

PREGUNTAS FRECUENTES

Experiencias Adversas en la Infancia | Sobredosis | Suicidio

La adversidad en la infancia, las sobredosis y el suicidio son desafíos urgentes y relacionados de salud pública que tienen consecuencias para todos nosotros. Pero estos desafíos se pueden prevenir si adoptamos un enfoque coordinado que se centre en abordar las crisis actuales mientras prevenimos las del mañana.

P. ¿Qué son las Experiencias Adversas en la Infancia (ACE por sus siglas en inglés)?

R. Las experiencias adversas en la infancia (ACE) son eventos potencialmente traumáticos y prevenibles que ocurren durante la infancia (0-17 años), como la negligencia, experimentar o presenciar violencia, y que un familiar intente suicidarse o muera por suicidio. También se incluyen aspectos del entorno del niño que pueden socavar su sentido de seguridad, estabilidad y vinculación, como crecer en un hogar con consumo de sustancias, problemas de salud mental o encarcelamiento de un padre/tutor.¹

P. ¿Qué tan comunes son los ACE?

R. El trauma infantil afecta a la mitad de todos los niños en Estados Unidos, en todas las comunidades. Aproximadamente el 64 % de los adultos han experimentado al menos una experiencia adversa en la infancia antes de los 18 años.² Casi 1 de cada 6 adultos (17,3 %) manifestó haber experimentado cuatro o más tipos de ACEs. Cinco de las diez principales causas de muerte están relacionadas con la exposición a experiencias adversas en la infancia.²

P. ¿Por qué las ACE son motivo de preocupación?

R. Experimentar adversidades en la infancia puede cambiar la forma en que el cerebro de un niño se desarrolla y funciona, contribuyendo a un mayor riesgo de consumo de sustancias, suicidio y otros resultados relacionados con lesiones y violencia. Las ACE resultan costosas. Las consecuencias para la salud relacionadas con las ACE generan un costo estimado de 14,1 billones de dólares anuales en los Estados Unidos, en concepto de gastos médicos directos y años de vida saludable perdidos¹

P. ¿Qué tan común es la sobredosis en Estados Unidos?

R. Las drogas cobran poco menos de 217 vidas cada día.³ Más de 1,3 millones de personas han fallecido desde 1999 a causa de una sobredosis.⁴ En 2024, se registraron 79.384 muertes por sobredosis en los Estados Unidos.⁴ Los datos provisionales predicen más de 72.836 muertes por sobredosis en el periodo de 12 meses que finaliza en agosto de 2025. Los opioides, principalmente los opioides sintéticos (distintos de la metadona, como el fentanilo de fabricación ilícita), son el principal factor detrás de las muertes por sobredosis.⁴ Los opioides estuvieron implicados en más de 54.000 muertes en 2024, lo que representó el 68% del total de muertes por sobredosis.⁴ Aunque las muertes por sobredosis han ido en aumento en los últimos años, las tasas anuales de mortalidad por sobredosis disminuyeron en 2024 en un 19,8% y un 26,7%, respectivamente, en comparación con las tasas de 2023.⁴

P. ¿Qué tan común es el suicidio en Estados Unidos?

R. En 2023, el suicidio figuró entre las 8 principales causas de muerte para las personas de entre 10 y 64 años. Las tasas de suicidio aumentaron aproximadamente un 36 % entre los años 2000 y 2022. El suicidio fue responsable de 49.316 muertes en 2023, lo que equivale a aproximadamente una muerte cada 11 minutos. El número de personas que piensan en el suicidio o intentan cometerlo es aún mayor. En 2022, se estimó que 12,8 millones de adultos pensaron seriamente en el suicidio, 3,7 millones planificaron un intento de suicidio y 1,5 millones intentaron suicidarse.

