



Meteoescolas no casares

Materia de psicoloxía, departamento de filosofía

Como o clima incide na conduta: o clima e o suicidio

Oceanía

- 0.5% de suicidios atribuíbles á calor anómala (11.25 por 100.000 habitantes)
- Relación positiva entre variación irregular de temperatura e suicidio (1.8% por +1 °C) (10.30 por 100.000)

Factor meteorolóxico	Porcentaxe / Variación estimada	Contexto
🔥 Calor extrema	≈0,5 % dos suicidios (2000–2019)	Atribuídos directamente a anomalías da temperatura
🌊 Ondas de calor	+1 % a +3 %	Aumento do risco por cada subida significativa da temperatura
🌱 Primavera–verán	+5 % a +10 %	Maior incidencia fronte ó outono–inverno
🌾 Secas prolongadas	+6 % a +15 % (zonas rurais)	Relacionado co estrés económico e illamento social





<https://www.worldlifeexpectancy.com/es/oceania/suicide-cause-of-death?>


https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_suicide_rate?


América do Sur

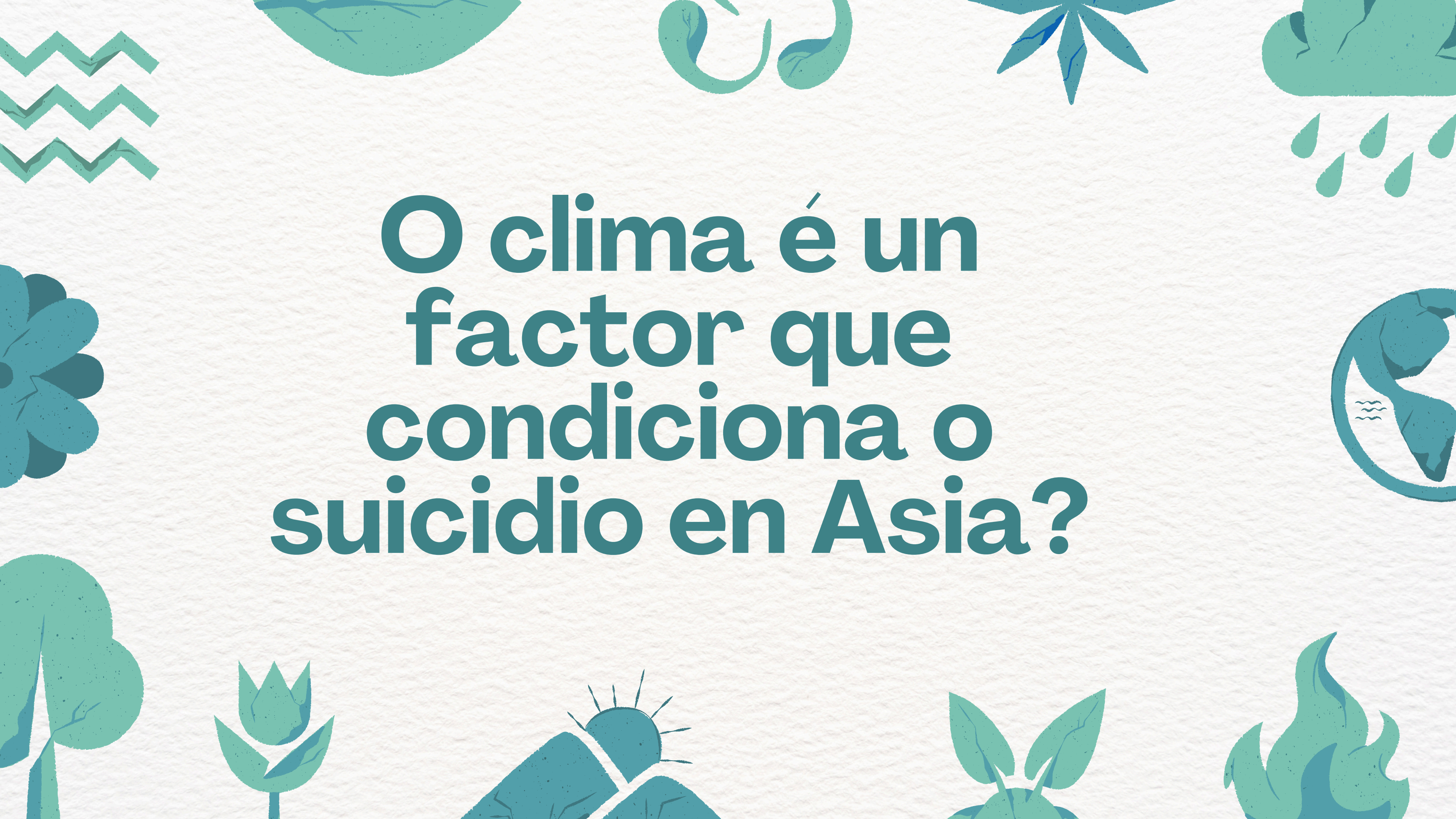


 Uruguay: O inverno austral, con menos luz solar e temperaturas baixas, podería aumentar a vulnerabilidade en saúde mental

 Brasil: Cada aumento dun 1° na temperatura mínima asóciase cun incremento aproximado do 2,2% en suicidios.

 Perú: A variabilidade climática andina e costeira pode aumentar o illamento e o estrés.

 Venezuela: A calor extrema relaciónase cun aumento do estrés emocional, que se suma a outros factores asociados ao suicidio.



**O clima é um
factor que
condiciona o
suicídio em Asia?**

Sabías que...

O suicidio é un problema importante dentro da saúde pública en todo o mundo, e Asia é un dos continentes máis afectados. Segundo a OMS, cada ano prodúcese arredor de 800.000 suicidios a nivel global. En Asia, ademais dos factores sociais e económicos, o clima e o cambio climático inflúen na saúde mental e poden aumentar o risco de suicidio.

