

# Aumento de ideación suicida infantil: ¿Cuáles son las señales y cómo abordarlo?

Organizaciones de la sociedad civil advierten con mayor frecuencia del impacto que genera la emergencia humanitaria compleja en la salud mental de las personas, especialmente sobre las alteraciones en niños, niñas y adolescentes (NNA), quienes manifiestan ansiedad, depresión, ideaciones suicidas e incluso suicidio.

Cecodap, organización que defiende los derechos de los niños, niñas y adolescentes, alertó sobre un aumento en los casos de ideación suicida en adolescentes durante el primer semestre de 2023, llegando a su punto más alto en siete años.

El estudio, titulado «[Informe Somos Noticias Capítulo Salud Mental 2023](#)», indicó que 28,95% de los NNA que acudieron al Servicio de Atención Psicológica (SAP) en los primeros seis meses del año por alteraciones en el estado de ánimo, presentaron ideaciones suicidas.

El coordinador del Servicio de Atención Psicológica de Cecodap, Abel Saraiba, explicó en entrevista a **TalCual** que el incremento en la ideación suicida responde a múltiples factores y uno de ellos es que no existen políticas públicas orientadas a abordar la salud mental en el país.

En ese sentido, la **ansiedad, depresión e ideaciones suicidas han ido en aumento** desde la llegada de la pandemia por covid-19, lo que advierte de un «grave riesgo» para los niños, niñas y adolescentes.

De acuerdo con Saraiba, este incremento en las ideaciones suicidas y alteraciones del estado de ánimo se debe a la crisis social que atraviesa Venezuela. Destaca el impacto de la migración, las dificultades que enfrenta el sistema escolar para ofrecer respuestas apropiadas y la precaria capacidad del sistema de salud pública para atender a la población ya afectada. Aunado a la falta de políticas públicas, no existen recursos destinados a la prevención.

*«Esta combinación de factores explica por qué ha aumentado de manera tan notable el riesgo suicida en niños, niñas y adolescentes. Hay que insistir en que este indicador de riesgos suicida puede suceder en cualquier país del mundo, pero en específico en Venezuela ese salto tan dramático que ha tenido responde justamente a factores sociales», explica Saraiba.*

De hecho, la organización Rehabilitarte hizo un estudio sobre la situación de la salud mental en el estado Zulia. De acuerdo con este informe, **siete de cada 10 adolescentes zulianos tienen algún problema de salud mental** con síntomas que dificultan su vida cotidiana.

Víctor Coronado, coordinador de la fundación, destacó que uno de los factores que está contribuyendo a esta situación en los adolescentes es la separación familiar generada por la migración. Precisó que esto los expone a situaciones de riesgo y de violencia.

*«Los adolescentes están creciendo en un ambiente donde no están sus padres. Entonces se quedan con sus abuelos o tíos y estas son situaciones que los expone a riesgos de protección como abuso, violación, violencia, maltrato, entre otros. Entonces es un contexto que desprotege a la niñez y adolescencia y por eso vemos reflejados estos síntomas de salud mental», aseguró el especialista.*

Esta información coincide con los datos presentados por Cecodap en sus más recientes informes. Al menos 439 niños, niñas o adolescentes (de 1.541) sufrieron de un abuso sexual entre diciembre de 2022 y julio de 2023, según el informe [Informe Somos Noticia – Capítulo Violencia](#) de Cecodap.

De acuerdo con Cecodap, las adolescentes presentan el mayor índice de ideación suicida ya que son víctimas de la imposición de labores de cuidado, violencia de género y parentalización –ejercen funciones de madres–, lo que impacta negativamente en su salud mental.

## ¿Cuáles son las señales?

Abel Saraiba explica que existen comportamientos que los niños, niñas y adolescentes pueden adoptar repentinamente y que pueden representar una señal de alerta. La recomendación a los padres, madres y representantes es a estar atentos a las siguientes señales:

- **Cambios en funciones elementales** como dormir, comer, estudiar o trabajar e incluso para mantener una higiene adecuada. Esto se manifiesta cuando el niño o adolescente realiza de manera excesiva alguna de estas actividades o deja de hacerlo por completo.
- **Pensamientos de infravaloración** en los que subestima sus capacidades y su valía.
- **Autolesiones** que pueden comenzar con pequeños cortes en zonas no visibles del cuerpo y pueden derivar en intentos

suicidas.

