

SEPTIEMBRE 2025

**SALUD MENTAL Y SUICIDIO
EN NIÑAS, NIÑOS Y
ADOLESCENTES DE SONORA**

¿QUIÉNES SOMOS?

En Fundación Nueva Generación Sonora, creemos que cada niño, niña y adolescente merece contar con libertades y oportunidades que le permitan alcanzar un máximo potencial.

¿Cuál es nuestra misión?

Participamos activamente en la promoción de derechos y la protección de la infancia. Somos una organización sin fines de lucro, comprometida con el pleno desarrollo durante los primeros años de vida, para así, incidir en la mejora de las condiciones culturales, económicas, políticas y sociales del estado de Sonora.



“

La verdadera riqueza se encuentra en una infancia feliz, donde los tesoros son los abrazos cálidos, las historias compartidas y las sonrisas que iluminan el camino.

”

TABLA DE **CONTENIDO**

5 | INTRODUCCIÓN

6 | ENTENDIENDO EL SUICIDIO EN
NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

8 | DATOS SOBRE SUICIDIO DE
NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SONORA

10 | ENTREVISTA

13 | SÍNTOMAS Y FACTORES DE RIESGO DE SUICIDIO
EN NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

14 | RECOMENDACIONES PARA FAMILIAS EN LA PREVENCIÓN
DEL SUICIDIO EN NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

15 | RECOMENDACIONES Y POSICIONAMIENTO

TENGO DERECHO
A LA PROTECCIÓN
DE LA SALUD Y LA
SEGURIDAD SOCIAL



Cuando te sientes mal, quienes te cuidan **deben llevarte con un doctor** o a un hospital para que te revisen, te den medicinas o vacunas y te puedas aliviar.

INTRODUCCIÓN

Cada **10 de septiembre** se conmemora el **Día Mundial para la Prevención del Suicidio**, establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esta fecha busca recordar la importancia de hablar de un tema difícil pero urgente: la salud mental y el suicidio, una realidad que afecta a personas de todas las edades y que requiere del compromiso de familias, escuelas, instituciones y sociedad en general para prevenirlo.

La OMS define el suicidio como el acto deliberado de quitarse la vida¹. Aunque sus causas y los métodos utilizados varían según el contexto, lo cierto es que se trata de un fenómeno global con un profundo impacto social y emocional. Cuando ocurre en niñas, niños y adolescentes, el dolor y la conmoción se multiplican, pues se trunca una vida que apenas comenzaba a construirse.

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la adultez, marcada por cambios físicos, emocionales y sociales. No todos la viven igual: factores sociales, económicos y culturales influyen en cómo enfrentan sus retos y qué apoyos tienen disponibles. Desde la perspectiva de la salud mental, esta etapa conlleva vulnerabilidades particulares. La presión académica, los cambios hormonales, la búsqueda de identidad y las relaciones sociales pueden convertirse en riesgos si no hay acompañamiento adecuado. Hablar de suicidio en este contexto implica reconocer que la adolescencia también es un tiempo de fragilidad, donde escuchar, comprender y apoyar resulta esencial.

La prevención también empieza en casa, con la atención y el cuidado que madres, padres y familias pueden brindar día a día. Abrir espacios de diálogo, fortalecer la confianza y mostrar interés genuino por lo que sienten niñas, niños y adolescentes es clave para detectar a tiempo señales de alerta. Sin embargo, no es solo una tarea de las familias: como sociedad tenemos la responsabilidad de trabajar juntos para crear entornos seguros, solidarios y libres de estigmas. El suicidio es una herida que no afecta únicamente a quien lo vive, sino que marca profundamente a sus seres queridos y a toda la comunidad.

Desde Fundación Nueva Generación Sonora, reiteramos nuestro compromiso de visibilizar las situaciones de riesgo que enfrentan niñas, niños y adolescentes y de sumar esfuerzos para proteger su bienestar. Seguiremos impulsando acciones que refuercen los lazos de prevención, atención y justicia en colaboración con familias, escuelas, autoridades y sociedad civil. Las niñas, niños y adolescentes merecen crecer felices, seguros y libres.