No sur de Asia, especialmente na India, o problema é moi grave, con arredor de 130.000 suicidios ao ano. Moitos destes casos danse entre agricultores que dependen do clima para vivir. As altas temperaturas, as secas e a perda de colleitas provocan dificultades económicas e un forte estrés, o que incrementa o risco de suicidio.

Noutras rexións de Asia, como o Sueste e o Oeste asiático, os fenómenos climáticos extremos como as inundacións, os tifóns, as ondas de calor ou a escaseza de auga, empeoran as condicións de vida e afectan á saúde mental, especialmente nas poboacións máis vulnerables.

En conclusión, o cambio climático non é unha causa directa do suicidio, pero agrava problemas sociais e económicos xa existentes, aumentando a vulnerabilidade emocional de millóns de persoas en Asia.

Sabías que...

En Asia Oriental amosan temperaturas altas poden aumentar o risco de suicidio. Os días máis cálidos afectan á estabilidade emocional da poboación destas zonas costeiras mesmo controlando outros factores, a calor mostra unha influencia notable. O estrés térmico pode agravar problemas mentais preexistentes. As grandes cidades densamente poboadas amosan con claridade esta tendencia.

En Asia Setentrional, rexións como Rusia e Siberia sofren invernos moi fríos, longos e con pouca luz. Estas condicións poden xerar illamento e dificultar o benestar emocional. A falta de sol afecta o estado de ánimo e pode empeorar depresións. As duras condicións de vida incrementan a vulnerabilidade psicolóxica. O clima extremo convértese nun factor que inflúe nas taxas de suicidio.

