OPINIÓN

La importancia de la prevención del suicidio en México

Por Esperanza Luna Barrios · 21 de agosto de 2026 · 7 min de lectura



El único problema filosófico verdaderamente serio es el suicidio. Juzgar si la vida es o no digna de vivir es la respuesta fundamental a la suma de preguntas filosóficas.
Albert Camus
Escritor francés

Cerca de **8 mil 850 personas** (incluyendo hombres y mujeres) murieron por suicidio durante el 2025 en México. En un primer instante, leer esa cifra puede sólo parecer "casos aislados" (de forma sumamente indiferente y deshumanizada) pero implica que esas **8 mil 850 personas** encontraron en el suicidio una solución. Cerca de 8mil familias, perdieron a un ser querido y se perdió para siempre la oportunidad de contar una nueva historia dentro de la narrativa de la humanidad. (INEGI,2025). La estadística adquiere una interpretación más sombría al señalarse que, de esos **8 mil 850 suicidios, 3 mil 360** fueron **personas jóvenes** que tenían **entre los 15 a 29 años de edad** y que **285** casos corresponden a infancias y adolescencias que tenían **entre los 5 a 14 años de edad**. (Cortés,2026)

Además, resulta alarmante esta estadística después de analizar los datos previstos en la página *Defunciones registradas por suicidio por entidad federativa y causa según sexo, tabulados Interactivos-Genéricos* disponible en el INEGI. Haciendo un análisis comparativo entre las defunciones totales por suicidios, en el 2010, se registraron (considerando tanto a hombres como mujeres) 5 mil y con el transcurrir de los años, la cifra ha ido creciendo exponencialmente. Por ejemplo, en el **2015** (sólo 5 años después), se reportaron **6 mil 425 suicidios: más de mil 425 vidas más perdidas**. Pese a que, en esos sexenios, se implementaron diferentes estrategias en el sector salud para atender la salud mental, no se dieron resultados favorables. Lo anterior, se puede apreciar en el **2018** (último

año del sexenio del último presidente del PRI, el Lic. Enrique Peña Nieto) ya que **6 mil 800 personas** decidieron quitarse la vida**. El panorama suena desalentador y parece ser que no hay esperanza alguna para que la vida digna prevalezca sobre la depresión, la ansiedad y otros detonantes.**

A raíz de esta crisis de salud mental presente en la población mexicana (principalmente en las infancias y juventudes), se han generado diferentes iniciativas y políticas públicas para prevenir el suicidio y mitigar la sintomatología típica de la ideación suicida. En este tenor, el Poder Legislativo del H. Congreso de la Unión no se queda atrás.

Por ello, la Diputada Federal, **la Lic. Ruth Maricela Silva Andraca**, expuso recientemente una propuesta de política pública de convertir a la **atención psicológica en un servicio público prioritario en el sistema actual de salud**. Dicha iniciativa "[...] **busca que el Presupuesto de Egresos de la Federación incluya partidas específicas para la contratación de personal especializado en escuelas primarias, secundarias y preparatorias públicas**. Con esta medida se pretende establecer una red de contención primaria que identifique factores de riesgo de manera cuantitativa antes de que escalen a situaciones críticas.[...]" (Cortés, 2026). La propuesta se presentó en el foro juvenil *Salud mental: hacia un bienestar integral* realizado el pasado 12 de agosto en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la juventud en el que se enfatizó en que "[...] **el impacto económico de no atender oportunamente la salud mental se refleja en la pérdida de productividad, la deserción escolar y la saturación de los servicios de urgencias sanitarias**. Según las proyecciones discutidas en San Lázaro, por cada peso que el Estado invierte en la prevención y tratamiento oportuno de trastornos emocionales, se reducen significativamente los gastos posteriores en tratamientos psiquiátricos complejos." (Cortés, 2026)

Respecto al **impacto económico** ya enunciado en *supra líneas*, es importante considerar se estaría atendiendo una de las necesidades de salud de uno de los **sectores etarios** más grandes (a las personas de entre 15 a 29 años) del país (con cerca de **30 millones de personas**, es decir, casi la cuarta parte de la población total) (Cortés, 2026).

