

REDES SOCIALES PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO JUVENIL

SOCIAL NETWORKS FOR THE PREVENTION OF YOUTH SUICIDE

Saray Zafra Cremades

Criminóloga, doctoranda en Informática y técnica en prevención del suicidio en la Plataforma Life! de la Universidad de Alicante. Departamento de Lenguajes y Sistemas Informáticos (DLSI).

Universidad de Alicante. San Vicente del Raspeig. España.

E-mail: saray.zafra@ua.es ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0847-5399>

Recepción: 24/12/2018 **Aceptación:** 21/12/2018 **Publicación:** 28/06/2019

Citación sugerida:

Zafra Cremades, S. (2019). Redes sociales para la prevención del suicidio juvenil. *3C TIC. Cuadernos de desarrollo aplicados a las TIC*, 8(2), 54-69. doi: <http://dx.doi.org/10.17993/3ctic.2019.82.54-69>

RESUMEN

En una era marcada por las tecnologías de la Información y Comunicación; las redes sociales son el modo de comunicación más habitual entre jóvenes y no tan jóvenes. Nosotros, centrados en el primer grupo poblacional, hemos detectado que es en este medio donde más libremente expresan sus ideas sobre el mundo, situación personal y problemas relacionados con la salud mental. Por ello, a través de las redes sociales, puede desarrollarse un sistema basado en Inteligencia Artificial capaz de detectar el posible riesgo suicida de un post escrito en las mismas. Además, también es posible diseñar un sistema de detección de estos mensajes que se vaya retroalimentando y enseñando a sí mismo, lo que se conoce como Aprendizaje Automático. La tecnología, tiene mucho que decir en la prevención del suicidio.

PALABRAS CLAVE

Redes sociales, Prevención, Jóvenes, Salud mental.

ABSTRACT

In an era marked by Information and Communication Technologies; Social networks are the most common mode of communication between young and not so young. We, focused on the first population group, have detected that it is in this environment where they most freely express their ideas about the world, personal situation and problems related to mental health. Therefore, through social networks, a system based on Artificial Intelligence capable of detecting the possible suicidal risk of a post written in them can be developed. In addition, it is also possible to design a system for detecting these messages that is fed back and taught to oneself, which is known as Machine Learning. Technology has a lot to say in preventing suicide.

KEYWORDS

Social networks, Prevention, Youth, Mental health.

1. INTRODUCCIÓN

El suicidio es un imperativo global a tener en cuenta según la OMS (2018). Ya decía Albert Camus (1942) que éste es “un problema filosófico verdaderamente serio”.

Los últimos datos disponibles en nuestro país indican que mueren a causa de suicidio más de 3.600 personas al año de las cuales, el 74% son hombres (INE, 2018) (ver Gráfico 1). Las muertes por esta causa ya duplican a las acontecidas por accidentes de tráfico y en la población joven (15-29 años) es la primera causa de muerte no natural o externa (Confederación Salud Mental España, 2018). Pese a todos estos datos y las múltiples propuestas llevadas a cabo por colectivos como la Asociación DSAS (Asociación de Supervivientes Después del Suicidio), Sociedad Española de Suicidiología, La Barandilla.org y Red AIPIS (Red para la Asociación, Investigación, Prevención e Intervención del Suicidio), todavía no existe en firme un Plan Nacional de Prevención del Suicidio.

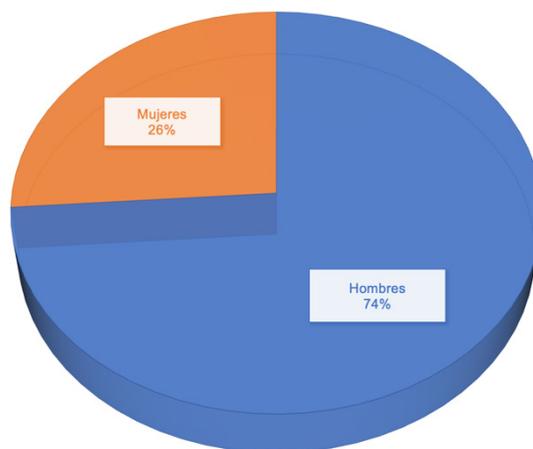


Gráfico 1. Datos del suicidio en España. Fuente: Instituto Nacional de Estadística, 2018.