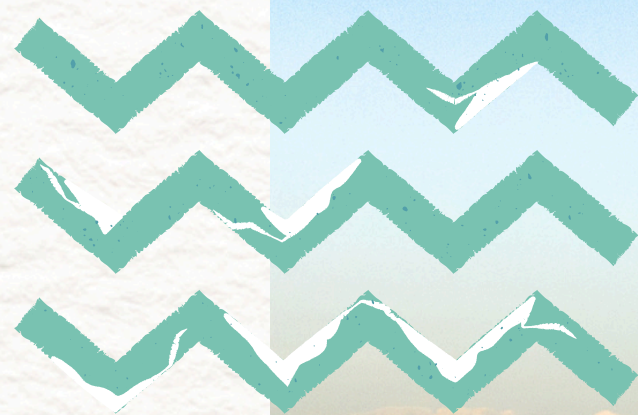
En Asia Central, territorios como Casaquistán e Mongolia presentan grandes variacións térmicas todo o ano; tanto o frío como o calor extremos aumentan o estrés físico e mental. As condicións ambientais afectan á capacidade de adaptación das persoas. Os cambios bruscos de temperatura poden influír no equilibrio emocional. Os factores sociais da rexión tamén se combinan co efecto do clima.

En conclusión, cada área de Asia mostra que o clima extremo, xa sexa calor, frío ou variacións intensas, pode influír na saúde mental e aumentar a vulnerabilidade da poboación.

