edades de las personas que cometen un suicidio, así como el porcentaje por sexo.



Fuente: Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la Ciudad de México “Estudio y Estrategia DISÍ a la vida”  
 Recuperado de: <https://www.consejociudadanomx.org/documentos/DISI%CC%81%20a%20la%20vida-v3%20.pdf>

De enero a agosto del año 2019, los métodos más utilizados para cometer un suicidio en la Ciudad de México fueron: la ingesta de pastillas, el ahorcamiento, cortarse las venas o la combinación de varios métodos.

En la siguiente tabla se muestran más métodos que Damián también intentó con la finalidad de quitarse la vida, según mi informante, el cual reconoció varios a partir de las experiencias que ha tenido con su amigo desde que se conocen. Por ejemplo, en una ocasión fue a parar al hospital por cortarse lo brazos sin llegar a las venas, y lo hizo en repetidas ocasiones, pero en ese momento la emoción del miedo lo invadió, aventarse de un lugar alto es algo que lo perturba, pues no sabe si será efectivo y sólo pensaba en la humillación que tendrá si sólo lograba



lastimarse los huesos, como ya he mencionado antes, el hecho de aventarse a los carros cuando pasan, fue parte de su vida por mucho tiempo. Sea el miedo, la vergüenza o la angustia que sentía al cometer un intento de suicidio, todas estas emociones lograron frenarlo y poco a poco dejar de intentar dañarse. Su fuerza emocional se fue recuperando al salir del nivel medio superior, como ya lo he mencionado. Y estos métodos de quitarse la vida, poco a poco han quedado atrás.

<b>Medio Empleado en el intento suicida (Enero – Agosto 2019)</b>			
Medio Empleado en el intento suicida o planeación	Reportes	Porcentaje	Acumulado
Ingesta de Pastillas	27	27%	27%
Ahorcamiento	13	13%	40%
Más de un medio empleado	13	13%	53%
Cortarse las venas	10	10%	63%
Cutting	8	8%	71%
Aventarse de un lugar alto	6	6%	77%
Cuchillo	6	6%	83%
Arma de fuego	2	2%	85%
Aventarse a un objeto en movimiento	2	2%	87%
Aventarse Al Metro	2	2%	89%
Ingesta de sustancias	2	2%	91%
Veneno para ratas	2	2%	93%
Ahogamiento	1	1%	94%
Alcohol	1	1%	95%
Descuido de Condición Médica	1	1%	96%
Encajarse Objetos	1	1%	97%
Navaja	1	1%	99%
Tijeras	1	1%	100%

Fuente: Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la Ciudad de México "Estudio y Estrategia DISÍ a la vida" Recuperado de: <https://www.consejociudadanomx.org/documentos/DISI%CC%81%20a%20la%20vida-v3%20.pdf>

Se sabe que que la población más vulnerable para llevara a cabo un acto de suicidio es a nivel mundial de 15 a 29 años (Damián tiene 20 años actualmente), sin embargo, en la Ciudad de México, las mayores incidencias se presentan en jóvenes de 20 a 30 años, los cuales pasan por distintas etapas antes del consumir el acto.

En primer lugar está la ideación, es decir, cuando el joven comienza a tener pensamientos relacionados con el suicidio o hacerse daño él mismo, como se ha mencionado antes, Damián comienza desde pequeño a tener interés sobre la muerte en todas sus facetas, así como en la reencarnación y sabía que para eso tenía que morir, para ello era necesario dañarse de todas las maneras posibles. Posteriormente viene la planeación, cuando la persona que ya tuvo por un tiempo

pensamientos de quitarse la vida, decide el método o lugar que más le favorezca para llevar a cabo la acción, y finalmente la ejecución de este plan, en donde Damián ha fallado siempre, pues ha sido descubierto a tiempo y las personas no sólo evitaron una tragedia, sino que lo acompañaron emocionalmente para liberar su carga y que este siguiera con su vida, dándole un sentido por el que debía luchar.

Como se ha mencionado, existen diversas causas para que un joven atente contra su vida, entre las que se encuentran: factores psicológicos como la depresión y la ansiedad, problemas en el entorno familiar o problemas con una pareja sentimental, o en todo caso la ruptura de una relación amorosa. El acoso escolar o *bullying* también influye en la víctima que comete esta acción, así como haber sido víctima de algún delito, como por ejemplo una violación sexual o el trauma de un secuestro o tortura.

En la siguiente gráfica es posible percatarse de que Damián ha tenido distintos motivos para llevar a cabo un suicidio: Cuando sufre ataques de depresión o ansiedad recordando los fracasos que según él ha tenido, aunque para los demás sea una persona exitosa, por todos los problemas y el distanciamiento que ha llevado con sus padres, pues por mucho tiempo no podían construir una buena convivencia, cuando termina una relación y sabe que no se ha esforzado lo suficiente porque todo salga bien, por el acoso escolar que tuvo durante su infancia y adolescencia, recordando que los compañeros que tuvo en estas etapas de su vida, lo trataron como a un chico frágil, y llegó a pensar que lo tomaban como burla al maltratarlo física y psicológicamente, sin saber que lo que para ellos era una costumbre normal de su edad, para él era algo que le dejaría una marca, al menos hasta que lograra comprender que nunca quisieron dañarlo, por su acercamiento al alcohol y cigarro que tuvo al conocer a su primera novia, lo cual era nuevo para él, y por las emociones por las que ha pasado a lo largo de la vida, etc.



