



Suicidio

Un tema del que hay que hablar

Dice el mito que **hablar sobre el suicidio fomenta que ocurra** o que quien manifiesta que quiere quitarse la vida **no lo hace**. Estas dos leyendas urbanas **son falsas**, según concluye la **Organización Mundial de la Salud**.



Precisamente, **hablar a tiempo ayuda a prevenir**, detectar, atender y hacer seguimiento a la conducta suicida.

Pero ¿qué es la conducta suicida?

Son los **pensamientos o comportamientos que llevan al acto** de quitarse la vida intencionalmente. **Encontramos 3 categorías:**



1

Ideación:

deseo de ponerle fin a la vida. Puede ser pasiva (sin plan) o activa (con planes concretos o detallados).

2

Intento suicida:

acto no habitual con resultado no letal que realiza la persona, para autolesionarse sin que otros intervengan. También puede ser ocasionado por tomar medicamentos en dosis mayores a las reconocidas como terapéuticas.

3

Suicidio:

es el acto deliberado de quitarse la vida con expectativa de un desenlace fatal.

Datos en Colombia y el mundo

6,59 casos por cada **100.000** habitantes.

3.195 muertes en el 2023.

Promedio diario: alrededor de **8 casos**.

En 10 años (2014–2023), aumento del **41,22 %**.

Fuente: Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (INMLCF) e Instituto Nacional de Salud (INS).



726.000 personas mueren cada año.

Una muerte cada **40** segundos

3ª causa de muerte entre personas de **15 a 29 años**

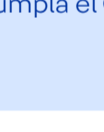
Fuente: OMS/OPS.

Aspectos relacionados con la norma

La **Resolución 347 de febrero de 2026** fue formulada para **proteger la vida** al crear un **protocolo nacional llamado Código Dorado**, que articula al sistema de salud y a los actores comunitarios, en torno a la prevención, detección, atención y el seguimiento a las conductas suicidas.

Conozcamos cuáles son las **responsabilidades de 4 actores** del sistema:

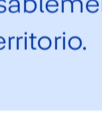
1



Entes territoriales

- Diseñar estrategias territoriales.
- Operar líneas de atención.
- Capacitar actores comunitarios.
- Garantizar activación comunitaria.
- Coordinar primeros respondientes.
- Implementar unidades de análisis.
- Supervisar que se cumpla el Código Dorado.

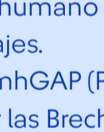
2



Empresas

- Adoptar protocolos internos.
- Capacitar en primeros auxilios psicológicos.
- Fortalecer la promoción de salud mental.
- Prevenir violencias y discriminación.
- Garantizar acompañamiento y remisiones oportunas.
- Comunicar responsablemente.
- Articularse con el territorio.

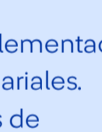
3



EPS

- Garantizar la continuidad del cuidado.
- Capacitar al talento humano e implementar tamizajes.
- Aplicar el estándar mhGAP (Programa de Acción para Superar las Brechas en Salud Mental).
- Desarrollar actividades de promoción y prevención.
- Adaptar acciones con enfoque diferencial.
- Asegurar acceso prioritario en salud mental.