Estamos ante un problema real, complejo y multifactorial que supone que al día mueran en España 10 personas, de las cuales, como ya adelantábamos, 7 son hombres y 3 mujeres (Confederación Salud Mental España, 2018).

Pese a que otros grupos y sectores poblacionales estén igualmente afectados como es el caso de los [Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado](#) y médicos, aquí nos centraremos en un colectivo especialmente vulnerable por razón de edad, recursos de afrontamiento y fenómenos asociados: los jóvenes.

En todo este entramado, las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) tienen mucho que decir al respecto, ya que pueden contribuir al desarrollo de un sistema capaz de detectar el suicidio en redes sociales. Como podrán imaginar, nos encontramos ante una tarea nada fácil y que requiere, no solo un esfuerzo personal de los investigadores y desarrolladores de éste, sino también, activar el debate dormido sobre esta realidad para que, entre todos, sociedad civil incluida, podamos ser agentes preventivos y evitar consecuencias irreversibles en nuestros jóvenes. La Organización Mundial de la Salud lo tiene claro, la prevención del suicidio es un trabajo en equipo.

2. DESARROLLO

El suicidio consiste en el acto de quitarse la propia vida y los últimos datos publicados a finales de este 2018 indican un aumento de un 3,5 % que, si bien puede parecer cuestión baladí, señalan algo muy significativo: todo lo que se está haciendo para su prevención, o no funciona, o no se está gestionando correctamente y, teniendo en cuenta el **efecto Werther** o Contagio, no es de extrañar que, si seguimos así, se vuelva a producir otro aumento.

Es por ello que, siendo la causa principal de muerte no natural en los jóvenes y coincidiendo con que éstos son el sector más activo en las redes sociales (IAB Spain, 2018) no es fácil imaginar que, es aquí, estos pueden expresar sus ideas libremente ya que es donde mayor tiempo pasan.

Con lo anterior mente, y echando mano de todas las ventajas que la tecnología puede ofrecernos, es posible desarrollar un sistema informático capaz de aprender de un lenguaje y grupo poblacional concreto, el suicidio en los jóvenes, en un ambiente muy preciso, las redes sociales.

Por ello, en este artículo hablaremos de: (i) situación del suicidio, especialmente el juvenil, en España, (ii) papel de las Redes Sociales en los jóvenes, así como la importancia de trabajar sobre ellas para la

prevención del Suicidio y (iii) desarrollo de un sistema capaz de aprender sobre el suicidio en Redes Sociales. También incidiremos en la necesidad de toma de conciencia y ruptura de tabú acerca de este fenómeno.

2.1. SUICIDIO, EL ETERNO TABÚ

Durante muchos años, se ha pensado que hablar sobre el suicidio genera un efecto contagio o imitación. Sin embargo, nada más lejos de la realidad, hablar de él de un modo correcto, sin caer en el morbo ni sensacionalismo, así como desmitificando determinados lugares y modo de realización, puede ayudar, y mucho, a su prevención. A esto se le conoce como **efecto Papageno** y toma su nombre de la famosa obra de Mozart *La flauta mágica*; si algunos personajes no hubieran creído en la capacidad de este para salir de su angustia y recuperar a su amada mediante sus propias habilidades, este jamás lo hubiera conseguido. Aplicado al fenómeno del suicidio, mostrar en los medios de comunicación, casos de personas que han superado las ideaciones suicidas o están en ello, así como episodios depresivos, ayuda, no solo a estas, sino a los que puedan estar pasando por la misma situación indicándoles que ellos también pueden conseguirlo, que no están solos. No obstante, también está el **efecto Pigmalión** y que debemos fomentar en nuestros jóvenes y es que la autoestima y confianza en uno mismo para salir de una determinada situación en un momento concreto, también puede ser la clave.

No obstante, los supervivientes, es decir, aquellos familiares de suicidas, también podrían generar ambos efectos por ser un pilar básico en la lucha contra la culpabilidad y estigma asociado a la salud mental. Ellos, ya no tienen a sus familiares, pero desean y trabajan diariamente para que otros, dejen atrás los convencionalismos sociales, y ayuden a sus seres más queridos.

Pese a todo esto, algunos medios de comunicación carecen de información suficiente sobre como hablar sobre estas cuestiones y optan por dos vías: (i) hablar incorrectamente o (ii) hablar desde el sensacionalismo más absoluto, incumpliendo así el material elaborado por la Organización Mundial de la Salud al respecto (2014) y que, por cierto, todavía no ha sido actualizado.

