

# El lenguaje es importante: Cómo hablar del suicidio

Cuando se habla del suicidio, es importante usar palabras neutras, objetivas y libres de estigma (que no juzguen ni avergüencen) sobre buscar atención médica o ser diferente debido a estados de la salud mental. Hacer esto ayuda a otras personas a hablar del suicidio de forma más abierta y segura, y las conduce a buscar ayuda.



## Cómo hablar de

### La muerte por suicidio

El suicidio es el resultado de factores complejos y no se debe hablar de él como un acontecimiento “exitoso” ni como algo se ha “logrado”. Usar un lenguaje objetivo y neutral puede minimizar el estigma asociado con el suicidio. Por ejemplo, la palabra “cometer” implica que el suicidio es un acto criminal o inmoral.

**Lenguaje apropiado:** Murió por suicidio.

**Lenguaje que se debe evitar:** Suicidio exitoso, suicidio consumado, cometió suicidio.

## Cómo hablar de

### Los intentos de suicidio

Es importante no hablar del suicidio como algo positivo o negativo. El lenguaje neutral y objetivo ayuda a reducir el estigma. Referirse a un intento de suicidio como “fallido” o “incompleto” implica que la muerte es el resultado deseado.

**Lenguaje apropiado:** Intentó suicidarse.

**Lenguaje que se debe evitar:** Suicidio incompleto, acto suicida, suicidio fallido, intento fallido, suicidio no mortal.

## Cómo hablar de

### Poblaciones específicas

Cuando se habla de grupos de la población que pueden estar en riesgo de suicidio es importante utilizar un lenguaje objetivo y neutral.

**Lenguaje apropiado:** Poblaciones con altas tasas de suicidio, factores que podrían aumentar el riesgo de suicidio, los riesgos sociales y económicos del suicidio.

**Lenguaje que se debe evitar:** Poblaciones de alto riesgo, personas vulnerables o susceptibles, el peso del suicidio.

## Cómo hablar de

### Personas afectadas por un suicidio

Tanto las personas en duelo por un suicidio como las que han sobrevivido a un intento de suicidio se ven muy afectadas. Se debe usar un lenguaje que destaque a la persona y que evite etiquetarla.

**Lenguaje apropiado:** Persona en duelo por un suicidio, sobreviviente de una pérdida por suicidio, sobreviviente de un intento de suicidio, personas con experiencia vivida.

## Cómo transmitir mensajes eficaces

Cuando hable del suicidio:

- Proporcione el número de teléfono de una línea de ayuda para la prevención del suicidio para que las personas sepan dónde obtener ayuda.
- Nunca incluya detalles sobre un suicidio, como el método o los medios usados, ni datos sobre el lugar donde sucedió o nombre de la persona que murió.
- Explique que el suicidio se debe a problemas complejos que pueden afectar a cualquiera, y oriente a las personas hacia los recursos disponibles.