4

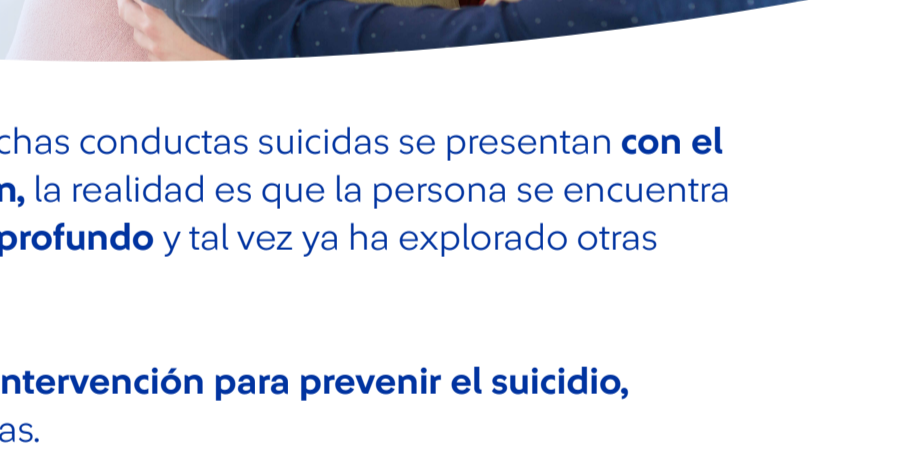


ARL

- Apoyar formación en primeros auxilios psicológicos.
- Asesorar en la implementación de protocolos empresariales.
- Promover acciones de salud mental.
- Articularse territorialmente y orientar seguimiento de trabajadores afectados.



Acciones preventivas



Si bien otro mito dice que muchas conductas suicidas se presentan **con el objetivo de llamar la atención**, la realidad es que la persona se encuentra en un **estado de sufrimiento profundo** y tal vez ya ha explorado otras salidas.

Presentamos varias **ideas de intervención para prevenir el suicidio**, según las conductas específicas.



Ideación, intento y suicidio consumado

¿Qué hacer? Prevenir integralmente todas las manifestaciones de la conducta suicida, desde pensamientos hasta intentos y muertes.



Violencias

¿Qué hacer? Poner el foco en violencia física, psicológica, sexual, intrafamiliar y basada en género.



Discriminación por orientación sexual e identidad de género

¿Qué hacer? Evitar el estigma y la exclusión hacia personas diversas.



Consumo de alcohol y sustancias psicoactivas

¿Qué hacer? Reducir la exposición, retrasar la edad de inicio de consumo y disminuir riesgos asociados a la ingesta.



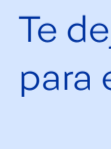
Acceso a medios letales

¿Qué hacer? Controlar acceso a armas, tóxicos, medicamentos y puntos críticos, como puentes y edificios.



Estigma y autoestigma en salud mental

¿Qué hacer? Disminuir prejuicios sociales y personales que limitan la búsqueda de ayuda.



Barreras de acceso a servicios de salud

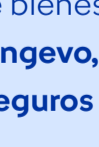
¿Qué hacer? Evitar demoras, trámites innecesarios, negaciones y falta de continuidad en la atención.

¿Cómo te acompañamos?

En **ARL SURA** estamos contigo, apoyándote a ti y a tu grupo de trabajo en la creación de **ambientes laborales sanos y seguros**.

Te dejamos 5 enlaces con **contenidos especializados en salud mental**, para el bienestar de tu equipo.

6



Actividades de bienestar en la **plataforma Longevo**, incluida en la **App Seguros SURA**

CLIC AQUÍ

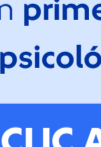
1



Sitio especializado en gestión **psicosocial y salud mental**.

CLIC AQUÍ

2



Guía en **primeros auxilios psicológicos**

CLIC AQUÍ

5



Cursos en el Colegio de **gestión del riesgo**

CLIC AQUÍ

4



Videos en nuestro **canal de YouTube**

CLIC AQUÍ

3



Oferta educativa presencial y virtual **Educate con SURA**

CLIC AQUÍ



Estamos **para ti**

Línea nacional: 01 8000 511 414, opciones 1 y 4.

Línea fija Medellín: 604 444 4578, opciones 1 y 4.

Línea WhatsApp: 315 275 7888. Sigue estas opciones: autorización tratamiento de datos/ARL SURA/personas/salud mental*.

* También puedes ingresar por la opción Urgencias en salud/salud mental.



Si quieres leer el contenido completo de la **Resolución 347 de 2026** haz **CLIC AQUÍ**