Hay que hablar sobre él, pero no vale cualquier cosa, y hay que concienciar a los usuarios sobre como poder informar si detectan “algo extraño” relacionado con familiares y/o amigos cercanos

o incluso al mismo centro de ayuda de la red social que estén usando en el momento concreto. Sin información, y sin herramientas, la sociedad no puede ni detectar, ni desterrar falsos mitos ni hacer todo lo posible por ayudar a otros.

Es necesario comprender que, quien escribe “la vida es un vacío constante”, “me quiero morir”, “ya no puedo vivir así” (Zafra, 2017) en Redes Sociales lo que no quiere es llamar la atención, simplemente desea acabar con su sufrimiento, hastío y sensación de vacío. Escribir en un medio así, les puede hacer, o mucho bien, porque se puede iniciar la acción social y prevenir o, bastante mal, porque hay gente que se dedica a instigar a otros a que cometan suicidio simplemente por diversión. Pero, como decíamos antes, sino se sabe como actuar ante esos casos, es complicado que alguien pueda hacer algo al respecto o que plataformas y empresas desarrollen algo destinado a su prevención.

Sino se sabe como actuar ante esos casos, es complicado que alguien pueda hacer algo al respecto o que plataformas y empresas desarrollen algo destinado a su prevención.

2.2. LAS REDES SOCIALES ¿SON NUESTRO ENEMIGO?

Las Redes Sociales han desplazado a los tradicionales modos de comunicación entre los jóvenes y no tan jóvenes. Difícilmente solemos salir de casa sin nuestro Smartphone y sin una batería externa u otros recursos para estar conectados casi a tiempo real con todos nuestros followers y amigos virtuales. Además, el 99% de los jóvenes españoles accede a Internet a diario (Ditrendia, 2017) y son los que más tiempo pasan en redes sociales (INE, 2017).

Pese a ello y las posibles adicciones que la mismas pueden generar (*nomofobia*, *gambling online*, etc.), éstas, también poseen una serie de bondades como por ejemplo poder conectar con una red de personas con aficiones similares o incluso con amigos y seres queridos que se encuentren viviendo lejos.

Además, podemos aprender mucho de ellas, y es que el modo de expresarse en éstas es totalmente distinto del físico ya que, con el carácter unipersonal que las mismas otorgan, es mucho más fácil decir lo que uno piensa sin que haya otra persona confrontando miradas.

En el fenómeno del suicidio, las redes sociales pueden participar de tres modos: (i) red de apoyo suicida, (ii), agente de cambio y de protección, (iii) agente instigador.

- Red de apoyo suicida: Sujetos con ideación suicida pueden encontrar una red que apoye sus ideaciones, ya sea porque las comparta o porque simplemente sienta curiosidad por la cuestión.

Aquí, situamos a los grupos privados de Facebook y usuarios de Twitter e Instagram con nombres genéricos en el que se comparten imágenes y recursos asociados a la idea del suicidio como poemas, frases y metodología para llevarlo a cabo.

- Agente de cambio y protección: Sujetos que han superado sus ideaciones suicidas o están en el proceso, así como supervivientes que dedican sus esfuerzos en prevenir el suicidio en la medida de sus posibilidades.

Estos agentes los encontramos en grupos públicos de Facebook, así como usuarios de Twitter e Instagram con nombres genéricos o incluso perfiles privados que se animan a hablar con otros para ayudarles.

- Agente instigador: Sujetos que sienten morbo por la idea del suicidio, pero no desean experimentarla y por su personalidad con rasgos narcisistas y psicopáticos, saben en que foro, debate y/o grupo participar para animar a otros a que lleven a cabo eso que, o bien ellos mismos no se atreven o les gustaría despertar y que finalicen otros.

Nos encontramos ante la tipología más peligrosa, ya que saben en que entorno moverse, así como cuando hablar y actuar. Por ello, si tenemos la más mínima sospecha de que alguien es susceptible de encajar en este perfil, denunciarlo en la Red Social donde nos encontremos, es el primer paso para que, preventivamente, antes de cerrarles la cuenta, borren el comentario o conjuntos de ellos y así, evitar males mayores.

