

SUICIDIO

# ¿Podemos predecir los intentos de suicidio a partir de estas características del lenguaje?

Una revisión de las características lingüísticas predictivas del suicidio.

PUNTOS CLAVE

**Algunos predictores de suicidio que han recibido poca atención en la investigación son los relacionados con el lenguaje.**

**Los pensamientos suicidas pueden predecirse por características lingüísticas como el uso de más intensificadores y superlativos (por ejemplo, "muy", "nunca").**

**Los comportamientos suicidas pueden predecirse mediante un mayor uso de sustantivos, pronombres y preposiciones, y un uso reducido de numerales y modificadores.**

Por Lázaro Castillo Jr



Sabemos que las personas con tendencias suicidas son más propensas a pensar y hablar sobre ciertos temas. Por ejemplo, un estudio de los usuarios de Reddit, específicamente del subreddit SuicideWatch, encontró que estas personas hacían muchas referencias a la soledad ("sin amigos"), la ansiedad ("tengo miedo"), el arrepentimiento ("nunca más"), la culpa. ("Lo siento") y frustración/desesperanza ("jodida vida").

El estudio de Reddit también encontró que los escritos de las personas suicidas se caracterizaban por ciertos rasgos lingüísticos, incluida la atención centrada en uno mismo ("Yo soy/no"), la preocupación por los sentimientos ("hazme sentir"), el uso de la negación ("nadie"), y el uso de signos de interrogación ("¿Por qué la humanidad le teme a la muerte?").

¿De qué otras maneras podrían ser únicas las características lingüísticas de los pensamientos y la comunicación suicidas (p. ej., vocabulario y elección de palabras inusuales)? Una revisión sistemática reciente de 75 estudios y casi 280 000 participantes proporciona una respuesta completa.

La investigación, realizada por colegas, publicada en la edición de julio de *Clinical Psychology Review*, se resume a continuación.

Estudio: [Pensar en el suicidio y las autolesiones alivia el estrés](#)

### **Analizar el lenguaje de los pensamientos y conductas suicidas**

Criterios de inclusión del estudio:

- (1) personas investigadas que experimentaron pensamientos suicidas o que intentaron suicidarse o murieron por suicidio
- (2) investigaron las características lingüísticas
- (3) evaluaron el lenguaje escrito o hablado no lírico
- (4) estudios transversales y prospectivos,
- (5) texto completo disponible, y
- (6) publicado en inglés y español.

De las más de 700 investigaciones potenciales identificadas, 75 cumplieron con los criterios de inclusión. Aproximadamente el 85% se realizaron en países occidentales. La mitad utilizó poblaciones clínicas y la mitad otras poblaciones (p. ej., estudiantes, usuarios de redes sociales).

Características de la muestra: 279.032; edad promedio de 30 años; 35% mujeres.

Los estudios revisados evaluaron las siguientes características lingüísticas: prosodia/fonética (27%), léxico (70%) y no especificado (3%).

### **Resultados**

El análisis de los datos mostró que los pensamientos suicidas se predijeron mediante un mayor uso de superlativos e intensificadores.

Los comportamientos suicidas fueron predichos por un mayor número de palabras y pronombres en primera/segunda persona, cambios en la cantidad de verbos utilizados, mayor uso de sustantivos, más preposiciones, una mayor cantidad de palabras antepuestas o multifunción, y menos números y modificadores.

Un mayor uso de pronombres en primera persona, palabras negativas (p. ej., referencias a la muerte) y negaciones (p. ej., nunca, cualquiera) también fueron comunes, pero menos predictivos que los anteriores porque estaban asociados con pensamientos y comportamientos suicidas.

Aplicaciones de las características lingüísticas para predecir el suicidio

Una aplicación implica el aprendizaje automático. El aprendizaje automático se refiere al desarrollo de algoritmos informáticos que pueden aprender y mejorar por sí mismos (es decir, automáticamente, a través de la experiencia).

En este caso, el objetivo sería construir métodos de aprendizaje automático para ayudar a distinguir el habla/escritos con contenido suicida de aquellos con contenido ansioso o depresivo no suicida.

Para predecir el suicidio con precisión, es importante recopilar datos del mundo real en tiempo real sobre las personas en riesgo de suicidio.

Además, sería útil usar grabaciones de voz de las sesiones de terapia o diarios de voz completados entre sesiones para determinar el riesgo de suicidio. Esto se puede hacer en tiempo real, de modo que, si el algoritmo indica un alto riesgo de suicidio, activa automáticamente una intervención adecuada, alerta al sistema de apoyo del paciente y/o notifica al terapeuta.

## **Quitar**

Hay una serie de factores de riesgo estáticos y dinámicos para el suicidio, incluidos el género masculino, la etnia caucásica, la soltería, el diagnóstico de enfermedad mental (en particular, depresión) o síntomas (p. ej., dificultades para dormir, impulsividad, desesperanza), ideación suicida, hospitalización psiquiátrica, problemas personales y antecedentes familiares de intentos de suicidio, autolesiones, baja educación, abuso físico, abuso sexual, conflicto de pareja, problemas de dinero y acceso a armas.

También hay predictores del habla y el lenguaje de pensamientos y comportamientos suicidas. Por ejemplo, justo antes de un intento de suicidio, se dice que algunas personas suenan planas, monótonas, sin tono, mecánicas o huecas.

La revisión que incluyó 75 ensayos y casi 280 000 personas, mostró que también existen otros predictores del habla y el lenguaje de pensamientos y conductas suicidas.

Específicamente, la investigación concluyó que los pensamientos suicidas fueron predichos por:

Un mayor número de intensificadores (p. ej., muy, extremadamente) y superlativos (p. ej., cualquiera, nunca).

### ¿Cómo ayudar a un amigo con depresión?

#### Una perspectiva que promueve la resiliencia

Los comportamientos suicidas fueron predichos por:

- 1- Mayor número de palabras.
- 2- Cambios en el uso de los verbos, como usar menos verbos en tiempo futuro.
- 3- Menos modificadores y números.
- 4- Más sustantivos y preposiciones.
- 5- Mayor uso de pronombres en primera y segunda persona.
- 6- Más prefijos y palabras multifuncionales.

### ¿Cómo la ansiedad y la depresión pueden interferir con la toma de decisiones?

Varias características, por ejemplo, un mayor uso de pronombres en primera persona, palabras negativas (por ejemplo, referencias a la muerte) y negaciones (por ejemplo, nunca, ninguno) se asociaron con pensamientos y comportamientos suicidas.

La investigación futura debe examinar por qué estas características lingüísticas predicen el suicidio. Pero solo para especular, considere una posible razón para el uso reducido de modificadores:

Los modificadores se usan en oraciones lógicamente complejas que requieren un pensamiento de alto nivel. El uso de menos modificadores podría sugerir rigidez mental y visión de túnel, que a menudo se observan en personas con un objetivo fijo en mente; en el caso de personas con tendencias suicidas, el objetivo fijo de terminar con su propia vida.

Cuando te sientes ansioso: [cuatro tipos de cuidado personal](#)

**Además:**

Una nueva investigación encuentra que fumar aumenta significativamente el riesgo de que una persona desarrolle esquizofrenia o depresión.

¿Qué arrojan los estudios, según la [Universidad del Oeste de Georgia](#)? [Correlación entre el alcohol y la depresión](#)

Los suplementos de vitamina B6 en dosis altas pueden calmar la ansiedad y la depresión