¹OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

ENTENDIENDO EL SUICIDIO

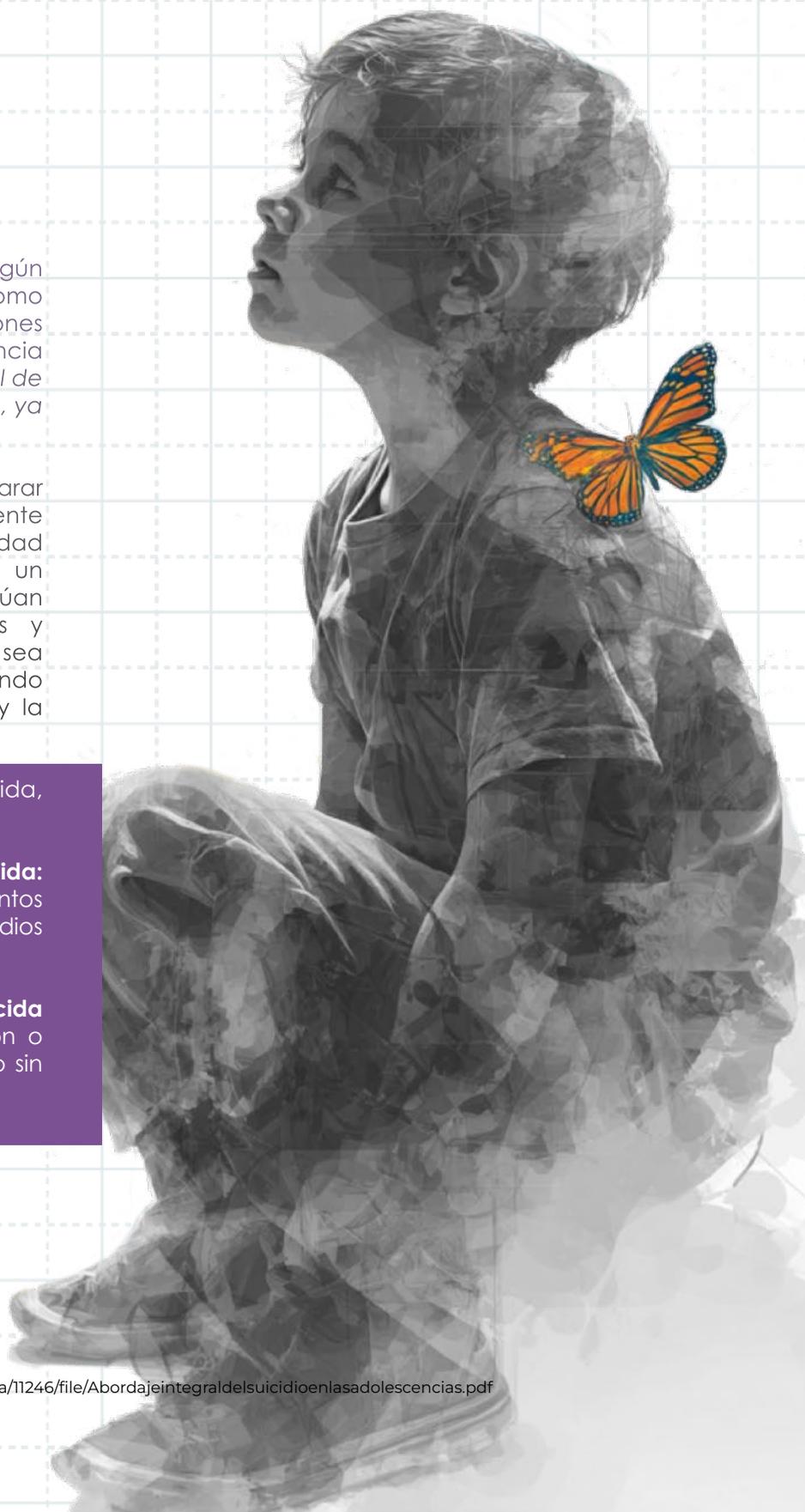
EN NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

El abordaje integral del suicidio, según UNICEF², parte de comprenderlo como una de las múltiples manifestaciones de las violencias, en este caso, la violencia autoinfligida. Esto significa el uso intencional de la fuerza o el poder físico contra uno mismo, ya sea de hecho o como amenaza.