Nosotros, como sociedad, debemos conocer y saber que, dentro de las propias redes sociales, ya sea en un grupo o usuario público-privado y, con independencia de la Red Social en la que nos encontremos, es posible pulsar los tres puntos o flecha a la derecha del perfil y/o comentario e informar sobre la posibilidad de que esa persona incite al suicidio o contemple esa posibilidad.

Pero esto, no solo es posible con texto, y aunque en este trabajo nos centremos en el texto, en el caso de detectar alguna imagen en cualquier Red Social que incite al suicidio, también es conveniente informar.

Tenemos que ser parte de la denuncia e informe y, por supuesto, si conocemos al usuario, hablar con él por privado. Además, si existe la posibilidad, hablar también con familiares y amigos cercanos por estos medios o por los que nos sean posible. Por supuesto, en caso de emergencia, siempre llamar al 112. La idea, es que sientan apoyados, no juzgados y ganar tiempo.

Tenemos que ser parte de la denuncia e informe y, por supuesto, si conocemos al usuario, hablar con él por privado.

2.3. TECNOLOGÍA AL SERVICIO DE LA VIDA

Las Tecnologías del Lenguaje Humano o **THL** pueden ayudar a la identificación más o menos temprana de signos de suicidio por la gran capacidad que presentan las mismas tanto para analizar como para procesar grandes cantidades de información (Zafra, 2017). En ellas, podemos situar determinadas tareas de las cuales nos interesa el análisis de sentimientos (Pang y Lee, 2008) para la detección de mensajes posiblemente suicidas en redes sociales.

No obstante, es necesario destacar que, para realizar esta tarea en este campo concreto, resulta imprescindible aplicar lo que podemos denominar Aprendizaje Automático o **Machine Learning** y esto, a su vez, requiere de la compilación, recolección y selección de textos para su procesamiento, etiquetado y traslado a la máquina correspondiente y que así, aprenda sobre el suicidio en redes sociales.

Con el objetivo de clarificar este proceso para el lector, recomendamos analizar el diagrama 1. Antes de su visualización, queremos indicar que ese etiquetado es realizado mediante un plugin desarrollado por el equipo del Departamento de Lenguajes y Sistemas Informáticos (DLSI) de la Universidad de Alicante y que sirve al software informático *Gate Developer 8.2*.

Previamente, los investigadores han realizado reuniones periódicas para determinar los criterios a etiquetar como puede ser: (i) tipo de mensaje: Auto-pro-suicida, Auto-no-pro-suicida, citas,

depresión, irónico, instigador, misticidad, tristeza-melancolía, indefinido y (ii) que debe emplear (o descartar) el sistema para aprender sobre dicho lenguaje.

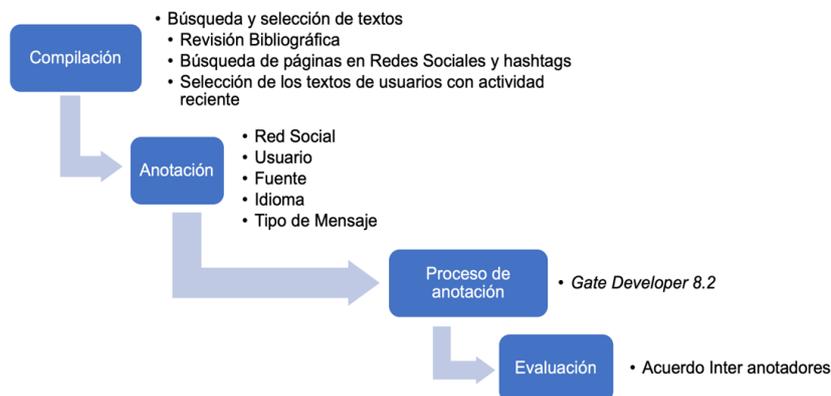


Diagrama 1. Metodología de creación del corpus. Fuente: Elaboración propia.

Una vez realizado el proceso ya indicado, un sistema podría ser capaz, nada más activarse, de identificar potenciales mensajes suicidas en redes sociales y con ello (y previos patrones establecidos), en función de su nivel de alerta, trasladar a los servicios o destinos que puedan ser más convenientes como usuarios que más interactúan con ese sujeto, familiares o incluso servicios de salud que podamos asociar al sistema.

Toda esta cadena, siempre será supervisada por un equipo técnico multidisciplinar y, por supuesto, anonimizado, con el objetivo de eliminar la subjetividad, tanto del propio sistema, como del anotador o conjunto de ellos y asegurar la privacidad de la información.