Fuente: Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la Ciudad de México "Estudio y Estrategia DISÍ a la vida"  
 Recuperado de: <https://www.consejociudadanomx.org/documentos/DISI%CC%81%20a%20la%20vida-v3%20.pdf>

Dentro de la Ciudad de México, existe otro método para que una persona intente quitarse la vida o bien llegue a consumar el acto, y se trata de acudir a las instalaciones del Sistema de Transporte Colectivo Metro (STCMetro) en cualquiera de sus 12 líneas y arrojarse a las vías cuando el tren se encuentra en movimiento, o bien arrojarse a manera de ser electrocutado. Optar por este lugar es para las personas un método eficaz, pues una vez que el metro comienza a andar, es casi imposible detener inmediatamente el peso que lleva consigo, además de que es una solución barata, pues no es necesario comprar un arma o pastillas para llevar a cabo la ejecución.

Los casos que se han presentado hasta el momento tienen como motivo una característica en común según los medios de comunicación que se han encargado de presentarlos, y es que se trata de personas que no encuentran una salida a las presiones familiares y económicas que vienen después de perder un empleo, de romper un lazo familiar, de no poder situarse en un trabajo estable, de no sentirse capaz de poder proveer dentro de un hogar o no haber tenido una nota aprobatoria en su estado académico.

Por lo menos eso reflejan las noticias<sup>25</sup> en los distintos diarios que he consultado acerca del incremento de este fenómeno en este medio de transporte.

Hace aproximadamente un año, mi informante relata que Damián tuvo un último intento de suicidio, pues quiso arrojarse a las vías del metro cerca de su universidad, pues los problemas en casa habían vuelto y sus más recientes calificaciones no eran favorecedoras, había terminado una relación sin éxito alguno y sentía no iba a ser fuerte una vez más. Sin embargo el miedo a que sus teorías fueran falsas, su familia tuviera una racha más pesada, el no volver a ver a su hermana y la intervención de su amigo, así como del personal del metro, no pudo consumir esta acción. Realmente estos personajes ayudaron a detenerlo, pero en su vida, él estaba superando las distintas etapas que lo condujeron a tener pensamientos suicidas, y aunque no era fácil, lo estaba logrando, pues trabajaba mucho en su fuerza emocional y en la forma de afrontar las situaciones difíciles o estresantes. De esta manera se dio cuenta de que podía con todo, de que tenía una vida por delante y sabía que le tenía miedo a la muerte y a no volver a estar con su familia y amigos.

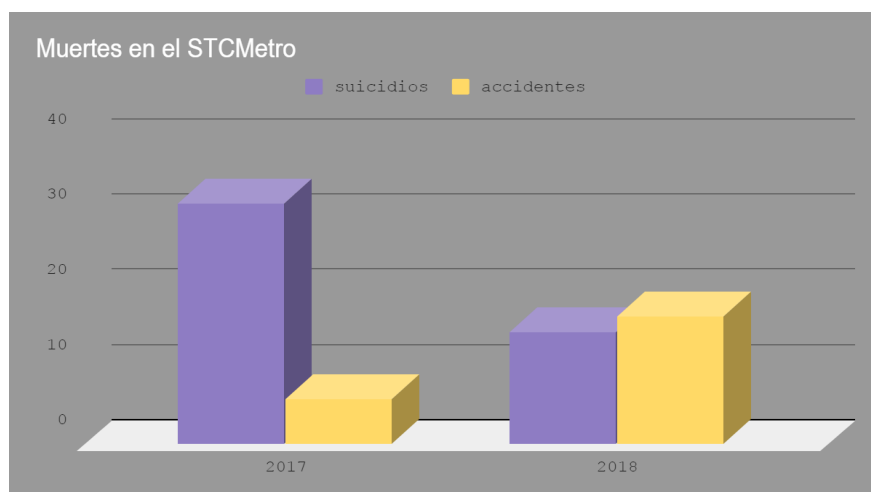
Pero no es el único caso que se ha presentado de este método, pues recientemente los casos de suicidio se han dado específicamente dentro de las 12 líneas del metro, por lo menos en la Ciudad de México. Tan sólo en el año 2017 se registraron 32 suicidios<sup>26</sup> dentro de las instalaciones, del Sistema de Transporte Colectivo Metro, mientras que para el 2018 la cifra disminuyó dando como resultado 15 personas muertas a consecuencia de este fenómeno social.