Desde esta perspectiva, es importante aclarar que el suicidio no se entiende únicamente como un trastorno mental o una enfermedad psicológica. Más bien, se concibe como un fenómeno multicausal, en el que interactúan factores individuales, familiares, sociales y comunitarios. Esta complejidad exige que sea tratado de manera integral, considerando todas las dimensiones que lo atraviesan y la manera en que se relacionan entre sí.

Dentro del concepto de violencia autoinfligida, se distinguen dos grandes manifestaciones:

- **Violencia autoinfligida con intención suicida:** vinculada directamente con pensamientos suicidas, intentos de suicidio y suicidios consumados.
- **Violencia autoinfligida sin intención suicida (automutilación):** se refiere a la destrucción o alteración deliberada de partes del cuerpo sin una intención suicida consciente.



¿Qué entendemos por violencia autoinfligida con intención suicida?

Este tipo de violencia abarca un amplio espectro de manifestaciones que deben ser tomadas en cuenta, ya que cada una de ellas representa un riesgo que no puede minimizarse, incluso si no existe un plan concreto de suicidio.

- **Ideación suicida:** se refiere a los pensamientos relacionados con quitarse la vida. Estos pensamientos pueden variar en intensidad y forma, desde el sentimiento de estar cansado de la vida o creer que no vale la pena vivir, hasta el deseo de no despertar. No siempre implican un paso directo hacia el suicidio consumado, pero reflejan un malestar profundo que requiere acompañamiento y atención.

- **Intento de suicidio:** comprende toda acción autoinfligida con el propósito de causarse un daño que podría ser letal. El intento puede ser explícito (cuando se expresa abiertamente) o inferido a partir de la conducta o las circunstancias en que ocurrió.

- **Suicidio consumado:** de acuerdo con la OMS, es el acto deliberado de quitarse la vida y constituye la forma más extrema de violencia ejercida contra uno mismo. Cabe destacar que, en definiciones anteriores, la OMS consideraba que el suicidio podía ocurrir incluso cuando la deliberación no era plenamente consciente.



DATOS SOBRE SUICIDIO

DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SONORA

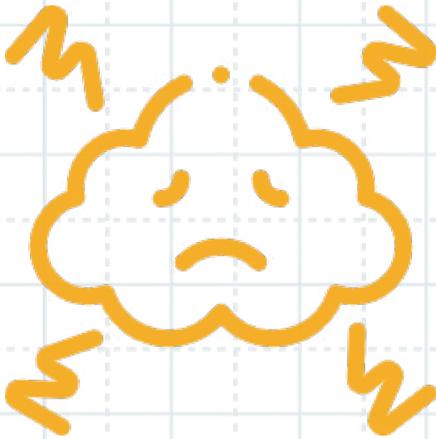
El suicidio es un problema de salud pública que impacta de manera profunda a familias y comunidades. Cada caso representa una tragedia que deja huellas duraderas en quienes rodeaban a la persona, desde sus seres queridos hasta su entorno social más cercano.

Aunque puede presentarse en cualquier etapa de la vida, el suicidio ha sido una de las principales causas de muerte en la juventud: en 2021 fue la tercera causa de fallecimiento en el mundo entre personas de 15 a 29 años. Este fenómeno no distingue fronteras ni niveles de ingreso: el 73% de los suicidios ocurren en países de ingresos bajos y medianos, lo que evidencia que es un reto compartido a nivel global.

La buena noticia es que se trata de una problemática que sí puede prevenirse. Existen intervenciones efectivas, de bajo costo y con evidencia científica que, aplicadas a tiempo, reducen el riesgo. Pero para que estas medidas realmente funcionen, deben impulsarse desde una visión integral y multisectorial que involucre a familias, escuelas, instituciones de salud, autoridades y sociedad civil.

