

Contraste entre patrones de género en el comportamiento suicida

Contrast between gender patterns in suicidal behavior

Vanessa Vázquez Méndez¹ <https://orcid.org/0009-0005-2505-6240>

Oliverio Leonel Linares Olivas^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-2970-7213>

María del Rocío Guzmán Benavente¹ <https://orcid.org/0000-0002-2889-5366>

¹Universidad Juárez del Estado de Durango, Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana

*Autor para correspondencia: leonel@ujed.mx

Sección: Artículos

Recibido: 6 de abril de 2025 / Aceptado: 24 de abril de 2025 / Publicado: 26 mayo 2025

Resumen

El presente artículo de revisión analiza el impacto de los patrones de género en el comportamiento suicida mediante una aproximación crítica. Se revisaron 22 textos para identificar cómo las diferencias en las adversidades influyen en las dinámicas y desencadenantes del suicidio. Los resultados evidencian que el suicidio está mediado por normas culturales y de género que afectan su percepción y expresión. Se destacan diferencias en métodos y motivaciones entre hombres y mujeres. Se concluye la necesidad de estrategias de prevención e intervención sensibles al género que superen enfoques androcentristas para mejorar su efectividad y abordar las desigualdades estructurales.

Palabras clave: Conducta suicida, Género, Cultura.

Abstract

This review article analyzes the impact of gender patterns on suicidal behavior using a critical approach. Twenty-two texts were reviewed to identify how differences in adversities influence the dynamics and triggers suicide. The results show that suicide is mediated by cultural and gender norms, affecting its perception and expression. Differences in methods and motivations between men and women are highlighted. The study concludes that gender-sensitive prevention and intervention strategies are needed, moving beyond androcentric approaches to improve effectiveness and address structural inequalities.

Keywords: Suicidal behavior, Gender, Culture.

Introducción

El suicidio, definido en la literatura científica como un acto consciente y voluntario de poner fin a la propia vida, es un fenómeno complejo que no ocurre de manera repentina, sino que se desarrolla en varias fases: la ideación suicida (que comprende pensamientos sobre la muerte), luego la planificación y el intento de suicidio, que es la acción deliberada de atentar contra la propia vida. Shneidman (2004) ha sido fundamental para la comprensión de este proceso, ya que sus estudios sobre la clasificación y taxonomía del suicidio han permitido identificar los factores subyacentes que lo motivan. Su análisis de las notas suicidas constituye un aporte clave, pues estas pueden proporcionar información crucial sobre los pensamientos y emociones que preceden al acto suicida.

El suicidio es una de las principales causas de muerte a nivel mundial (Ritchie et al., 2015 citado en Lasso et al., 2023). En gran parte de América Latina, particularmente México y Brasil, es la principal causa de muerte en personas entre 15 y 49 años (Ritchie et al., 2018 citado en Laso et al., 2023).

Los datos internacionales disponibles indican que las mujeres presentan tasas más elevadas de conductas suicidas no fatales, mientras que los hombres registran una mayor mortalidad por suicidio. Este fenómeno fue denominado por Canetto y Sakinofsky (1998) como la "paradoja de género del comportamiento suicida". A menudo, esta diferencia se interpreta como una manifestación de características innatas, universales e inmutables entre mujeres y hombres. No obstante, existen numerosas excepciones a este patrón, las cuales pueden observarse en distintos contextos nacionales, grupos étnicos, ámbitos profesionales y en ciertos rangos de edad. Estas variaciones sugieren que los factores culturales juegan un papel clave en la epidemiología del comportamiento suicida según el género (Canetto & Lester, 1998).