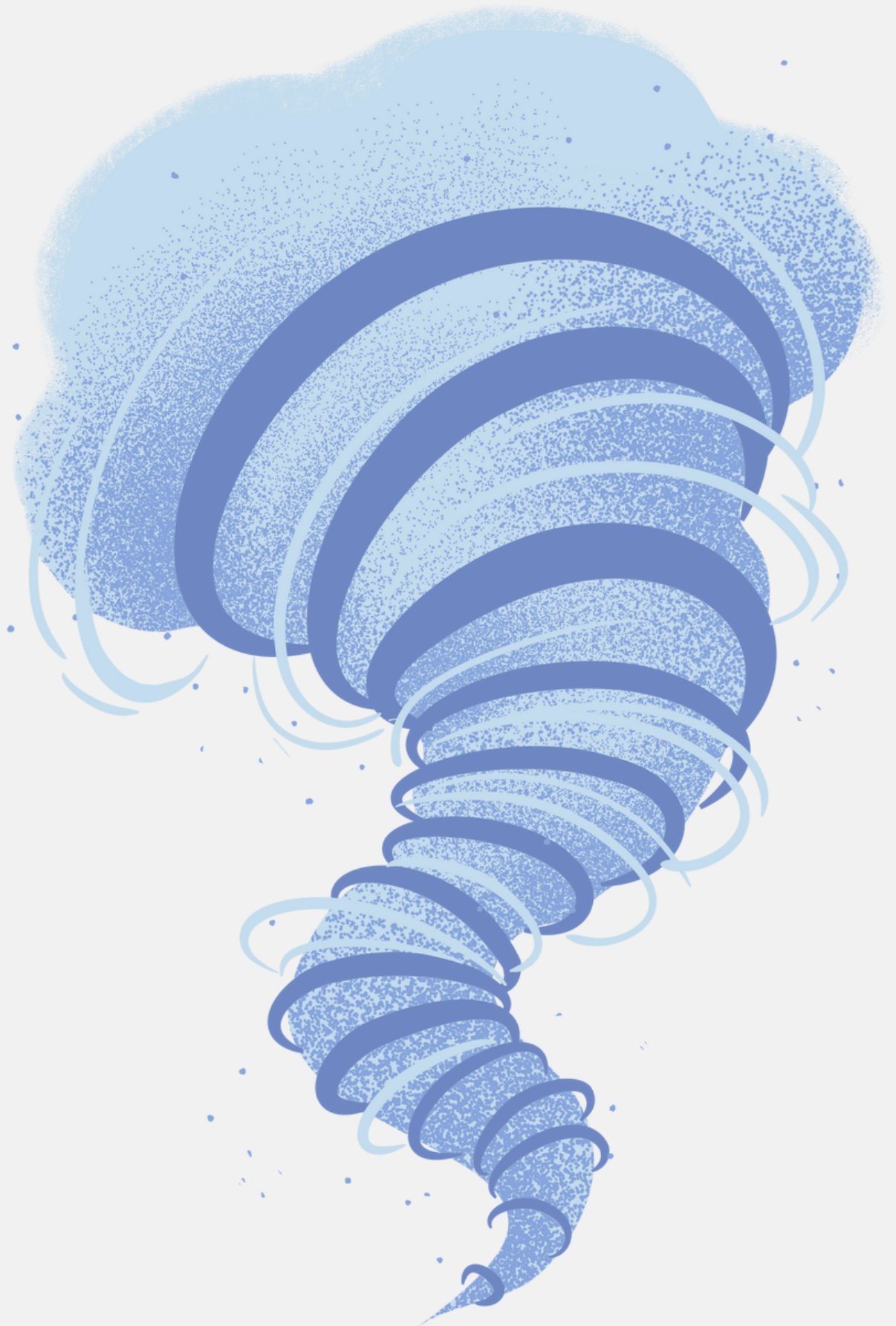


Fontes

1. ORGANIZACIÓN MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). SUICIDE WORLDWIDE IN THE 21ST CENTURY.
2. NACIONS UNIDAS. OBXECTIVOS DE DESENVOLVEMENTO SOSTIBLE – OBXECTIVO 3: SAÚDE E BENESTAR.
3. CARLETON, T. (2017). CROP-DAMAGING TEMPERATURES INCREASE SUICIDE RATES IN INDIA. PNAS.
4. ORGANIZACIÓN MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). MENTAL HEALTH AND CLIMATE CHANGE.

