

Declaración por la mejora de la prevención y tratamiento de la depresión mayor y el suicidio

Antecedentes

La depresión es un trastorno mental frecuente que afecta a más de 300 millones de personas en el mundo según la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹. Cuando la depresión se prolonga en el tiempo y cuando su intensidad es de moderada a grave, puede suponer un grave problema, alterar las actividades laborales, escolares y familiares, e incluso en casos más extremos llevar al suicidio. De hecho, aunque hay diversos problemas de salud mental que incrementan el riesgo de suicidio, entre ellas el trastorno límite de la personalidad, el trastorno bipolar y la esquizofrenia, la depresión está presente en casi el 90% de los casos de suicidio.

Para la OMS el suicidio constituye claramente un grave problema de salud pública ya que estima que cada año se quitan la vida cerca de 800.000 personas, y es la segunda causa de muerte en personas de entre 15 y 29 años². **En España cerca de 3.600 personas se suicidan cada año**³. De hecho, el suicidio se mantuvo como la primera causa de muerte externa y las muertes por esta causa aumentaron un 3,1% en 2017 (último año del que se disponen datos) con respecto al año anterior, esto supuso un total de 3.679 fallecidos, según el Instituto Nacional de Estadística (INE). La tasa de suicidios en España es del 7,7 por 100.000 personas cada año, esto sitúa al país en un nivel medio en comparación con los países de la Unión Europea, que se sitúa en un 11,72 mientras que a nivel mundial es del 16,7³.

Cabe destacar que **la prevención es una de las principales medidas** para luchar contra este problema de salud pública, y también que hay tratamientos eficaces para la depresión. A pesar de ello, **más de la mitad de los afectados en todo el mundo no recibe esos tratamientos** y los que los reciben presentan una baja tasa de adherencia¹. Uno de los principales objetivos de la OMS en términos de salud mental es priorizar la prevención del suicidio en la agenda global de salud pública, en las políticas públicas y concientizar acerca del suicidio como una cuestión de salud pública, fortaleciendo a su vez la investigación y la innovación en el ámbito de la salud mental^{4,5}. La prevención de los problemas de salud mental debería ser una **estrategia sanitaria prioritaria**, teniendo sobre todo en cuenta las siguientes razones: la magnitud epidemiológica de esta patología; su especial tendencia a la cronicidad; el alto índice de comorbilidad que la caracteriza; y el coste personal, social y económico que implica.

Ante la situación expuesta, las sociedades y entidades firmantes

Declaran:

1. Junto a las iniciativas regionales para hacer frente al suicidio, es urgente impulsar un **plan de ámbito nacional** que aporte homogeneidad en la respuesta. El plan ha de incluir **indicadores** que permitan evaluar los resultados de su aplicación y contar con un **presupuesto específico** ligado a su desarrollo que haga que sea vinculante para todas las comunidades autónomas. En su elaboración, es crucial contar con las aportaciones de **sociedades científicas y asociaciones de pacientes**, así como inspirarse en las experiencias de éxito internacional que han logrado reducir las tasas de suicidio en países de nuestro entorno como Finlandia o Dinamarca.
2. La necesidad de dimensionar el suicidio como un problema complejo y multifactorial que exige una respuesta integrada que contemple no solo la atención sanitaria, sino también la **respuesta social y la prevención** desde todos los ámbitos, incluido el escolar.
3. Es fundamental abordar la lucha contra el estigma que pesa sobre el suicidio y las patologías de salud mental. Para ello, resulta esencial promover **campañas transversales de comunicación social** que normalicen la imagen de las personas con patología mental.
4. La gestión de la **información** es clave. Hay que trasladar un mensaje positivo y de esperanza que llegue a las personas con ideas de suicidio de manera que puedan ver que existe una salida a su situación y encontrar un camino alternativo. Es preciso potenciar la formación de los comunicadores en la gestión de este tipo de informaciones y acordar una hoja de estilo común que de visibilidad al problema y ponga el foco en los mecanismos de ayuda al paciente.
5. La necesidad de potenciar la **formación** en materia de depresión y suicidio de los profesionales sanitarios, con especial acento en la atención primaria con el objetivo de mejorar la detección y el tratamiento precoz. Incorporar la pregunta sobre deseo de muerte de manera rutinaria en la consulta con pacientes con problemas de salud mental y reforzar un enfoque psicossomático en la atención que ofrecen los médicos del primer nivel asistencial.
6. Resulta necesario apostar por la **investigación** de los mecanismos fisiopatológicos y neurobiológicos de la depresión mayor y el suicidio, y reforzar **la innovación disponible**, así como facilitar el acceso a la misma con las garantías necesarias. La investigación y la innovación son esenciales para avanzar en la prevención del suicidio.
7. Es fundamental la detección precoz de sujetos con riesgo suicida, especialmente menores de edad. Para ello, **la especialidad de Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia** debiera ser reconocida para que los profesionales sanitarios puedan adquirir todas las áreas de capacitación necesarias para la atención de niños y adolescentes con trastornos mentales.
8. Es necesario establecer nuevas herramientas que permitan realizar una aproximación realista desde el punto de vista **epidemiológico** al suicidio y que contemple también las tentativas autolíticas. Detallar en el certificado de defunción el suicidio como causa de muerte o aportar un informe psicólogo forense en accidentes de tráfico son algunas de las sugerencias de expertos y pacientes.

Bibliografía

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Depresión. (2018). Available at: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
2. Organización Mundial de la Salud (OMS). Suicidio. (2019). Available at: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.
3. Instituto Nacional de Estadística (INE). Estadística de defunciones según la causa de muerte. (2018). Available at: https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176780&menu=ultiDatos&idp=1254735573175.
4. Organización Mundial de la Salud (OMS). Prevención del suicidio un imperativo global. (2014).
5. Organización Mundial de la Salud (OMS). Plan de acción sobre salud mental 2013-2020. *Organ. Mund. la salud* 54 (2013). doi:978 92 4 350602 9

Entidades promotoras



Entidades adheridas con fecha 12/12/19