Existen múltiples modelos y teorías que abordan el suicidio, uno de ellos es el de Emile Durkheim, considerado el pionero por poner sobre la mesa la perspectiva sociológica del fenómeno. Con su obra *El suicidio*, publicada en 1897, fija una propuesta tipológica que abarca desde el egoísta hasta el altruista incluyendo el anímico y el fatalista. Es una obra que busca la relación entre la cultura, lo innato y lo adquirido, para dar pie a la comprensión de este hecho con una mirada que contempla factores externos y no solo una dinámica intrapsíquica. Con ello realza la importancia del carácter social que adquiere el suicidio y la posibilidad del reconocimiento de la influencia de género en ese posible acto.

El objetivo de este artículo de revisión es buscar estudios del impacto de los patrones de género entre mujeres y hombres, identificando la relación que existe con el comportamiento suicida. A través de una aproximación crítica, se busca

literatura que evidencie cómo las diferencias en las adversidades enfrentadas por cada grupo influyen en la dinámica, sus desencadenantes y el sentido del suicidio. Asimismo, el estudio pretende resaltar la importancia de diseñar estrategias de prevención e intervención que considere las disparidades y necesidades de cada género, superando un enfoque positivista y androcentrista que podría limitar la efectividad de las acciones preventivas.

Material y métodos

Este trabajo es de corte documental y recopila lecturas de documentos, revistas, libros, memorias de eventos, entre otros. Representa una forma de observación presente en el análisis de datos, su identificación, selección y articulación con el objeto de estudio, respondiendo, asimismo, algunas de las consideraciones que supone escribir un artículo de revisión (Vera, 2009). Esta metodología contribuye a delimitar el objeto de investigación, consolidando referencias teóricas mediante la integración de distintos autores, estableciendo, además, conexiones entre estudios previos, identificando sus similitudes y sus diferencias (Reyes y Carmona, 2020). Es por ello que, para fines de este estudio se revisaron 19 artículos de corte hemerográfico consultados en distintos repositorios científicos como se muestra en la Tabla 1.

Tabla 1
Matriz de revisión de la literatura

<i>Tipo de documento</i>	<i>Título</i>	<i>Justificación</i>	<i>Repositorio</i>
Artículo	Gender, culture, and suicidal behavior.	Ofrece una visión sobre la estructuración cultural del suicidio	Sage Journals
Artículo	Entre la culpa y la vergüenza: Una aproximación al suicidio desde una perspectiva de género en clave emocional	Señala una aproximación emocional que se vive en el suicidio gracias al rol género	Dialnet
Artículo	Language, culture, gender, and intersectionalities in suicide theory, research, and prevention: challenges and changes	Define el guion cultural del suicidio en relación con el género	Wiley Online Library
Artículo	Gender roles, suicide attempts, and substance abuse	Relaciona el patrón de género con la elección de un comportamiento suicida	Taylor & Francis Online
Artículo	Adversity over the life course: a comparison between women and men who died by suicide	Relaciona el rol de género con el estrés y cómo éste afecta de manera distinta a mujeres y hombres	Frontiers
Artículo	Help-seeking prior to male suicide: bereaved men perspectives.	Pone en contraste la búsqueda de ayuda en el género masculino, y por qué los diagnósticos resultan erróneos y por ende no se atiende al varón	Science Direct
Artículo	El mundo emocional de las mujeres con intento de suicidio. Perspectivas de investigación en educación física	Importancia a nivel epistemológico de las emociones en la fenomenología suicida	Facultad de Humanidad y Ciencias de la Educación
Artículo	Sociable, mentally disturbed women and angry, rejected men: cultural scripts for the suicidal behavior of women and men in the Austrian print media. Sex Roles	Ofrece un análisis de contenido desde una perspectiva lingüística sobre cómo se retrata el suicidio	Springer Science

Nota: Los documentos fueron seleccionados tomando en cuenta la relevancia de la información para el objeto de la investigación.