En el caso de Sonora, de acuerdo con el INEGI, entre 2015 y 2023 se registraron 134 casos de suicidio en personas de 10 a 17 años. Los años con mayor incidencia fueron 2018 (22 casos), 2021 (19 casos) y 2020 (18 casos), que en conjunto representan casi la mitad (47.6%) de los suicidios en este periodo (Cuadro 1).

Dentro de estas cifras, se observa que la adolescencia es el grupo más vulnerable: el 76% de los casos correspondió a adolescentes de entre los 15 y 17 años, mientras que el 24% ocurrió en niñas y niños de 10 a 14 años. Estos números no son solo estadísticas, sino que reflejan historias de vida interrumpidas demasiado pronto y la urgencia de fortalecer los factores de protección.



Cuadro 1. Sonora. Defunciones por suicidio de personas de 10 a 17 años, según rango de edad, 2015 a 2023.

Año	Rango de edad				Total
	1 a 4	5 a 9	10 a 14	15 a 17	
2015	0	0	5	6	11
2016	0	0	2	12	14
2017	0	0	2	11	13
2018	0	0	8	14	22
2019	0	0	6	11	17
2020	0	0	2	16	18
2021	0	0	2	17	19
2022	0	0	2	7	9
2023	0	0	2	9	11
Total	0	0	32	103	135

Fuente: elaboración propia con información de Estadísticas de Mortalidad, INEGI.

Otro dato importante es que, dentro del total de suicidios, 7 de cada 10 casos correspondió a hombres (72%), mientras que 28% se presentó en mujeres (Cuadro 2). Estas cifras evidencian la vulnerabilidad de los hombres ante esta problemática y la importancia de comprender los factores que pueden influir en estas situaciones.

Cuadro 2. Sonora. Defunciones por suicidio de personas de 10 a 17 años, según sexo, 2015 a 2023.

Año	Sexo		Total
	Hombre	Mujer	
2015	9	2	11
2016	5	9	14
2017	11	2	13
2018	16	6	22
2019	15	2	17
2020	16	2	18
2021	10	9	19
2022	8	1	9
2023	6	5	11
Total	96	38	134

Fuente: elaboración propia con información de Estadísticas de Mortalidad, INEGI.

El suicidio en menores de edad es una realidad compleja y multifactorial. No se trata únicamente de situaciones individuales, sino de un entramado de circunstancias personales, familiares y sociales. Por ello, la identificación temprana de señales de riesgo, así como la existencia de redes de apoyo accesibles y confiables, son claves para atender y prevenir esta problemática que afecta de manera directa el presente y futuro de niñas, niños y adolescentes.



ENTREVISTA

Abordamos este tema con la intención de visibilizar la importancia de la salud mental en niñas, niños y adolescentes. Entrevistamos a la Doctora en Ciencias para la Familia, **Olimpia Salazar Serrano (OSS)**, licenciada en Psicología con especialidad en Psicología Clínica y maestría en Educación Familiar. Ha trabajado como psicóloga de atención al paciente psiquiátrico en el Hospital Psiquiátrico Cruz del Norte, fue coordinadora de Programas de Atención a Niños en Situación de Calle y Adicciones en DIF Hermosillo y actualmente es responsable del Centro de Atención Telefónica de Intervención en Crisis (CATIC) de la Universidad de Sonora.

FNGS: ¿Cuáles son las principales señales de alerta que madres, padres y docentes pueden identificar en niñas, niños y adolescentes para detectar a tiempo un posible riesgo de suicidio?

OSS: Podemos diferenciar dos conceptos importantes: los factores de riesgo y los factores de alerta. Los factores de riesgo son todos aquellos elementos que aumentan la probabilidad de que aparezca una conducta suicida, la cual puede manifestarse a través de pensamientos, ideas o creencias relacionadas con la muerte autoinfligida. En la mayoría de los casos, la intención no es terminar con la vida, sino con el sufrimiento. Por su parte, los factores de alerta aparecen cuando varios de estos riesgos se combinan, generando una situación de alta vulnerabilidad que requiere atención inmediata.