---

<sup>25</sup> véase en anexos, página 51

<sup>26</sup> Peralta, M., Tequianes, E.. (2019). *Hombres, 80% de los que se suicidan en el metro*. El Universal, Sitio web:

<https://www.eluniversal.com.mx/metropoli/cdmx/hombres-80-de-los-que-se-suicidan-en-el-metro>.



*Gráfica elaborada a partir de la recolección de datos del Sistema de Transporte Colectivo Metro.*

Hasta Octubre del 2019, se contabilizaron por lo menos 20 suicidios dentro de las instalaciones del Metro, afectando no sólo a la persona que lo practica, sino a sus familiares y a los usuarios que presenciaron el acto, así como al conductor del convoy en turno. Es por ello que en el año 2016, se activa el programa “Salvando vidas”<sup>27</sup> en el cual, se capacita al personal que labora, desde los que manejan el convoy, los policías, etc, para que sean capaces de negociar con la persona con intento suicida para impedir que esta atente contra su vida.

El Sistema de Transporte Colectivo Metro mantiene una capacitación de manera permanente con la finalidad de sensibilizar a su personal. Dentro de los apoyos que dan como forma de protección son: contactar a un familiar o amistad cercanos y brindarles acompañamiento mientras son canalizados a la institución correspondiente. Fue justo uno de estos policías capacitados, el que logró identificar la conducta de Damián momentos antes de que este se arrojara y pudo acercarse poco a poco para detenerlo a tiempo. En este proyecto que además es un convenio entre el Sistema de Transporte Colectivo Metro y El Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la Ciudad de México<sup>28</sup> también se

<sup>27</sup> López, J. (2019). *Evitan 90 suicidios en el Metro en lo que va del 2019*. 2019, de Excelsior Sitio web:

<https://www.excelsior.com.mx/comunidad/evitan-90-suicidios-en-el-metro-en-lo-que-va-del-2019>

<sup>28</sup> Peralta, M., Tequianes E. (2019). *Hombres, 80% de los que se suicidan en el metro*. octubre 2019, de El Universal Sitio web:

<https://www.eluniversal.com.mx/metropoli/cdmx/hombres-80-de-los-que-se-suicidan-en-el-metro>

intenta generar conciencia en cuanto a los factores que influyen en la persona para cometer un acto suicida y lograr identificar a través de las conductas a los posibles suicidas.

Claro está, que siendo un fenómeno en aumento y presente en todo tipo de población, la Ciudad de México a tomado cartas en el asunto a través de diversos programas. Ejemplo de esto es la diputada Paty Baez<sup>29</sup>, que en el marco del día mundial de la prevención del suicidio, presentó una iniciativa que consta de modificar los artículos<sup>30</sup> 23, 25, 29 y 30 de la Ley de los Derechos de las Personas Jóvenes en la Ciudad de México, los cuales en su contenido, se especializan en atender la salud integral de los jóvenes en todas sus modalidades: sexualidad, adicciones, salud mental, sobrepeso, etc. Son distintas las propuestas y programas que se han establecido a partir del incremento de este fenómeno, sin embargo las cifras siguen creciendo, día a día se presentan más casos en los medios de comunicación, donde la edad no importa, ni el nivel socioeconómico o el método que utilizan. Sin embargo cada vez hay más información para que las personas o familiares de una persona en situación de suicidio puedan ayudar a que esto frene.

Damián es ahora un chico de 20 años, que ha luchado contra las emociones que se le han ido presentando conforme interactúa con la sociedad, su cúmulo de sucesos estresantes durante su infancia y adolescencia hicieron que las ganas de vivir le fueran indiferentes, sin embargo, con el paso del tiempo, y con ayuda de su mejor amigo, de la chica que conoce al término de su estancia en el nivel medio superior, sus padres, sus abuelos y algunos amigos que ha ido haciendo en el camino, al igual que estudiar la carrera que tanto anhelan muchos jóvenes, como lo es la medicina, le han devuelto su seguridad y su fuerza

---

<sup>29</sup> Báez, P. (2019). *Iniciativa con Proyecto de Decreto por el que se reforma la Ley de los Derechos de las Personas Jóvenes en la CDMX en materia de prevención del suicidio y la autolesión*. 2019, de Congreso de la Ciudad de México Sitio web: <http://patybaez.mx/legislativo/iniciativas/iniciativa-con-proyecto-de-decreto-por-el-que-reforma-la-le-y-de-los-derechos-de-las-personas-jovenes-en-la-cdmx-en-materia-de-prevencion-del-suicidio-y-la-autolesion/>

<sup>30</sup> Véase en anexos, página 53

emocional. Se aleja poco a poco de las cosas que le hacen daño, como su curiosidad por la muerte.