<i>Tipo de documento</i>	<i>Título</i>	<i>Justificación</i>	<i>Repositorio</i>
Capítulo de libro	Cuerpo, palabra y reconocimiento: narrativas sobre suicidio desde Chiapas	Relaciona el aumento de las tasas de suicidio con políticas neoliberales. Además establece una crítica sobre cómo se explica el suicidio en la actualidad	Google scholar
Capítulo de libro	Rekeying cultural scripts for youth suicide: how social networks facilitate suicide diffusion and suicide clusters following exposure to suicide. Society and mental health	Conocer la dinámica del guión suicida	Sage Journals
Artículo	Pensamiento e intento suicida en mujeres y su relación con la violencia de género	Ofrece una visión sobre la violencia y cómo se configura en el comportamiento suicida	Google scholar
Tesis doctoral	Diferencias de género en el adolescente con conducta suicida	Rol de género y su influencia en la conducta suicida	Google scholar
Artículo	México: el reto de ser mujer dentro de una estructura patriarcal	Utiliza la perspectiva de la mujer latina como herramienta para que exista el patriarcado	e-Revistes
Artículo	Diferencias de sexo, género y diferencia sexual.	Definición de género y el orden social masculino	Redalyc
Artículo	Why women are less likely than men to commit suicide	Argumenta sobre factores protectores que tienen las mujeres y su diferencia con los hombres frente al suicidio	Science Direct
Artículo	The social construction of gender and its influence on suicide: a review of the literature	Contribución a los discursos de género, como se articula la construcción social de género y define el modelo de masculinidad hegemónica	Science Direct
Artículo	El suicidio masculino: una cuestión de género	Relaciona el modelo de masculinidad hegemónica y su influencia en la conducta suicida	Google scholar
Capítulo de libro	The gender paradox in suicide	Explora la paradoja de género en el comportamiento suicida, en relación con la cultura	PubMed
Artículo	Los patrones de género y sus nuevas posibilidades	Cómo se construyen las bases ideológicas del patrón de género	Google scholar
Capítulo de libro	Disforia psicosocial y suicida: estudio piloto de la escala de malestar psicológico	Ayuda a construir la idea del eje común entre los actos suicidas, haciendo referencia a la disforia suicida como punto clave	Research Gate
Artículo	Crisis, what crisis? A feminist analysis of discourse on masculinities and suicide	Análisis del discurso progresista y conservador en el suicidio masculino de Reino Unido	Taylor & Francis

Nota: Los documentos fueron seleccionados tomando en cuenta la relevancia de la información para el objeto de la investigación.

Resultados y discusión

Para comprender el suicidio no basta con enfocarse únicamente en lo individual. La teoría interpersonal del suicidio (Joiner, 2005), ofrece una perspectiva integradora. Esta teoría plantea que factores como la depresión, la soledad, la falta de apoyo social, el desempleo o los intentos de suicidio previos, si bien no causan por sí solos el suicidio, pueden incrementar significativamente el riesgo cuando se combinan. Por ejemplo, una persona que se siente sola, está desempleada, ha padecido depresión y ha intentado suicidarse previamente enfrenta un riesgo mayor que alguien que enfrenta únicamente uno de estos factores.

Sin embargo, los factores no operan en un vacío: están profundamente influenciados por la cultura y el género. La cultura puede entenderse como un sistema compartido de símbolos y significados que orienta nuestras acciones, moldeando tanto la personalidad como las normas sociales (Parsons, 1984, citado en

Martínez y Díaz, 2021). En otras palabras, la sociedad nos transmite ideas sobre cómo debemos actuar, sentir y relacionarnos, en función de lo que se considera “normal” o “esperado” (López, 2015).

El género, por su parte, no se limita a una diferencia biológica entre mujeres y hombres, sino que se construye socialmente a través de ideas, representaciones y normas basadas en dicha diferencia (Lamas, 2000). Estas normas definen qué comportamientos, emociones y roles son apropiados para cada sexo. Además, “hacer género” implica realizar una serie de actividades, relaciones e interacciones socialmente guiadas que buscan encajar en las expectativas sociales de lo que significa ser hombre o mujer (West y Zimmerman, citado en Payne et al., 2008). Por ello, comprender el suicidio también exige analizar cómo las normas de género influyen en la salud mental y el acceso al apoyo emocional.

