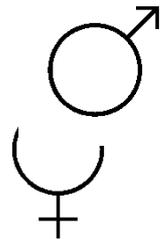




La condición de varón es un factor de riesgo de gran importancia para el suicidio. Es un sector poblacional que reúne factores biológicos, socioculturales y de oportunidad que los hacen especialmente vulnerables al suicidio.

Contribuyen a ello factores como la impulsividad y mayor agresividad, pero siempre en interacción con variables de índole sociocultural, donde se encuentra la asignación de roles y estereotipos de masculinidad. Las expectativas sociales pueden disuadir a los hombres de buscar ayuda cuando se enfrentan a adversidades y, en cambio, pueden llevarlos a adoptar estrategias de afrontamiento destructivas. Todo ello expone a los hombres a un mayor riesgo de consumo de sustancias, conductas de riesgo, ira y frustración y al suicidio.

Existen diferencias de género en la conducta suicida. La llamada **paradoja del sexo** señala que las mujeres realizan más intentos de suicidio, pero los hombres fallecen tres veces más que ellas, en la mayoría de las sociedades desarrolladas. Contribuye a ello que los hombres realizan intentos más graves y, además, eligen métodos más letales.



Las **señales de alarma** pueden ser: cualquier cambio significativo en el comportamiento que indique una pérdida de interés en actividades relacionadas con el disfrute y la desconexión, los cambios bruscos de hábitos, la sobreingesta de alcohol o drogas, la irritabilidad e ira, la asunción de riesgos y ambivalencia por las consecuencias de éstos. Así mismo, la negación de emociones, los comentarios despreocupados o inusuales de desesperanza o expresión de sentimientos de ser una carga para los demás.

Como sociedad, debemos mejorar en el acercamiento a los hombres por medio de la facilitación de la expresión de emociones y la búsqueda de ayuda.