Abel Saraiba comenta que existen los pensamientos de muerte, las ideas no estructuradas e ideas estructuradas de suicidio. El especialista señala que los pensamientos de muerte ocurren cuando los niños y adolescentes se preguntan qué pasaría si mueren. Esta es una interrogante común, de tipo existencialista, en muchas personas, pero si no se canaliza puede conducir a ideas suicidas.

Las ideas suicidas no estructuradas ocurren cuando una persona considera acabar con su vida, pero no tiene un plan para hacerlo.

## ¿Cuáles son las recomendaciones?

Ante alguna situación que puede llegar a afectar la salud mental de los niños, niñas y adolescentes, Saraiba precisa la importancia de que los padres y representantes tengan en cuenta algunas recomendaciones.

La primera es **no minimizar los sentimientos de los niños, niñas y adolescentes**, debido a que ellos también pueden deprimirse o sufrir ansiedad. En ese sentido, destaca la importancia de respetar los sentimientos de los hijos, aunque los padres no estén de acuerdo.

*«Debemos validar el sentimiento, esto no quiere decir que tenga que estar de acuerdo con las razones. Se trata de hacerle saber a nuestros hijos que debemos respetar y conectar con eso que sienten», dice el especialista.*

Es importante **enseñarle a los NNA a expresar cómo se sienten**, explica Saraiba. Asimismo los padres deben estar también en capacidad de expresar sus sentimientos.

Saraiba señala la importancia del autocuidado en el hogar e individualmente y permitir espacios de esparcimiento. Por último, recuerda la importancia de **buscar atención psicológica especializada** cuando se han presentado señales de alerta.

En el caso de los niños, niñas y adolescentes cuyos padres han tenido que migrar, Víctor Coronado recomienda **mantener una constante comunicación con los hijos a pesar de la distancia**. En ese sentido, destacó que lo más importante es que se vele por su protección y que sus cuidadores entiendan que son personas con derechos.

Al hablar sobre las ideaciones suicidas y el suicidio, Coronado resaltó la importancia de **no cegarse por el estigma ni minimizar**

**los sentimientos de los niños.** Aclaró que esta problemática no es exclusiva de los adultos y que los intentos de suicidio pueden ocurrir a cualquier edad.

## **Responsabilidad del Estado**

Uno de los problemas que enfrenta la salud mental en Venezuela es la ausencia de políticas públicas. El coordinador del Servicio de Atención Psicológica de Cecodap indica que no hay suficientes centros de atención especializada en salud mental en Venezuela. La cifras que maneja Cecodap refleja que hay menos de 300 psicólogos disponibles en 10 estados del país.

A esta denuncia se le suma Víctor Coronado, coordinador de Rehabilitarte, quien no solo señala la falta de servicios de atención especializada, sino también una fuerte escasez de psicofármacos en Zulia, específicamente, y que se refleja en varios estados del país.

De acuerdo con Saraiba, la mayor parte de la atención especializada en salud mental, específicamente dirigida a niños y adolescentes, es por la iniciativa de organizaciones de la sociedad civil.

«Es importante que el Estado asuma un rol activo en la promoción de la salud mental y la atención de la población que ha sido afectada. Tenemos un problema de capacidad instalada que sobrepasa la capacidad de profesionales que están destinados a la atención clínica, por lo que se hace imprescindible que puedan desarrollarse medidas complementarias de atención psicosocial», puntualizó.

Mientras las organizaciones instan al Estado a atender la problemática de la salud mental en Venezuela, existen varias organizaciones civiles a las que las personas pueden acudir para solicitar atención psicológica.

## **Organizaciones que ofrecen ayuda psicológica**

Ante cualquier señal de alarma, los especialistas recomiendan buscar ayuda profesional. En Venezuela, hay organizaciones que ofrecen apoyo gratuito. Algunas de estas instituciones son:

Fundación Rehabilitarte: tiene disponible el **número de teléfono 0424-6115506** en el horario de las **8:00 a.m – 5:00 p.m.** Es un servicio gratuito disponible para todas las personas en cualquier parte del país.

Cecodap: posee un servicio de atención psicológica en Caracas. **Las personas que lo requieran pueden llamar al 0212-9526269.**

Federación de Psicólogos de Venezuela: tiene disponible Línea de Ayuda Psicológica. Quien lo necesite puede llamar a los números de teléfono 0212-416.31.16 y 0212-416.31.18. El horario de atención es de viernes, sábado y domingo de 8:00 am a 8:00 pm.

**Con información de TalCual**