Tratar de entender el suicidio solo desde lo individual es insuficiente. Numerosos expertos en sociología, cultura y estudios de género coinciden en que el suicidio está profundamente condicionado por el entorno social y cultural. Por ejemplo, en muchas culturas se espera que los hombres no expresen emociones ni soliciten ayuda (Oliffe et al., 2020), lo que puede llevarlos a enfrentar el sufrimiento en silencio. En contraste, aunque las mujeres suelen hablar más abiertamente sobre su malestar, enfrentan otras presiones derivadas de los roles tradicionales de cuidado, que también afectan su salud mental (Laso et al., 2023). La perspectiva de género permite analizar cómo estas diferencias estructurales inciden en la forma en que hombres y mujeres experimentan el dolor emocional y cómo eso puede traducirse en conductas suicidas.

La investigación en psicología de género ha evidenciado que, aunque las mujeres piensan más en el suicidio e intentan quitarse la vida con mayor frecuencia, los hombres son quienes en mayor proporción lo consuman. Una explicación frecuente es que ellos recurren a métodos más letales, como armas de fuego o ahorcamiento, mientras que las mujeres utilizan medios menos violentos, como la sobredosis (Laso et al., 2023). No obstante, esta explicación resulta limitada si no se consideran los factores culturales y emocionales que influyen en la elección de método.

Desde la perspectiva feminista, se ha señalado que las expresiones de sufrimiento de las mujeres a menudo no se toman en serio. Sus pensamientos suicidas se interpretan a veces como intentos de manipulación o como llamados de atención, en lugar de señales reales de un profundo malestar. Esta percepción contribuye a que sus alertas se minimicen, dificultando el acceso a la ayuda que necesitan (Canetto, 1997). En un estudio se encontró que las mujeres se encontraban entre dos ideaciones. Por un lado, la muerte como descanso, una última bús-

queda de dignidad, justicia y libertad; y por otro lado, la fantasía de que su vida cambiaría de manera radical, y no costaría tanto vivir (Gómez, 2022).

La teoría de los guiones culturales del suicidio, propuesta por Canetto y Lester (1998), permite entender cómo las ideas sobre el suicidio varían según el género, la cultura y el contexto social. Existen expectativas sobre quién se suicida, cómo lo hace y por qué. En muchas culturas occidentales, por ejemplo, se considera más “comprensible” que un hombre se suicide tras perder su empleo o estatus social (Séguin et al., 2021), mientras que, en el caso de las mujeres, el suicidio se vincula más con problemas afectivos. Estas narrativas influyen tanto en la percepción social como en las formas en que las personas experimentan y expresan su dolor.

El suicidio, entonces, posee una fuerte carga simbólica que varía según el género. A los hombres se les socializa en ideales de autosuficiencia, fortaleza y control emocional, lo que dificulta el reconocimiento de su vulnerabilidad. En ese contexto, el suicidio puede surgir como una reacción extrema ante la percepción de fracaso o pérdida de sentido. Las mujeres, en cambio, suelen estar más familiarizadas con el lenguaje emocional y las redes de apoyo. Esto podría explicar por qué, aunque intentan suicidarse con mayor frecuencia, los hombres mueren más por esta causa: no porque uno de los géneros sufra más, sino porque las formas de enfrentar el sufrimiento son diferentes y están marcadas por el género.

Incluso la elección del método tiene una dimensión simbólica. Algunos métodos se consideran “masculinos” por ser más violentos y definitivos, mientras que otros se perciben como “femeninos”, más íntimos o menos invasivos. Esta asociación no es casual, sino producto de los mandatos culturales sobre cómo deben comportarse hombres y mujeres, incluso en sus decisiones más trágicas (Canetto, 1998). En contextos donde los métodos no están cargados de estos significados de género, las diferencias en la elección desaparecen.