El vínculo con los seres queridos, mejora sin duda la vida de la persona en situación en suicidio, y modifica actos y conductas que en pasado pudieron herir a los mismos que se le acercaban, como sus relaciones con amigos, o amorosas. Mi informante hace hincapié a que en algunas relaciones que ha tenido, a pesar del empeño que les pone, siempre terminan porque el sentimiento de hartazgo llegaba inmediatamente y Damián perdía el interés por la relación en turno, la indiferencia también se encuentra presente en este tipo de vínculos, pues cuando la persona cambia un poco su manera de ser, a Damián dejaba de interesarle, y el mismo tenía inquietud sobre esto, pues no entendía lo que sucedía, según mi informante: *“Siempre me lo repite cuando le pregunto sobre eso: Soy bueno, las trato bien, soy como su cachorro, bien mandilón, cariñoso, leal, trato de estar muy bien con ellas pero luego ellas cambian y dejan de gustarme, me aburren o mi indiferencia las hace enojar porque a pesar de ser cariñoso a veces no me siento bien y prefiero alejarme o más bien lo hago involuntariamente y a pesar de explicarles que no lo hago por mal plan o por tener a otra se enojan igual”*.

El problema en sus relaciones también se debía a la falta de comunicación, pues explica que según su percepción, no existía una empatía a los diferentes estados de ánimo de Damián, que sus parejas no se interesaban por las diferentes formas de expresión que tiene cuando su fortaleza mental lo traiciona y en lugar de quedarse y animarlo, cambian de pensar y se alejan de él, al final de todo, Damián ve este acto con cierto grado de dolor e indiferencia. Aunque después de todo entiende que las personas que pasaron por su vida le ayudaron a salir adelante de algún modo, no importaba el tiempo que estuvieran con él, pero él se quedó con un poco de ellas. Ya sea la exigencia hacia su persona, el no dejarse caer, el tomar sus problemas como una burla para que estos no dolieran, el ser fuerte ante las adversidades o reírse de alguna crisis que cree no poder

solucionar. Y aunque en ocasiones tiene momentos de ansiedad o depresión, siempre está con alguien que lo rodea y que de verdad quiere ayudarlo.

Los problemas con sus padres lo hicieron sentirse inseguro, el hecho de haber sufrido *bullying* es un episodio que le generó un trauma, pero que aprendió a superar, pues sus compañeros no lo hacían con intención de dañarlo, sólo no sabían cómo convivir con un chico tímido, su hermana es su motor desde que llegó a su vida, le encanta enseñarle lo que sabe, a respetar a la naturaleza y a hacer deportes, sus mejores amigos no lo dejan solo y sabe que siempre que caiga, alguien estará ahí para sostenerlo, la convivencia con sus padres ha ido mejorando, y aunque han tenido problemas como cualquier pareja, tratan de que estas no dañen a su hijo.



### **3. Conclusiones**

Como lo he mencionado en el desarrollo de esta investigación, a lo largo de nuestras distintas etapas, estamos expuestos a pasar por distintos eventos que marcan de forma temporal o permanente nuestra vida. Sucesos estresantes relacionados a lo cotidiano, a la interacción social, sin embargo, como lo he presentado, hay otra clase de acontecimientos que van de la mano con el estrés social y sus consecuencias. Damián es un ejemplo claro de el cúmulo de eventos y emociones por las que pasa una persona para que después de cargar con todo esto, tome decisiones precipitadas como lo es intentar quitarse la vida. Afortunadamente en el caso presente, estas ideas suicidas se iban alejando paulatinamente de Damián.

Mi investigación pretendía analizar lo que es el estrés social y cómo éste era un factor que influía para que los jóvenes de la edad de Damián y más grandes aún decidieran acabar con su vida o atentar contra su integridad. Intentaba realizar este trabajo a partir de la historia de vida de un joven con antecedentes suicidas, que entrara en el rango de edad marcado por la Organización Mundial de la Salud, sin embargo no estoy preparada para atender a una persona en situación de suicidio, pues mi especialidad no es la psiquiatría, aparte cuidando la sensibilidad que pueda tener ante el fenómeno, se estableció construir una historia de vida a partir de las entrevistas semiestructuradas que realicé a mi informante, el que ha estado presente en la vida de Damián y el único capaz de describir detalladamente cómo ha sido la experiencia de Damián con el suicidio, por lo que se logró cumplir el objetivo de esta investigación. Así mismo me apoyé de distintos informes realizados en el Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz” para conocer más acerca de las distintas etapas por las que pasa una persona que intenta quitarse la vida, ya sea por estrés social, trastornos mentales o cualquier otro tipo de factor, y de esta manera me fuera posible desarrollar una historia más completa.

Cabe señalar que las notas que presento como dichos del informante, la mayor parte de ellas fueron redactadas por mí. debido a la poca información recolectada. Es por eso que es una historia construida y en ningún momento corresponde a alguien en especial, sino que esta historia puede hacerse extensiva a muchos jóvenes de la Ciudad de México que padecen los mismos problemas relacionados a los sucesos vitales o factores estresantes.