A nivel individual, los factores más relevantes incluyen la presencia de trastornos de salud mental como depresión, ansiedad o TDAH, especialmente cuando existe un manejo inadecuado o una mala adherencia al tratamiento. También influyen las dificultades en el manejo de emociones, la impulsividad, las limitadas habilidades para afrontar problemas de la vida diaria, la existencia de intentos previos de suicidio y las crisis emocionales no resueltas.

En el ámbito familiar, encontramos como factores de riesgo el consumo de sustancias por parte de los padres, la negligencia en el cuidado, los antecedentes psiquiátricos en la familia, la violencia intrafamiliar y las dinámicas disfuncionales. Finalmente, a nivel comunitario y social, impactan situaciones como el bullying, la violencia sexual, la violencia comunitaria, la pobreza, la desigualdad, el poco acceso a servicios de salud mental y la exposición constante a entornos violentos. Cuando estos factores convergen en los distintos niveles —individual, familiar, comunitario y social— aumentan significativamente las probabilidades de que aparezca una conducta suicida.

FNGS: ¿Qué medidas preventivas pueden tomar las familias en el día a día para fortalecer la salud emocional de sus hijas e hijos y reducir la posibilidad de conductas suicidas?

OSS: La prevención comienza en el hogar, con una familia funcional que brinde atención y cuidados basados en el respeto y la empatía. Es fundamental que madres, padres y cuidadores atiendan las necesidades emocionales de niñas, niños y adolescentes, fomenten el apego y construyan relaciones afectivas estables y de confianza.

La comunicación debe ser efectiva y afectiva, con escucha activa, validación emocional y sin emitir juicios que puedan generar inseguridad o rechazo. Asimismo, es necesario aceptar a cada hijo o hija tal como es, con sus características, habilidades y formas de ser, evitando comparaciones y expectativas irreales. Reconocer y apreciar su valor como personas, independientemente de los logros académicos o sociales, fortalece su identidad y autoestima.

Estos elementos son fundamentales para su desarrollo emocional y se convierten en factores protectores que reducen el riesgo de conductas autodestructivas.

FNGS: ¿De qué manera podemos acompañar y guiar a niñas, niños y adolescentes cuando expresan tristeza profunda, desesperanza o incluso pensamientos relacionados con la muerte?

OSS: La base para un acompañamiento adecuado es contar con adultos funcionales y emocionalmente sanos. Madres, padres y cuidadores deben ser capaces de manejar sus propias emociones, resolver conflictos de manera pacífica y crear entornos de respeto y armonía.

Cuando niñas, niños o adolescentes expresan tristeza profunda o pensamientos relacionados con la muerte, es fundamental acompañarlos con amor, brindarles espacios seguros para hablar de lo que sienten y, cuando sea necesario, buscar apoyo profesional de psicólogos o psiquiatras.

Además, es importante enseñar estrategias para manejar emociones y resolver problemas de manera saludable, evitando que la impulsividad, la violencia o el aislamiento se conviertan en respuestas al sufrimiento emocional. Este acompañamiento cercano, afectivo y oportuno es clave para prevenir situaciones de riesgo.

FNGS: ¿Qué acciones concretas deben implementarse en las escuelas para crear entornos seguros, de confianza y prevención frente al suicidio y las autolesiones?

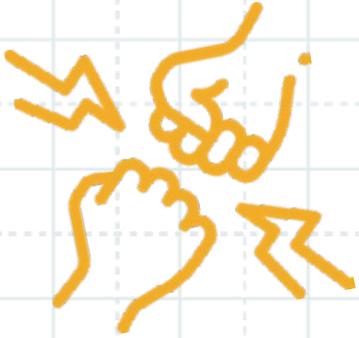
OSS: Las escuelas deben aplicar y difundir de manera efectiva los protocolos oficiales de prevención, tanto para casos de bullying como para situaciones de riesgo en salud mental. Es necesario capacitar a docentes y personal escolar en la detección de señales de riesgo y establecer canales claros para reportar a las familias y a las autoridades competentes cualquier indicio de violencia, autolesiones o ideación suicida.