Estas diferencias revelan que el suicidio no es solo un acto individual, sino también un fenómeno social cargado de significados. A través del método elegido se puede intentar comunicar desesperación, protesta o incluso cuidado hacia los demás. Por ejemplo, algunas mujeres optan por métodos menos traumáticos para evitar causar mayor dolor a sus seres queridos (Payne, 2008).

Otra dimensión clave es la construcción social del discurso sobre el suicidio. Si se adopta una visión simplista y dualista, se invisibilizan las múltiples masculinidades y feminidades posibles. En el Reino Unido, por ejemplo, el discurso de la “crisis de masculinidad” ha sido utilizado para explicar las diferencias en las tasas de suicidio. Este discurso se intensifica en momentos de rápidos cambios sociales o cuando los movimientos sociales desafían la desigualdad y la opresión (Jordan

& Chandler, 2018 y Acero, 2022). Existen dos narrativas principales: la conservadora y la progresista. La primera interpreta el suicidio masculino como una consecuencia de la amenaza a los roles de género tradicionales y propone regresar a ellos. La segunda, en cambio, argumenta que estas normas son dañinas para todos los géneros y que es necesario transformarlas para abordar eficazmente el suicidio masculino.

En este sentido, los conceptos de feminidad y masculinidad hegemónica ayudan a entender cómo se configuran los guiones del suicidio, estas creencias colectivas e implícitas sobre el significado y la permisibilidad del comportamiento suicida dentro de cada cultura (Eisenwort et al., 2014). La feminidad hegemónica socializa a las mujeres para anteponer las necesidades de los demás –hijos, pareja, familia– a las propias, relegándolas históricamente al ámbito privado y de cuidados, un espacio poco reconocido socialmente (Abrutyn, Mueller & Osborne, 2019). Esta situación dificulta que muchas mujeres identifiquen los daños que han sufrido, sobre todo cuando provienen de personas cercanas, lo que puede generar culpa y llevarlas al silencio.

Para los hombres, aceptar que fueron vulnerables puede percibirse como una amenaza a su identidad masculina. La masculinidad hegemónica exalta la fuerza y el autocontrol, lo que inhibe la expresión emocional y la búsqueda de ayuda (Payne, 2008). Esta presión contribuye a una escasa verbalización de malestar y una mayor propensión a conductas de riesgo, como el abuso de alcohol o agresividad (Murphy, 1998). Esto incrementa la letalidad de sus intentos suicidas y reduce las posibilidades de intervención. Estas conductas también se consideran como ritos simbólicos de aceptación masculina, se presentan como manifestaciones de virilidad o maneras de aumentarla (Canetto, 1991).

En el caso de las mujeres, la culpa actúa como una fuerza interior que las lleva a “corregir” su comportamiento, reforzando relaciones de dominación. Cuando piensan en el suicidio, muchas no lo llevan a cabo por el impacto emocional que causaría en sus seres queridos, y algunas incluso procuran que la escena sea lo menos traumática posible. La ideación suicida suele surgir en respuesta a violencias severas: abuso sexual, maltrato, acoso (Sanz, 2023). A menudo, estas violencias ocurren en el entorno íntimo, y las mujeres se sienten incapaces de alejarse, no solo por la dependencia económica o por los hijos, sino por el apego emocional o la culpa (Laso et al., 2023).

Por otro lado, los hombres suelen experimentar mayor presión en la esfera pública, donde se les exige demostrar constantemente su valía. Esta exigencia puede derivar en una desconexión emocional, lo cual agrava su vulnerabilidad.