Somos conscientes de que es una tarea que diariamente deberá ser depurada y constantemente actualizada fruto de la propia dinámica de las redes sociales y la juventud. Lo que hoy puede ser un hashtag e indicador, mañana puede quedar obsoleto así que, tras este sistema, no basta con unas cuantas personas tras el e investigar, sino que se requiere un entramado y trabajo en equipo que pase desde todo lo que hemos comentado en este apartado, hasta la supervisión y puesta al día de las modas más comunes en redes así como de la necesaria concienciación social al respecto de la que ya hemos hablado en alguna ocasión en este texto.

No estamos ante la solución definitiva para la prevención del suicidio, pero este sistema, podría ser de gran ayuda para activar el primer eslabón de la cadena de apoyo a estos jóvenes que ven en las redes sociales un modo de manifestar lo que piensan y sienten acerca del suicidio (Mok, *et. al.*, 2016) y la vida en general.

En un futuro próximo, nos gustaría seguir trabajando en el desarrollo de este sistema o máquina y que todo el proceso de compilación, etiquetado y procesamiento sea automático, en su mayoría, pese a que la supervisión humana sea fundamental y necesaria.

3. CONCLUSIONES

El suicidio es un fenómeno complejo y multicausal que no obedece a una sola causa, por eso, como sociedad, debemos alejar el morbo, sensacionalismo y tabú a la hora de hablar sobre él y pensar que, si muere una persona cada 40 segundos según la Organización Mundial de la Salud, es porque estamos ante algo real sobre lo que es necesario adoptar estrategias urgentes para su prevención e intervención.

No hablar sobre él no hace ningún bien, pero, si se habla de él incorrectamente o incluso se instiga y/o se dan pistas sobre lugares o métodos que eran desconocidos por los potenciales suicidas, estamos contribuyendo, de modo indirecto, a afianzar las ideaciones de sujetos que ya previamente estaban motivados a ello. Por tanto, fomentar el debate, dar a conocer estrategias, plantear trabajos destinados a activar los mecanismos de prevención e intervención posteriores, así como brindar pautas de afrontamiento a padres, familiares, amigos y conocidos sobre como actuar ante un caso de estas características, al menos en un entorno donde sabemos que se expresan estas ideas, como son las redes sociales, puede ayudar sobremanera a su prevención.

El suicidio es un fenómeno complejo y multicausal que no obedece a una sola causa, si muere una persona cada 40 segundos según la Organización Mundial de la Salud, es porque estamos ante algo real sobre lo que es necesario adoptar estrategias urgentes para su prevención e intervención.

Somos conscientes de que el sistema aquí propuesto requiere de constantes actualizaciones acorde a los tiempos que marcan las propias redes y que no es perfecto pero, detrás de él, se encuentra un equipo

humano que diariamente intenta aprender todo lo posible sobre el fenómeno del suicidio juvenil y así, aportar todo lo que puede a la prevención de una de las lacras más preocupantes de nuestra sociedad, el suicidio juvenil, fenómeno que genera muchas muertes al año y que, evidentemente, es irreversible.

Es necesario que seamos agentes de cambio y apoyo positivo, que hagamos lo posible entre todos poner la tecnología al servicio, en este caso, de la vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Confederación Salud Mental España.** (2018). *El suicidio causa la muerte de diez personas al día en España*. Recuperado el 14 de diciembre de 2018 de: <https://consaludmental.org/sala-prensa/dia-mundial-prevencion-suicidio-2018-40810/>
- Ditrendia.** (2017). *Informe Mobile en España y en el Mundo 2017*. Recuperado el 23 de diciembre de 2018 de: https://www.amic.media/media/files/file_352_1289.pdf
- Fonseca-Pedrero, E., Inchausti, F., Pérez-Gutiérrez, L., Aritio Solana, R., Ortuño-Sierra, J., Sánchez-García, M. A., ... Pérez de Albéniz, A.** (2018). Suicidal ideation in a community-derived sample of Spanish adolescents. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 11(2), 76–85. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2017.07.004>
- Fundación Salud Mental España para la prevención de los trastornos mentales y el suicidio.** (2016). España. Suicidios 2016. Recuperado de: <https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio2016/esp%C3%B1asuicidios-2016/>
- Gómez-Romero, M. J., Limonero, J. T., Toro Trallero, J., Montes-Hidalgo, J., y Tomás-Sábado, J.** (2018). Relationship between emotional intelligence and negative affect on suicide risk in young university students. *Ansiedad y Estrés*, 24(1), 18–23. doi: <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.10.007>
- IAB Spain.** (2018). Estudio Anual de Redes Sociales IAB 2018. Recuperado de: https://iabspain.es/wp-content/uploads/estudio-redes-sociales-2018_vreducida.pdf
- Instituto Nacional de Estadística.** (2017). *Ciencia y tecnología, sociedad de la información. Población que ha usado internet en los últimos tres meses por grupos de edad*. Recuperado de: http://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t00/mujeres_hombres/tablas_2/10/&file=C4G1.px
- Instituto Nacional de Estadística.** (2018). Defunciones según la causa de muerte, año 2017. Recuperado el 20 de diciembre de 2018 de: www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p417/a2017/10/&file=05001.px