Los esfuerzos de la Dip.Maricela Silva para prevenir el suicidio en la población continuan a la fecha de tal forma que, el pasado jueves 20 de agosto, fue anfitriona del *Segundo Foro Internacional en Prevención del Suicidio* realizado en la H. Cámara de Diputados con una asistencia aproximada de 100 personas a lo largo de la jornada de 6 horas que incluyó la presentación de ponencias y testimonios de sobrevivientes del suicidio. En dicho foro, participaron diferentes dependencias gubernamentales como la Secretaría de Salud, la Secretaría de Segurdiad y Protección Ciudadan a través del Observatorio de Seguridad Ciudadana pro México y la Secretaría de Educación junto con diferentes organismos internacionales como CONAPRESU (Coalición Internacional en Prevención del Suicidio). La representación de las juventudes quedó bajo la participación de la activista por la salud mental, la ganadora del certamen Nuestra Belleza Internacional 2025 y creadora de la *Fundación Carlos Villar*, Valeria Lizeth Villar Parra. En su intervención, compartió un testimonio de valentía y de lucha contra los pensamientos suicidas que la orillaron a intentar suicidarse en diferentes ocasiones a lo largo de su corta vida de 23 años (siendo uno de los intentos más importantes a los 14 años al ingerir cientos de pastillas y caer en un coma de 9 horas). A raíz de diversas experiencias en las que su salud mental e integridad se vieron vulneradas, decidió convertir su historia de vida en una vocación: ayudar a más personas a que elejan vivir y que encuentren en el altruismo una forma de vida. Una frase de Valeria que definitivamente marcó al público asistente fue: "**El no suicidarse está en dejar que la vida te sorprenda**. [...] Cuando ustedes no sepan que hacer, dejen que la vida los sorprenda, no escojan [...] Todos los días salgo de la rutina y así logro honrar a mi papá todos los días. [...] **El punto es encontrar un camino**. ¿Cómo encontrarlo? Cierren los ojos e imaginense que no importa nada: no importa el dinero, no importa absolutamente nada. **¿Cuál sería tu vida perfecta? El punto es dirigirse a lo que sería tu vida perfecta.**"

Referencias electrónicas:

1. Arellano, F. G. (2026, 19 agosto). INEGI alerta por el aumento en datos sobre el sucidio en jóvenes; ¿Qué significa esto? W Radio México. Disponible en: https://wradio.com.mx/2026/08/19/inegi-alerta-por-el-aumento-

en-datos-sobre-el-sucidio-en-jovenes-que-significa-esto/

2. Cortés Bruno, (2026, 17 agosto). Ruth Silva Andraca urge reformar la política pública de salud mental juvenil. Elecciones Federales Mx. Disponible en: https://www.eleccionesfederales.com.mx/principal/ruth-silva-andraca-urge-reformar-la-politica-publica-de-salud-mental-juvenil/
3. Cámara de Diputados. (2026, 20 agosto). EN VIVO / Segundo Foro Internacional en Prevención del Suicidio [Vídeo]. YouTube. Disponible: https://www.youtube.com/watch?v=oPwx5Ntofg8
4. Cámara de Diputados del Congreso de la Unión. (202d. C., agosto 20). Necesario, actuar antes de que las personas entren a una situación de crisis: Ruth Maricela Silva [Comunicado de prensa]. Recuperado 20 de agosto de 2026, disponible en: https://comunicacionsocial.diputados.gob.mx/index.php/notilegis/necesario-actuar-antes-de-que-las-personas-entren-a-una-situacion-de-crisis-ruth-maricela-silva#
5. De Estadística y Geografía, I. N. (s. f.). Defunciones registradas por suicidio por entidad federativa y causa según sexo, tabulados Interactivos-Genéricos. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?bd=Salud&px=Mental_07
6. Frases célebres sobre el suicidio. (s. f.). Proverbia.net. Recuperado 20 de agosto de 2026, disponible en: https://proverbia.net/frases-de-suicidio

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/opinion/la-importancia-de-la-prevencion-del-suicidio-en-mexico
Descargado el 21 de noviembre de 2026.