Una dimensión central en el suicidio es la parte emocional que lo acompaña. Shneidman (1985) describe el suicidio como un intento de poner fin a un dolor psicológico insoportable, que no se limita a lo clínico, sino que tiene raíces existenciales. En las mujeres, este dolor puede estar relacionado con la sobrecarga de cuidados, la precariedad o la frustración de proyectos personales. En los hombres, con la presión de mantener una imagen de éxito sin mostrar vulnerabilidad.

Aquí emerge la disforia suicida, un estado de angustia caracterizado por desesperanza, culpa, rabia, ansiedad o insensibilidad. En los hombres tiende a externalizarse mediante violencia, adicciones o conductas de riesgo; en las mujeres, se internaliza como depresión, autolesión o intentos de suicidio. Estas diferencias no son biológicas, sino resultado de procesos sociales jerárquicos.

Por todo esto, incorporar la perspectiva de género en el análisis del suicidio es fundamental. Reconocer que mujeres y hombres sufren y piden ayuda de formas distintas es clave para desarrollar intervenciones más equitativas y eficaces. También implica transformar los modelos de atención para que sean sensibles a la diversidad emocional y cultural de las personas.

Comprender el suicidio desde una mirada cultural de género no minimiza su gravedad. Al contrario, permite reconocer su complejidad y diseñar respuestas más empáticas, inclusivas y transformadoras.

Conclusiones

El suicidio no puede entenderse solo desde lo individual o lo médico. Es también un fenómeno profundamente social y cultural, atravesado por las ideas que tenemos sobre el género. La forma en que las personas enfrentan el dolor emocional, expresan su sufrimiento o buscan ayuda está influida por los mandatos que la sociedad impone sobre lo que significa “ser hombre” o “ser mujer”. Estas normas de género, muchas veces invisibles, pero muy presentes, tienen un impacto directo en la manera en que las personas viven su malestar e incluso en cómo toman decisiones en situaciones extremas.

Por ejemplo, en muchos contextos culturales, se espera que los hombres sean fuertes, autosuficientes, y que no muestren debilidad. Esta idea de la “masculinidad hegemónica” refuerza la idea de que pedir ayuda o mostrar tristeza es sinónimo de fracaso. Como resultado, muchos hombres enfrentan su sufrimiento en silencio, lo que los hace más vulnerables al suicidio consumado. En cambio, las mujeres suelen ser socializadas desde niñas para cuidar de los demás, expresar emociones y buscar apoyo. Estas características pueden hacer que el sufrimiento femenino sea más visible, pero también corren el riesgo de ser desvalorizadas o interpretadas como “dramatismo” o “manipulación”. Además, las mujeres están

expuestas a múltiples formas de violencia –emocional, física, económica y sexual– que muchas veces no se consideran con suficiente seriedad como factores de riesgo para el suicidio. Su rol como cuidadoras también influye en la elección de métodos menos letales, ya que muchas veces se busca evitar causar daño a sus seres queridos, incluso en momentos de profundo dolor. Por lo tanto, la menor letalidad en los actos suicidas de las mujeres se puede explicar porque han sido menos familiarizadas en su vida cotidiana con actos violentos. En muchos casos, las mujeres comienzan con el acto suicida con el propósito de escapar del sufrimiento (Heatherton & Baumeister, 1991) más que con la intención directa de acabar con su vida. Un ejemplo de esto es el matrimonio. Para el caso de los hombres, estar casados funciona como un factor protector, porque en la construcción de género este hecho ofrece una integración emocional y social, por lo que, cuando sucede un divorcio, los hombres suelen estar más propensos al suicidio, ya que tienden a estar menos conectados socialmente. Como consecuencia, el divorcio se convierte en una prueba de fracaso, que los deja expuestos a juicios de aquellos que antes los respaldaban encubriendo sus errores, o que finalmente los confrontan con la vergüenza de la que siempre han tratado de escapar (Sánchez, 2021).