- Lagares-Franco, C., Almenara-Barrios, J., O'Ferrall-González, C., Castellvi-Obiols, P., Gabilondo, A., Blasco-Cubedo, M. J., ... Alonso, J.** (2017). Medidas de frecuencia utilizadas en estudios de cohortes para evaluar el comportamiento suicida en jóvenes (12-26 años): Una revisión sistemática. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, (xx). doi: <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2017.10.003>
- Mok, K., Ross, A. M., Jorn, A. F., y Prikis, J.** (2016). An Analysis of the Content and Availability of Information on Suicide Methods Online. *Journal of Consumer Health on the Internet*, 20(1-2), 1-16.
- Navarro-Gómez, N.** (2017). El suicidio en jóvenes en España: cifras y posibles causas. Análisis de los últimos datos disponibles. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 39(6), 573-576. doi: <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2016.11.002>
- Organización Mundial de la Salud.** (2014). Prevención del suicidio. Un instrumento para profesionales de los medios de comunicación, 43(1-2), 113-119. Recuperado de: https://www.who.int/mental_health/media/media_spanish.pdf
- Organización Mundial de la Salud.** (2018). *Suicidio*. Recuperado el 12 de diciembre de 2018 de: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/suicide>
- Pang, B. y Lee, L.** (2008). Opinion Mining and Sentiment Analysis. *Foundations and Trends R in Information Retrieval*, 2(1-2), 1-135.
- Pestian, J. P., Sorter, M., Connolly, B., Bretonnel, K., McCullumsmith, C., Gee, J. T., ... Rohlf, L.** (2017). A Machine Learning Approach to Identifying the Thought Markers of Suicidal Subjects: A Prospective Multicenter Trial. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 47(1), 112-121. doi: <https://doi.org/10.1111/sltb.12312>
- Red AIPIS.** ¿Qué lleva a morir por SUICIDIO? Toda la información y GUÍAS DE AYUDA. Recuperado el 30 de noviembre de 2018 de: <https://www.redaipis.org/el-suicidio/>

- Redacción Médica.** (2018). *Los médicos tienen la tasa de suicidio más alta de todas las profesiones.* Recuperado el 14 de diciembre de 2018 de: <https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/los-medicos-tienen-la-tasa-de-suicidio-mas-alta-de-todas-las-profesiones-4631>
- Sánchez Rojo, A.** (2017). El fenómeno hikikomori: tradición, educación y tecnologías de la información y la comunicación (TIC). *Arbor*, 193(785), 405. doi: <https://doi.org/10.3989/arbor.2017.785n3010>
- Santurtún, M., Santurtún, A., y Zarrabeitia, M. T.** (2018). Does the environment affect suicide rates in Spain? A spatiotemporal analysis. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 11(4), 192–198. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2017.05.001>
- Serrano-Ruiz, C., y Olave-Chaves, J.** (2017). Risk Factors Associated with the Appearance of Suicidal Behaviors in Adolescents. *MedUNAB*, 20(2), 139–147. Recuperado de: <https://64.90.63.142/index.php/medunab/article/view/2272/2806>
- Zafra Cremades, S., Gómez Soriano, J. M., y Navarro-Colorado, B.** (2017). Diseño, compilación y anotación de un corpus para la detección de mensajes suicidas en redes sociales. *Procesamiento Del Lenguaje Natural*, 59, 65–72.
- Zafra Cremades, S., Fernández, A., Diputación de Alicante.** (2018). *Guía de buenas prácticas en la actuación con población joven y neo conductas adictivas.*