Mi hipótesis se cumplió en cuanto a que el estrés social producido por la presión familiar y académica, influían en las decisiones de un joven con baja fortaleza emocional para que intentara suicidarse, pues como se muestra en el desarrollo de la historia, Damián sufre una fuerte presión familiar por ser un hijo modelo, a pesar de que sufre un abandono desde su niñez por parte de sus padres, y al ser cuidado por los abuelos. Del mismo modo, la presión que sus padres y profesores por ser el mejor estudiante, lo llevó a aislarse de sus compañeros, por lo que estos comienzan a acercarse a él con conductas que lo herían física y psicológicamente, haciendo de su estancia en la escuela nivel básico, un infierno y que posteriormente tenga que aislarse de sus compañeros para sentirse cómodo.

Sin embargo, a pesar de que se comprobó que efectivamente, el estrés social derivado de estos dos tipos de presiones si es un factor de riesgo en los jóvenes para tener ideas suicidas, existen otros que Damián no presentó por completo, como el abuso de sustancias nocivas para la salud (alcohol y drogas). El interés desde pequeño por descubrir otras dimensiones que vienen después de la muerte sin que tuviera un cuidado por parte de un adulto, al tener curiosidad por este tipo de temas. Los problemas que demostraron frente a él sus padres no pueden quedar atrás, pues sólo dañaban la poca fortaleza emocional que Damián tenía. Las voces que escucha producto de la depresión con síntomas psicóticos y que le recuerdan constantemente que no había realizado nada en su vida, etc. Por lo que todas estas experiencias acumuladas, lograron hacer que el joven desde pequeño olvidara el interés por vivir y buscara métodos cada vez más letales que

le ayudaran en su insistencia de quitarse la vida o bien de modificar su estilo de vida hasta ser un completo desconocido para las personas que lo rodean. Sin embargo, estas mismas personas comprenden la situación y se acercan a él para ayudarlo realmente, y hay otras que llegan a su vida y la cambian por completo dándole otro sentido a su existencia, reforzando su forma de afrontar las situaciones difíciles. Conocimos un caso de resiliencia en un joven, que luego de una vida peculiar, aunque común a muchos jóvenes, pudo salir adelante y estar a punto de concluir sus estudios superiores.

En esta investigación se logra seguir la línea de etapas por las que un individuo con deseos de suicidarse pasa, ya que como se ve en la historia de Damián, es un problema que viene acechándolo desde que era pequeño, caso que no resulta aislado de otros atendidos por expertos de la salud mental.

## 4. Anexos

### Noticias sobre suicidios.

A continuación se presentan sólo algunas de las noticias recabadas sobre el suicidio, que se han plasmado en los medios de comunicación.

1.- Periódico: Excélsior

Fecha: 25/09/2019

Título: *Mujer con bebé en brazos intenta suicidarse en la GAM*<sup>31</sup>

Noticia: La mujer de nacionalidad uruguaya pretendió arrojar al paso vehicular, en dos ocasiones, por lo que testigos pidieron ayuda en la colonia Tablas de San Agustín. Policías de la Secretaría de Seguridad Ciudadana (SSC) de la Ciudad de México evitaron que una mujer de nacionalidad uruguaya se suicidara, en calles de la alcaldía Gustavo A. Madero.

Los hechos se registraron la tarde de este miércoles, cuando los policías fueron requeridos por varios transeúntes, quienes les solicitaron el apoyo en la avenida H. Congreso de la Unión y Ángel Albino Corzo, colonia Tablas de San Agustín, donde una persona intentaba quitarse la vida. Al aproximarse los oficiales, observaron a una mujer, quien gritaba y lloraba, y pretendía arrojar al paso vehicular. En una rápida acción, los uniformados la sujetaron con un bebé que traía en los brazos, al tiempo que solicitaron el apoyo de una unidad médica.

De acuerdo con testigos, momentos antes la mujer llegó en un automóvil al parecer del servicio de taxi privado y tras descender de éste, en dos ocasiones intentó suicidarse, antes de la llegada de los oficiales. De acuerdo con el protocolo de técnicas persuasivas, los uniformados tranquilizaron a la mujer y una vez a salvo, se coordinó el apoyo médico para su atención y valoración.

2.- Periódico: Excélsior

Fecha: 25/09/2019

Título: *Mujer se arroja al paso del convoy en Metro Centro Médico*<sup>32</sup>

Noticia: Este miércoles el Sistema de Transporte Colectivo Metro informó que personal del organismo realizó maniobras para rescatar el cuerpo de una mujer de aproximadamente 30

---

<sup>31</sup> Excelsior. (2019). *Mujer con bebé en brazos intenta suicidarse en la GAM*. Septiembre 2019, de Excelsior Sitio web: <https://www.excelsior.com.mx/comunidad/mujer-con-bebe-en-brazos-intenta-suicidarse-en-la-gam/1338417>

<sup>32</sup> Excelsior. (2019). *Mujer se arroja al paso del convoy en Metro Centro Médico*. Septiembre 2019, de Excelsior Sitio web: <https://www.excelsior.com.mx/comunidad/mujer-se-arroja-al-paso-del-convoy-en-metro-centro-medico/1338333>

años, que perdió la vida, tras presuntamente arrojar a las vías en la estación Centro Médico de la Línea 3.