Estos patrones de comportamiento no son naturales ni biológicos: son aprendidos. Vienen de generaciones, de normas culturales que indican cómo deben comportarse hombres y mujeres frente a la adversidad. Por eso es un error pensar que las diferencias en las tasas de suicidio se deben a la “naturaleza” agresiva de los hombres o a la “fragilidad” emocional de las mujeres. Lo que en realidad vemos es el resultado de contextos sociales distintos, que condicionan tanto la expresión del sufrimiento como el acceso a ayuda y contención.

Históricamente, la investigación sobre el suicidio ha tenido un sesgo andocéntrico, es decir, ha centrado su mirada en la experiencia masculina como si fuera universal. Esto ha hecho que muchos factores relacionados con el género hayan sido ignorados. Por ejemplo, durante años se pensó que las mujeres eran menos propensas al suicidio consumado simplemente porque eran “menos agresivas”. Hoy sabemos que esto es una simplificación peligrosa que no toma en cuenta el peso de las normas sociales en la vida emocional.

También es importante considerar cómo reaccionan hombres y mujeres ante los programas de prevención del suicidio. Algunos estudios muestran que muchos hombres experimentan incomodidad o incluso rechazo cuando se les invita a hablar sobre sus emociones o a participar en estos espacios. Esto no significa necesariamente que los programas no funcionen, sino que pueden estar tocando fibras sensibles en torno a cómo se construye la masculinidad. Esta inco-

modidad puede ser una señal de que estamos comenzando a cuestionar estas normas rígidas. En ese sentido, es una oportunidad para profundizar, no para retroceder.

Por otro lado, las mujeres tienden a mostrar una actitud más receptiva hacia estos programas, lo que facilita el diálogo. Sin embargo, esto no garantiza que su riesgo de suicidio desaparezca. Por eso, es fundamental que los programas de prevención no se limiten a repetir discursos generales sobre la salud mental, sino que incorporen una mirada crítica sobre el género y el contexto cultural en el que viven las personas. No todas las mujeres viven la misma realidad ni todos los hombres enfrentan el sufrimiento de la misma manera. Hay diferencias importantes ligadas a la clase social, la edad, la orientación sexual, la pertenencia étnica y muchos otros factores que también deben tenerse en cuenta.

En definitiva, el suicidio es una problemática compleja que no debe ser abordada de manera aislada ni despolitizada. Requiere un enfoque integral que reconozca que las emociones no son privadas, sino sociales; que el sufrimiento no es un signo de debilidad, sino una señal de que algo no está funcionando en nuestro entorno. Si queremos prevenir el suicidio de forma efectiva, necesitamos transformar no solo las respuestas institucionales, sino también los imaginarios culturales sobre el género, el dolor y la vulnerabilidad.

Promover una sociedad mas justa, donde las personas puedan expresar sus sufrimiento sin miedo al juicio o al rechazo, es una forma concreta de cuidar la vida. Una sociedad donde ser hombre no signifique callar y aguantar, y donde ser mujer no implique cargar el dolor ajeno puede ser también una sociedad con menos suicidios. Para eso, hay que hablar, escuchar, y sobre todo, cuestionar las reglas no escritas que nos han enseñado cómo debemos sufrir y cómo debemos vivir.

Referencias

- Acero, M. (2022). Cuerpo, palabra y reconocimiento: narrativas sobre suicidio desde Chiapas. *Eikasía Revista de Filosofía*, (107), 197-218. <https://doi.org/10.57027/eikasias.107.304>
- Abrutyn, S., Mueller, A. S., & Osborne, M. (2019). Rekeying Cultural Scripts for Youth Suicide: How Social Networks Facilitate Suicide Diffusion and Suicide Clusters Following Exposure to Suicide. *Society And Mental Health*, 10(2), 112-135. <https://doi.org/10.1177/2156869319834063>
- Canetto, S. S. (1991). Gender roles, suicide attempts, and substance abuse. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 125(6), 605-620. <https://doi.org/10.1080/00223980.1991.10543323>
- Canetto, S. S., & Lester, D. (1998). Gender, Culture, and Suicidal Behavior. *Transcultural Psychiatry*, 35(2), 163-190. <https://doi.org/10.1177/136346159803500201>
- Canetto, S. S. (1997). Gender and suicidal behavior. Theories and evidence. In R.W. Maris, M. M. Silverman & S. S. Canetto (Eds.), *Review of suicidology*, 138-167. Guilford.