P. Además del impacto en la persona y la familia, ¿existen otras consecuencias del suicidio?

R. Además del número de personas que resultan heridas por intentos de suicidio o mueren por suicidio, muchas más personas se ven afectadas. Cuando las personas mueren por suicidio, amigos y seres queridos pueden experimentar conmoción, enojo, culpa y depresión, entre otros sentimientos. De hecho, las personas que sobreviven a la pérdida de alguien que conocen por suicidio tienen un riesgo aumentado de experimentar el mismo desenlace.⁷ Las personas que intentan suicidarse y sobreviven pueden sufrir lesiones graves e impactos negativos (como sentimientos de vergüenza y culpa), que pueden tener efectos a largo plazo en la salud y el bienestar.⁷ En 2020, el suicidio y las autolesiones no fatales costaron al país más de 500 mil millones de dólares en costos médicos, pérdida de productividad laboral, valor de la vida estadística y costos relacionados con la calidad de vida. El costo de la mortalidad por lesiones incluye el valor de la vida estadística, una estimación monetaria del valor colectivo asignado a la reducción del riesgo de mortalidad, derivada en estudios de investigación mediante preferencias reveladas (por ejemplo, diferencias salariales observadas en ocupaciones peligrosas) o preferencias declaradas a partir de encuestas sobre la disposición de las personas a pagar para reducir el riesgo de mortalidad. Afortunadamente, la mayoría de las personas que intentan suicidarse continúan viviendo vidas largas y saludables.⁹

P. ¿Tiene alguien algún riesgo mayor de suicidio?

R. Las tasas de suicidio varían según la raza/etnicidad, la edad y otras características, siendo las tasas más altas a lo largo de la vida entre las poblaciones de indígenas americanos/nativos de Alaska no hispanos y blancos no hispanos.⁷ Otras personas que se ven afectadas de manera desproporcionada por el suicidio incluyen a los veteranos y a otros militares, así como a los trabajadores de ciertos grupos ocupacionales como la minería y la construcción.¹⁰ Los jóvenes de minorías sexuales también soportan una gran carga y experimentan un aumento en los pensamientos y conductas suicidas en comparación con sus compañeros que no pertenecen a minorías sexuales.¹⁰

P. ¿Cómo están conectados estos tres problemas?

R. Estos desafíos están relacionados porque las experiencias adversas en la infancia aumentan el riesgo de sobredosis y suicidio más adelante en la vida. Y dado que presenciar una sobredosis o perder a un ser querido por suicidio son experiencias adversas en la infancia, el riesgo de futuras sobredosis o suicidios crece y el problema se expande y multiplica a lo largo de las generaciones. Prevenir la exposición a experiencias adversas en la infancia es un paso importante para reducir el riesgo de sobredosis y suicidio, así como muchos otros resultados negativos para la salud y el bienestar.

P. ¿Qué podemos hacer para prevenir de manera más efectiva los ACE, las sobredosis y el suicidio?

- R.
1. Generar comprensión sobre las causas raíz compartidas entre los ACE, las sobredosis y el suicidio para informar políticas, intervenciones programáticas, financiamiento y prestación de servicios más holísticos y efectivos. Podemos avanzar en esta comprensión utilizando mensajes compartidos, basados en evidencia y fáciles de entender que muestren la conexión y capten la urgencia necesaria para encontrar soluciones innovadoras.
 2. Involucrar a individuos como líderes para la prevención y el cambio en sus propias comunidades, incluyendo a aquellos con experiencia personal en estos temas, a los tomadores de decisiones y a los campeones de distintos sectores.
 3. Emplear un enfoque integral de salud pública para:
 - ❖ prevenir que se produzcan daños en primer lugar,
 - ❖ identificar a las personas que necesitan servicios de manera temprana y asegurar el acceso equitativo a los programas y servicios que requieren,
 - ❖ proporcionar apoyos sociales y económicos a largo plazo (por ejemplo, apoyo económico para familias trabajadoras, licencia familiar y por enfermedad remunerada, cuidado infantil de alta calidad y acceso a tratamiento por consumo de sustancias que aumenten relaciones y entornos seguros, estables y afectuosos).Los esfuerzos pueden ser más efectivos si comenzamos enfocando las políticas, la financiación y los programas en los lugares donde la necesidad es mayor.
 4. Invertir en investigación y evaluación para desarrollar, probar, implementar y traducir más estrategias basadas en evidencia para prevenir y mitigar los efectos de las experiencias adversas en la infancia, las sobredosis y el suicidio, y para abordar las conexiones entre ellos.

Para aprender más, visite:

1. <https://www.cdc.gov/aces/about/index.html>
2. <https://www.cdc.gov/vitalsigns/aces/index.html>
3. <https://www.cdc.gov/stopoverdose/index.html>
4. <https://www.cdc.gov/nchs/fastats/drug-overdoses.htm>
5. <https://www.cdc.gov/nchs/nvss/vsrr/drug-overdose-data.htm>
6. <http://wonder.cdc.gov/mcd-icd10-expanded.html>
7. <https://www.cdc.gov/suicide/facts/index.html>
8. https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7048a1.htm?s_cid=mm7048a1_w
9. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12204922/>
10. <https://www.cdc.gov/suicide/disparities/index.html>