Al lugar arribaron elementos de Seguridad Industrial e Higiene y de Protección Civil del STC, cortaron la energía en las vías y posteriormente realizaron las acciones necesarias para retirar el cuerpo de la persona fallecida. Después de este hecho se reanudó el avance de los trenes. El STC dio a conocer que se presenta carga de usuarios, por lo que piden a los usuarios considerar previsiones.

### 3.- Periódico: Excélsior Fecha: 18/09/2019

#### Título: Mujer intenta suicidarse; había tomado energizantes y aspirinas<sup>33</sup>

Policías de la Secretaría de Seguridad Ciudadana (SSC) de la Ciudad de México auxiliaron a una mujer que intentó suicidarse en la estación Hidalgo, de la Línea 3, del Sistema de Transporte Colectivo (STC) Metro, en el perímetro de la alcaldía Cuauhtémoc.

Los hechos ocurrieron el lunes a las 23:15 horas, cuando los uniformados realizaban acciones preventivas en la zona de andenes en la estación con dirección a la terminal Indios Verdes, ubicada en las avenidas Paseo de la Reforma e Hidalgo, colonia Tabacalera, cuando un usuario señaló a un hombre, quien portaba un cuchillo.

Ante ello, los elementos le dieron alcance en las escaleras eléctricas de la estación, y conforme al protocolo de actuación policial se le realizó una revisión preventiva al implicado de 25 años de edad, donde se le encontró en la bolsa del pantalón un cuchillo de aproximadamente siete centímetros.

Esta persona refirió que el arma blanca se la había quitado a su compañera de trabajo, ya que anteriormente intentó cortarse las venas después de haber tomado dos bebidas energizantes y una caja de aspirinas.

Motivo por el cual los policías trasladaron a una mujer y al implicado a la oficina del jefe de estación y solicitaron una unidad médica; además localizaron a los padres de la joven.

Al lugar se presentó una unidad de Cruz Roja, cuyos paramédicos brindaron los primeros auxilios a la joven de 22 años de edad y le diagnosticaron crisis nerviosa, quedándose en el lugar en espera de sus familiares.

---

<sup>33</sup> Excelsior. (2019). *Mujer intenta suicidarse; había tomado energizantes y aspirinas*. Septiembre 2019, de Excelsior Sitio web: <https://www.excelsior.com.mx/comunidad/mujer-intenta-suicidarse-habia-tomado-energizantes-y-aspirinas/1337054>

## **Artículos de la Ley de los Derechos de las Personas Jóvenes en la Ciudad de México.** <sup>34</sup>

**Artículo 23.-** En los programas educativos que sean competencia del Distrito Federal se deberá enfatizar la información y prevención, por parte de personal especializado que corresponda, referente al medio ambiente, la participación ciudadana, las adicciones, la educación integral en sexualidad, la prevención del embarazo no planeado, el VIH-SIDA entre otras infecciones de transmisión sexual, los problemas psico-sociales, el sedentarismo, el sobrepeso, la violencia escolar, la obesidad y los trastornos de conducta alimentaria como la bulimia o la anorexia, así como en materia de violencia y perspectiva de género.

**Artículo 25.-** Las políticas educativas dirigidas a las personas jóvenes deben tender a los siguientes aspectos: I. Fomentar una educación laica, gratuita y de calidad que promueva el ejercicio y respeto de los derechos humanos, que contemple la educación integral en sexualidad; una educación cívica que promueva el respeto y la participación en democracia; una vida libre y sin violencia; el respeto y reconocimiento de la diversidad sexual, étnica y cultural, y la conservación del medio ambiente; II. Fomentar la comprensión mutua y la cultura para la paz, con justicia, democracia, solidaridad, respeto y tolerancia entre las personas jóvenes; III. Mejorar la educación media superior y superior en los planteles del Distrito Federal, cuando corresponda, así como el desarrollo de programas de capacitación técnica y formación profesional de las personas jóvenes; IV. Prevenir, erradicar y sancionar todas las formas de castigos físicos o psicológicos, sanciones disciplinarias, tratos o penas crueles, inhumanas o degradantes que atenten contra la integridad física y moral de las personas jóvenes; V. Garantizar la libre asociación y funcionamiento de las organizaciones estudiantiles; VI. Promover la investigación, formación y las creaciones científicas, tecnológicas, artísticas y culturales; y VII. Prevenir mediante la formación educativa las causas y consecuencias que trae consigo la práctica de conductas

