

## Poblaciones en riesgo

Entre el 15 y el 20 % de los jóvenes experimentarán al menos un episodio depresivo antes de llegar a la edad adulta. Existen factores de protección que pueden apoyar la salud mental de los jóvenes, pero las investigaciones muestran que también hay ciertas poblaciones o grupos de personas que corren un riesgo mayor de depresión y suicidio.

Antes de los 15 años, la depresión mayor ocurre con frecuencia similar en niños como en niñas; después de los 15 años, el doble de niñas lo experimentan. Las niñas son más propensas que los niños a intentar suicidarse, pero los intentos de los niños acaban con más frecuencia en la muerte.

### Jóvenes que son:

**Lesbianas, gays y bisexuales**- Casi una cuarta parte (23,4 %) de los estudiantes de secundaria LGBTQ informaron haber intentado suicidarse en los 12 meses anteriores. Esta tasa es casi cuatro veces mayor que la tasa reportada entre los estudiantes heterosexuales (6,4%). El 45% de los jóvenes LGBTQ consideraron seriamente intentar suicidarse en el último año. Casi el 60% de los jóvenes LGBTQ informaron haber experimentado síntomas de depresión.

**Transgénero**- Casi 1 de cada 5 jóvenes transgénero y no binarios intentó suicidarse en el último año y más de la mitad de los jóvenes transgénero y no binarios consideraron seriamente el suicidio. Más de las tres cuartas partes de los jóvenes transgénero y no binarios informaron haber experimentado síntomas de ansiedad y depresión dentro del último año.

**Indígenas**- Las tasas de suicidio son las más altas entre los indios americanos no hispanos/nativos de Alaska (AI/AN). La población IA/NA puede estar en mayor riesgo debido a traumas históricos, experiencias infantiles adversas y falta de conexiones con los recursos necesarios.

**Trauma**-La exposición a experiencias adversas en la infancia, como el abuso físico, sexual, emocional y negligencia, vivir en hogares con violencia, experimentar problemas de salud mental, abuso de sustancias y otra inestabilidad, también se asocian con un riesgo mayor de suicidio e intentos de suicidio.

**Jóvenes que son acosados (bullying)**- El acoso es un comportamiento agresivo y no deseado entre los niños en edad escolar que implica un desequilibrio de poder real o percibido. El acoso (incluidos los jóvenes que denuncian el acoso y experimentan el acoso) tiene efectos negativos graves y duraderos en la salud mental y el bienestar general del niño. Los niños que experimentan intimidación tienen un mayor riesgo de depresión, ansiedad y suicidio.

**Zonas rurales**-Las tasas de suicidio pueden variar sustancialmente entre regiones geográficas, y las áreas rurales experimentan tasas de suicidio mucho más altas que las áreas urbanas. Las tasas de suicidio aumentan a medida que disminuye la densidad de población y un área se vuelve más rural.

Sabemos que si un individuo tiene factores de riesgo elevados o es miembro de una población en riesgo, es aún más importante que tenga factores numerosos de protección. El factor protector número uno más importante que un individuo es una relación de apoyo y confianza. También sabemos que hay mucho que podemos hacer para construir factores de protección y apoyar el bienestar de los jóvenes.