- Canetto, S. S., & Sakinofsky, I. (1998). The gender paradox in suicide. *Suicide & life-threatening behavior*, 28(1), 1-23. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9560163/>
- Eisenwort, B., Till, B., Hinterbuchinger, B., & Niederkrotenthaler, T. (2014). Sociable, Mentally Disturbed Women and Angry, Rejected Men: Cultural Scripts for the Suicidal Behavior of Women and Men in the Austrian Print Media. *Sex Roles*, 71(5-8), 246-260. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0395-3>
- Gómez, E. N. G. (2022). El mundo emocional de las mujeres con intento de suicidio. *Perspectivas de Investigación en Educación Física*, 1(2), e010. <https://doi.org/10.24215/29534372e010>
- Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin*, 110. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.86>
- Joiner, T. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Lamas, M., (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *Cuicuilco*, 7(18),0.
- Laso, E., Contreras, K. A. y Macías, L. K. (2023). Entre la culpa y la vergüenza: Una aproximación al suicidio desde una perspectiva de género en clave emocional. *Revista de Psicoterapia*, 34(124), 47-70. <https://doi.org/10.5944/rdp.v34i124.37048>
- López, A. 2015. Los patrones de género y sus nuevas posibilidades. *Ciencias*, 115-116, 80-83. <https://www.revistacienciasunam.com/images/stories/Articles/115/pdf/116B06.pdf>
- Martínez, F., y Díaz, E. (2021). México: el reto de ser mujer dentro de una estructura patriarcal. *Asparkia Investigación Feminista*, 38, 41-58. <https://doi.org/10.6035/asparkia.2021.38.3>
- Murphy, G. E. (1998). Why women are less likely than men to commit suicide. *Comprehensive Psychiatry*, 39(4), 165-175. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(98\)90057-8](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(98)90057-8)
- Oliffe, J. L., Broom, A., Rossnagel, E., Kelly, M. T., Affleck, W., & Rice, S. M. (2020). Help-seeking prior to male suicide: Bereaved men perspectives. *Social Science & Medicine*, 261, 1131173. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113173>
- Payne, S., Swami, V., & Stanistreet, D. L. (2008). The social construction of gender and its influence on suicide: a review of the literature. *Journal of Mens Health*, 5(1), 23-35. <https://doi.org/10.1016/j.jomh.2007.11.002>
- Reyes, L. & Carmona, F. A. (2020). *La investigación documental para la comprensión ontológica del objeto de estudio*. <https://bonga.unisimon.edu.co/server/api/core/bitstreams/2af35a4b-2abf-4f78-a550-0a4e4764e674/content>
- Sánchez, B. (2021). *Diferencias de género en el adolescente con conducta suicida* [Tesis doctoral, Universitat Autònoma de Barcelona].
- Sanz, A., Ruiz, V. (2023). Pensamiento e intento suicida en mujeres y su relación con la violencia de género. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 181, 81-100. <https://doi.org/10.5477/cis/reis.181.81>
- Séguin, M., Beauchamp, G., & Notredame, C. (2021). Adversity over the life course: a comparison between women and men who died by suicide. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.682637>
- Shneidman, E. (2004). *Autopsy of a suicidal mind*. Oxford University Press.
- Vera, O. (2009). Artículos de revisión: Cómo escribir artículos de revisión. *Rev. Med la Paz*, 15(1), 63-69. http://www.scielo.org.bo/pdf/rmcmlp/v15n1/v15n1_a10.pdf