---

<sup>34</sup> Gaceta Oficial de la Ciudad de México. (2019). Ley de los Derechos de las Personas Jóvenes en la Ciudad de México. 2019, de Gobierno de la Ciudad de México Sitio web: [http://www.data.consejeria.cdmx.gob.mx/images/leyes/leyes/Ley\\_Der\\_Pers\\_Jov\\_en\\_la\\_CDMX.pdf](http://www.data.consejeria.cdmx.gob.mx/images/leyes/leyes/Ley_Der_Pers_Jov_en_la_CDMX.pdf)

que atentan contra el sano desarrollo de las personas jóvenes, tales como: el sedentarismo y la adopción de hábitos alimentarios inadecuados; los desórdenes y trastornos de la conducta alimentaria, el consumo de cualquier droga o sustancia psicoactiva, el embarazo no deseado, entre otros

**Artículo 29.-** Las personas jóvenes tienen derecho en términos de la legislación aplicable al más alto nivel de salud integral posible, el Gobierno dentro del ámbito de su competencia, deberá proporcionarla de forma gratuita y de calidad, independientemente del género, orientación sexual, identidad étnica, discapacidad, condición económica, social o cualquier otra distinción. Este derecho incluye la atención primaria, la educación preventiva, la nutrición, la atención y cuidado especializado de la salud personas jóvenes, la promoción de la salud sexual y reproductiva, prevención de embarazos no planeados, el acceso a la información y la provisión de métodos de anticoncepción, la investigación de los problemas de salud que se presentan en este sector de la población, así como la información y prevención del sobrepeso, la obesidad, los patrones alimenticios dañinos, el alcoholismo, el tabaquismo, el uso problemático de drogas, la confidencialidad del estado de salud física y mental, el respeto del personal de los servicios de salud, en particular a lo relativo a su salud sexual y reproductiva, y que los tratamientos le sean prescritos conforme con la legislación aplicable, respetando en todo momento la confidencialidad del estado de salud física y mental de la persona joven. Las personas jóvenes con uso de estupefacientes, sustancias psicotrópicas y otras susceptibles de producir dependencia tienen derecho a recibir servicios de atención para la prevención, educación, reducción de daños, el tratamiento, rehabilitación y reinserción social. En ningún caso las personas rehabilitadas podrán ser privadas, por esta causa, del acceso a las instituciones educativas y laborales. Para la calidad integral de estos servicios, el Gobierno desarrollará, simultáneamente, los aspectos técnicos y humanos del tratamiento médico sanitario, en los marcos establecidos en la ley, garantizando en la proporción que sea posible de acuerdo al monto de presupuesto asignado para estas actividades, el abasto de insumos y medicamentos, y el mantenimiento y renovación del equipo. Para la prestación de los servicios se incluye la

actualización continua del personal, acorde a los avances científico- técnicos, de investigación; de las áreas de promoción y fomento a la salud, la prevención, la terapéutica, el diagnóstico, las actividades de vigilancia sanitaria y epidemiológica y las acciones preventivas con la participación de comunidades y grupos organizados.

**Artículo 30.-** El Gobierno establecerá políticas y programas de salud integral, específicamente orientados a la prevención de enfermedades, promoción de la salud y estilos de vida saludables entre las personas jóvenes.

En el documento se plantea el establecimiento de mecanismos que permitan una mayor sensibilización sobre el problema, así como acciones más concretas y precisas para atender oportunamente los factores que lo fomentan.



## 5. Bibliografía

American Psychiatric Association. (2014). Trastornos depresivos. En *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5* (pp.103-123). Chicago E.E.U.U: American Psychiatric Publishing.

Ariza, M. (2016). *La sociología de las emociones como plataforma para la investigación social*. En Emociones, afectos y sociología. Diálogos desde la investigación social (pp.7-34). México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Ávila, J. (2014). *El estrés un problema de salud del mundo actual*. Revista Con-ciencia, Vol 2 núm 1, 117-125. Sitio web:  
[http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci\\_arttext](http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci_arttext)

Báez, P. (2019). *Iniciativa con Proyecto de Decreto por el que se reforma la Ley de los Derechos de las Personas Jóvenes en la CDMX en materia de prevención del suicidio y la autolesión*. 2019, de Congreso de la Ciudad de México Sitio web:  
<http://patybaez.mx/legislativo/iniciativas/iniciativa-con-proyecto-de-decreto-por-el-que-reforma-la-ley-de-los-derechos-de-las-personas-jovenes-en-la-cdmx-en-materia-de-prevencion-del-suicidio-y-la-autolesion/>

Barrio, J.A.; García, M.R.; Ruiz, I.; Arce, A. (2006). *El estrés como respuesta*. International Journal of Developmental and Educational Psychology, vol. 1, núm. 1, pp. 37-48. 2019, De Redalyc.org Base de datos. sitio web: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>

Becoña, E.. (2006). *Resiliencia. Definición, características y utilidad del concepto*.. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, Vol. 11 Num. 3, pp 125-146. Sitio web:  
[http://www.cva.itesm.mx/biblioteca/pagina\\_con\\_formato\\_version\\_oct/aparevista.html](http://www.cva.itesm.mx/biblioteca/pagina_con_formato_version_oct/aparevista.html)

Bonifacio, S. (2003). *El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales*. International Journal of Clinical and Health Psychology, vol 3 núm 1, pp 141-457.