Asimismo, las instituciones educativas deben promover campañas y actividades enfocadas en el autocuidado, la salud mental, la expresión emocional, la resolución pacífica de conflictos y la construcción de redes de apoyo. Las escuelas, en coordinación con las familias y los servicios de salud, tienen un papel fundamental en la prevención y detección temprana de estas problemáticas.

FNGS: ¿Qué papel le corresponde al Estado y a los sistemas de salud en la prevención del suicidio, y qué políticas públicas considera urgentes para atender esta realidad en niñas, niños y adolescentes?

OSS: El Estado debe garantizar acceso oportuno, gratuito y de calidad a servicios de salud mental. Actualmente enfrentamos una reducción de estos servicios, hospitales públicos saturados y una grave falta de especialistas en psiquiatría infantil, además de la inexistencia de espacios de hospitalización adecuados para menores.

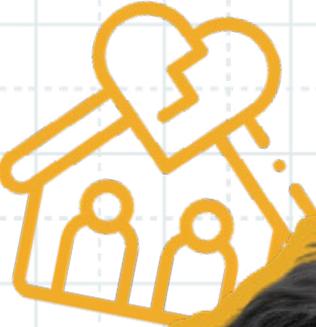
Es urgente que las autoridades implementen protocolos de atención inmediata en hospitales y centros de salud, asignen más recursos para programas de prevención y tratamiento en infancia y adolescencia, y capaciten a profesionales en salud mental para aumentar la cobertura de servicios. También es necesario integrar campañas de educación emocional y prevención del suicidio en escuelas y comunidades, articulando los esfuerzos del sistema educativo, el sector salud, las familias y las organizaciones civiles. La prevención del suicidio requiere un compromiso multisectorial, sostenido y coordinado.



SÍNTOMAS Y FACTORES DE RIESGO DE SUICIDIO



EN NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES



De acuerdo con Comunicación, infancia y adolescencia: Guías para periodistas de UNICEF³, la población menor de edad en riesgo de suicidio puede presentar vulnerabilidades psicológicas o mentales derivadas de distintos factores. Es importante subrayar que la presencia de alguno de ellos no significa necesariamente que se produzca un suicidio, pero sí son señales que deben atenderse con sensibilidad y cuidado, ya que muestran que se podría estar atravesando una situación de riesgo.

Factores de riesgo más comunes:

- **Problemas familiares graves:** violencia, agresividad o abuso sexual.
- **Dificultades en la escuela:** bajas calificaciones, rechazo del grupo de compañeros, bullying o acoso escolar (incluyendo burlas y agresiones).
- **Conflictos relacionados con** la identidad sexual y miedo a la reacción familiar.

Síntomas a los que prestar atención

- 
- Tristeza persistente y sentimientos de soledad (posibles signos de depresión).
 - Desgano, desinterés y aislamiento.
 - Irritabilidad o reacciones emocionales intensas como manifestación de depresión.
 - Cambios notorios en los hábitos de alimentación (pérdida o aumento de apetito).
 - Trastornos del sueño (dificultad para dormir o dormir en exceso).
 - Antecedentes de intentos previos de suicidio.
- 
- 

³ UNICEF: <https://www.unicef.org/argentina/media/1536/file/suicidio.pdf>



RECOMENDACIONES PARA FAMILIAS EN LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

La familia es el primer espacio de cuidado, confianza y construcción de sentido para niñas, niños y adolescentes. Desde el hogar se pueden fortalecer factores de protección que ayuden a enfrentar las dificultades propias de esta etapa y reduzcan los riesgos asociados a la violencia autoinfligida. A continuación, se presentan cinco recomendaciones prácticas:

- **Fomentar habilidades sociales y redes de apoyo:** Ayudar a que las y los adolescentes desarrollen habilidades para convivir, comunicarse y participar en grupos escolares y comunitarios de forma positiva. Sentirse parte de un grupo disminuye la sensación de soledad y fortalece la valoración de la vida. 
- **Reforzar la confianza en sí mismos:** Reconocer sus logros, aunque sean pequeños, y acompañarlos en los fracasos resaltando las lecciones aprendidas, sin críticas destructivas ni humillaciones. La confianza se construye día a día, mostrando que los errores son parte natural del crecimiento. 
- **Promover la autonomía con responsabilidad:** Enseñarles que tienen capacidad de decidir sobre su vida, acompañando sus elecciones con límites claros y diálogo abierto. Esto les ayuda a desarrollar autocontrol, adaptabilidad y sentido de responsabilidad frente a sus decisiones. 
- **Cuidar el bienestar emocional y la perseverancia:** Estimular la persistencia y la capacidad de levantarse ante las dificultades, manteniendo un ánimo razonablemente positivo en casa. La forma en que las familias enfrentan los problemas se convierte en un modelo de aprendizaje para hijas e hijos. 
- **Fortalecer los lazos familiares y sociales:** Mantener el diálogo abierto, compartir tiempo en familia y promover espacios de integración social. Un adolescente con vínculos sólidos y un sentido de pertenencia encuentra razones para vivir y afrontar mejor los mensajes individualistas y fragmentados de la sociedad de consumo. 

RECOMENDACIONES Y POSICIONAMIENTO

Desde **Fundación Nueva Generación Sonora** reafirmamos nuestro compromiso con la protección del derecho de niñas, niños y adolescentes a crecer en entornos seguros, acompañados y libres de violencias. El cuidado de la salud mental y la prevención del suicidio involucra a familias, escuelas, instituciones de salud, organizaciones civiles y autoridades. Es urgente asumir la responsabilidad de acompañar, prevenir y generar redes de apoyo para que nuestras niñas, niños y adolescentes encuentren motivos para vivir y proyectos de futuro.

En este sentido, proponemos seis acciones prioritarias para la prevención, atención y acompañamiento frente al suicidio en niñas, niños y adolescentes:



- **Promover una cultura del cuidado y la escucha:** Crear hogares, escuelas y comunidades donde las y los adolescentes se sientan escuchados y comprendidos, sin juicios ni estigmas.



- **Fortalecer los lazos familiares y comunitarios:** Impulsar relaciones sólidas y un sentido de pertenencia, pues la integración social es un factor clave de protección frente al suicidio.



- **Capacitar a familias, docentes y personal de salud:** Brindar herramientas para reconocer señales de riesgo, actuar de forma adecuada y acudir a tiempo a servicios especializados.

- **Garantizar acceso a servicios de salud mental con enfoque de derechos:** Asegurar atención accesible, integral, continua y sin discriminación para niñas, niños y adolescentes en crisis.



- **Destinar recursos y capacidades específicas en los sistemas de salud:** Invertir en infraestructura, personal especializado y programas preventivos que fortalezcan la detección temprana, el acompañamiento y la intervención oportuna.

- **Impulsar acciones multisectoriales y sostenidas:** Coordinar esfuerzos entre gobierno, sociedad civil, escuelas, familias y comunidades, entendiendo que la prevención del suicidio es un compromiso colectivo.

Desde nuestro espacio seguiremos articulando esfuerzos con familias, escuelas y organizaciones aliadas para que cada niña, niño y adolescente crezca en comunidades donde jugar sea una experiencia plena, segura y transformadora.

En **Fundación Nueva Generación Sonora** queremos que más niños, niñas y adolescentes **conozcan sus derechos**

¡Seguimos trabajando!



MICHELLE LUCERO BARRÓN
Directora de la Fundación Nueva Generación Sonora

EN CONTACTO

¿Conoces a un niño, niña o adolescente que se encuentra en riesgo?

Repórtalo al número de emergencia

 9-1-1



FUNDACIÓN
Nueva
Generación
SONORA

Programa
Abriendo
Futuro

¡Visítanos en nuestras redes sociales,
comenta y comparte!



@FNGSonora

<http://www.fngsonora.com/>

¡GRACIAS A NUESTROS ALIADOS!



Comité Ciudadano de
Seguridad Pública Sonora



Comité Ciudadano de
Seguridad Pública Hermosillo

