Enero, uno de los meses en los que se reportan mayor número de suicidios

Los factores: el clima, las deudas y el alejamiento familiar, advierte experto universitario

Una supuesta fórmula creada por el psicólogo Cliff Arnall, quien entonces era profesor en el Centro de Aprendizaje de Lifelong, adjunto a la Universidad de Cardiff, Inglaterra, teorizaba que el tercer lunes del mes de enero se vivía un fenómeno mundial que generaba el “Día más triste de todo el año”, conocido popularmente como *Blue monday* (“Lunes azul”). Sin embargo, esto fue desmentido más adelante por el mismo investigador. Pero es un hecho que psicólogos y psiquiatras han confirmado el aumento de suicidios en el mes de enero.

El maestro Víctor Oswaldo Orozco Estrada, profesor del Departamento de Psicología Básica del [Centro Universitario de Ciencias de la Salud](#) ^[1] de la UdeG, informó que en el Área Metropolitana de Guadalajara las estadísticas muestran un aumento de suicidios consumados e intentos del mismo en el mes de enero.

“El fenómeno del suicidio es multifactorial y no se desprende de una causa específica. Cuando hablamos de factores de riesgo que pueden llevar a una persona al intento o consumación del suicidio, debemos de identificar que hay detonantes relacionados con la conducta suicida. Los que se relacionan con el mes de enero tienen que ver con la sensación cultural de un nuevo comienzo, y si éste se ve limitado puede generar tristeza, incapacidad, fracaso, que pueden adherirse a otras condiciones relacionadas con el primer mes del año como la depresión estacional, deudas navideñas, propósitos de año nuevo inconclusos, etcétera”, dijo Orozco Estrada.

Sin embargo, según datos proporcionados por este investigador, también es perceptible un aumento en la tasa de suicidios en los meses de diciembre, enero y mayo, encabezados por jóvenes de 20 a 25 años de edad, y adolescentes.

“Los jóvenes están constantemente influenciados por los medios de comunicación y las redes sociales, que pueden implantar una imagen negativa de ellos mismos. En muchos casos también se presenta la falta de un círculo cercano, poca interacción social, problemas escolares, amorosos; abuso de sustancias y situaciones familiares complicadas. En esta etapa de vulnerabilidad los jóvenes optan por el suicidio como una manera de dejar atrás la infelicidad”, subrayó.

Para identificar que una persona tiene ideas suicidas, tenemos que prestar mucha atención en sus conductas, las cuales nos pueden indicar si se encuentra en riesgo. “Bajar o subir de peso bruscamente; desmotivación en diversos factores de su cotidianidad; deserción escolar, comentarios negativos sobre sí mismo, alejamiento de familiares y amigos, bajo rendimiento en la productividad diaria, son algunas conductas que podemos notar en una persona que puede estar teniendo ideas suicidas”, dijo.

“El primer paso –añadió–, sería observar e identificar para después ofrecer apoyo desde la empatía y nunca desde la desvalorización. En muchas familias las personas temen compartir sus pensamientos e intenciones, por lo que es necesario brindar un espacio seguro para después intervenir de manera profesional con psicólogos y, si es necesario, con psiquiatras”, informó.

En 2022, según cifras del Instituto de Información Estadística y Geografía (IIEG), se presentaron 654 muertes autoinfligidas en Jalisco, mientras que en mayo de 2024 esta entidad tuvo el primer lugar en número de intentos de suicidio en el país.

Para generar herramientas de apoyo y evitar el incremento del suicidio diversos centros universitarios de la UdeG, como [CUCEA](#) [2], [CUCS](#) [3] y [CUCEI](#) [4], así como algunas preparatorias, ofrecen a sus alumnos y a toda la población atención psicológica brindada por practicantes y maestros de la licenciatura en Psicología del CUCS.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“1925-2025. Un Siglo de Pensar y Trabajar”

Guadalajara, Jalisco, 9 de enero de 2025

Texto: Anashely Fernanda Elizondo Corres

Fotografía: Cortesía Internet

Etiquetas:

[Víctor Oswaldo Orozco Estrada](#) [5]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/enero-uno-de-los-meses-en-los-que-se-reportan-mayor-numero-de-suicidios>

Links

[1] <https://www.cucs.udg.mx/>

[2] <https://cucea.udg.mx/es/extension-y-difusion/unidad-extension/servicios-medicos/programa-de-atencion-psicologica>

[3]

<https://www.cucs.udg.mx/noticias/archivos-de-noticias/cucs-pone-disposicion-servicios-de-atencion-psicologica-en-edificio>

[4] <https://www.cucei.udg.mx/es/servicios/medicos-y-clinicos>

[5] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/victor-oswaldo-orozco-estrada>