Bravo, M. (2019). *En México se suicidan 17 personas cada día*. Septiembre 2019, de Publímetro Sitio web:  
<https://www.publimetro.com.mx/mx/nacional/2019/09/09/suicidio-mexico-17-personas-dia.html>

Consejo Ciudadano de la Ciudad de México . (2017). *Estudio y Estrategia DISÍ a la vida*. 2019, de Consejo Ciudadano de la Ciudad de México Sitio web:  
<https://www.consejociudadanomx.org/documentos/DISI%CC%81%20a%20la%20vida-v3%20.pdf>

Díaz, O.. (2019). *Suicidio aumenta 40% en la CDMX*. 2019, de Publímetro Sitio web:  
<https://www.publimetro.com.mx/mx/noticias/2019/09/09/crecen-los-suicidios-la-cdmx-40.html>

Durkheim, E.. (2006). *El suicidio*. México: Éxodo.

Excelsior. (2019). *Mujer con bebé en brazos intenta suicidarse en la GAM*. Septiembre 2019, de Excelsior Sitio web:  
<https://www.excelsior.com.mx/comunidad/mujer-con-bebe-en-brazos-intenta-suicidarse-en-la-gam/1338417>

Excelsior. (2019). *Mujer se arroja al paso del convoy en Metro Centro Médico*. Septiembre 2019, de Excelsior Sitio web:  
<https://www.excelsior.com.mx/comunidad/mujer-se-arroja-al-paso-del-convoy-en-metro-centro-medico/1338333>

Excelsior. (2019). *Mujer intenta suicidarse; había tomado energizantes y aspirinas*. Septiembre 2019, de Excelsior Sitio web: <https://www.excelsior.com.mx/comunidad/mujer-intenta-suicidarse-habia-tomado-energizantes-y-aspirinas/1337054>

INEGI. (2016). Estadísticas de mortalidad. 2019, de Inegi Sitio web: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/suicidios2018_Nal.pdf)

López, J. (2019). *Evitan 90 suicidios en el Metro en lo que va del 2019*. 2019, de Excelsior Sitio web: <https://www.excelsior.com.mx/comunidad/evitan-90-suicidios-en-el-metro-en-lo-que-va-del-2019>

M. Fractman, A. (1995). *Reconstruir-historizar-interpretar. La construcción según Freud y la clínica*.. Psicoanálisis APdeBA, Vol. XVIII núm. 2, pp. 301-324.

National Institute of Mental Health. (2009). *La depresión. Lo que usted debe saber*. 2019, de National Institute of Mental Health Sitio web: <https://infocenter.nimh.nih.gov/pubstatic/SP%2015-3561/SP%2015-3561.pdf>

Organización Mundial de la Salud . (2014). *Prevención del suicidio: un imperativo global* . 2019, de Organización Panamericana de la Salud Sitio web: [https://www.who.int/mental\\_health/suicide-prevention/exe\\_summary\\_spanish.pdf?ua=1](https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/exe_summary_spanish.pdf?ua=1)

Organización Mundial de la Salud. (2019). *Suicidio: hechos y datos*. 2019, de OMS Sitio web: [https://www.who.int/mental\\_health/suicide-prevention/suicide-infographic-es.pdf?ua=1](https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/suicide-infographic-es.pdf?ua=1)

Peralta, M., Tequianes, E.. (2019). *Hombres, 80% de los que se suicidan en el metro*. El Universal, Sitio web:

<https://www.eluniversal.com.mx/metropoli/cdmx/hombres-80-de-los-que-se-suicidan-en-el-metro>.

Serrano, P., Flores, M. (2005). *Estrés, respuestas de afrontamiento e ideación suicida en adolescentes*. Psicología y Salud, Vol 15 núm 002, 221-230. 2019, De Redalyc. Sitio Web: [http://saludxmi.cnpps.gob.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/007\\_Estres\\_Respuestas\\_Afrontamiento.PDF](http://saludxmi.cnpps.gob.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/007_Estres_Respuestas_Afrontamiento.PDF)

Suárez, M.. (2010). *La importancia del análisis de los acontecimientos vitales estresantes en la práctica clínica*. Revista Médica La Paz, Vol 16 núm 2, 58-62. Sitio web: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-89582010000200010](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582010000200010)

Torrades, S. (Noviembre 2007). *Estrés y burn out. Definición y prevención*. Elsevier, Vol 26 Núm 10, pp 104-107. Sitio Web:

<https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896>

UNICEF. (2017). *Suicidio. Comunicación, infancia y adolescencia: Guías para periodistas*. 2019, de Unicef Sitio web: <https://www.unicef.org/argentina/media/1536/file/Suicidio.pdf>