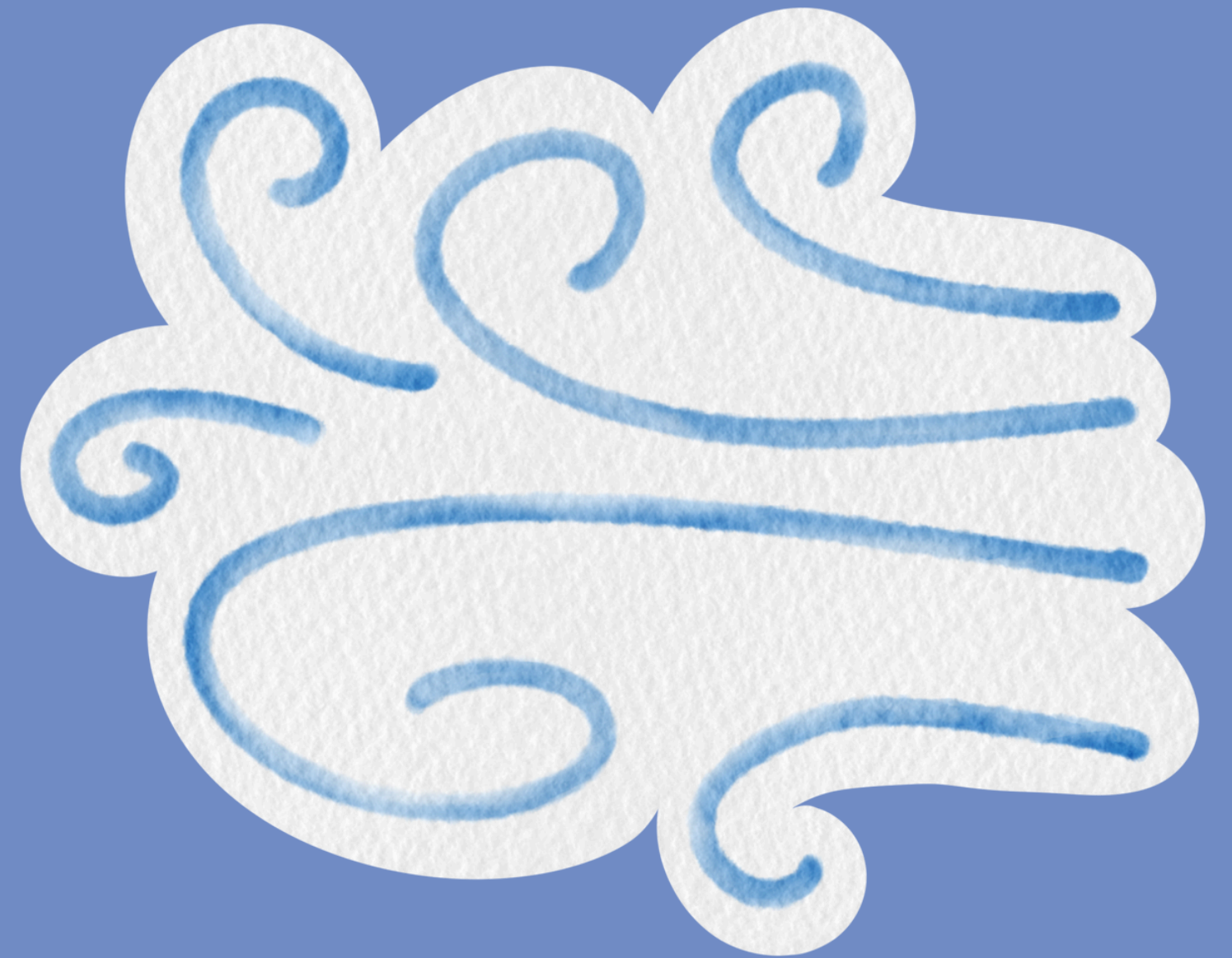


O clima relacionado con suicídios en América do Norte



O clima inflúe de maneira significativa na saúde mental, xerando estrés, ansiedade, depresión, TEPT e fenómenos emerxentes como a ecoansiedade e a solastalgia, ligadas á degradación ambiental e á preocupación polo futuro.

As temperaturas extremas alteran o estado de ánimo: o calor asóciase con irritabilidade, agresividade, disrupción do sono e deterioro cognitivo, mentres que o frío e a falta de luz solar favorecen o illamento social e síntomas depresivos.



Clima e suicidios en América de norte

Un equipo internacional de científicos dos Estados Unidos, Chile e Canadá atopou vínculos claros entre o aumento das temperaturas e o incremento das taxas de suicidio en EE. UU. e México. No seu estudo publicado na revista Nature Climate Change, os investigadores demostraron que por cada 1 °C de incremento na temperatura media mensual, a taxa de suicidios:

- Aumenta arredor dun 0,7 % nos Estados Unidos
- Aumenta aproximadamente un 2,1 % en México



África

Tasa promedio:

En África, aproximadamente 11 muertes por suicidio por cada 100,000 habitantes

Países con maior tasa de suicidio:

Lesotho: 72,4

Eswatini: 29,4

Sudáfrica: 23,5

Botswana: 16,1

Zimbabwe: 14,1

Mozambique: 13,6

Cabo Verde: 12,9

Eritrea: 10,9

Principais factores e causas:

Saúde mental: depresión, ansiedad e outros trastornos non tratados.

Acceso limitado aos servizos: de media, só hai 1 psiquiatra por cada 500.000 habitantes.

Estigma social: dificulta a procura de axuda profesional.

Factores socioeconómicos: pobreza, desemprego, desigualdade e inseguridade alimentaria.

Violencia e trauma: conflitos, violencia interpersonal e illamento social.

Consumo de alcohol e drogas: aumenta a probabilidade de condutas autolesivas.

Clima e estrés ambiental: non se pode dicir que o clima cause directamente o suicidio, pero o estrés ambiental e económico derivado de condicións climáticas extremas contribúe ao risco.

Prevencción e retos principais para evitar este problema

A maioría dos países africanos non contan con programas sólidos de prevención do suicidio. Ademais, a poboación nova é especialmente vulnerable



01

Mellorar o acceso á saúde mental

Investir en servizos básicos de saúde mental, formando persoal sanitario local (enfermeiros, médicos comunitarios) para detectar e tratar a depresión, a ansiedade e outros trastornos psicolóxicos, especialmente en zonas rurais.

02

Loitar contra o estigma social
Desenvolver campañas educativas que normalicen falar da saúde mental e do sufrimento emocional, combatendo crenzas culturais que asocian estes problemas coa vergoña, a debilidade ou o castigo divino.

03

Reducir a pobreza e a exclusión social

Impulsar políticas de emprego, educación e protección social, xa que a precariedade económica, o desemprego e a falta de expectativas son factores de risco importantes asociados ao suicidio.

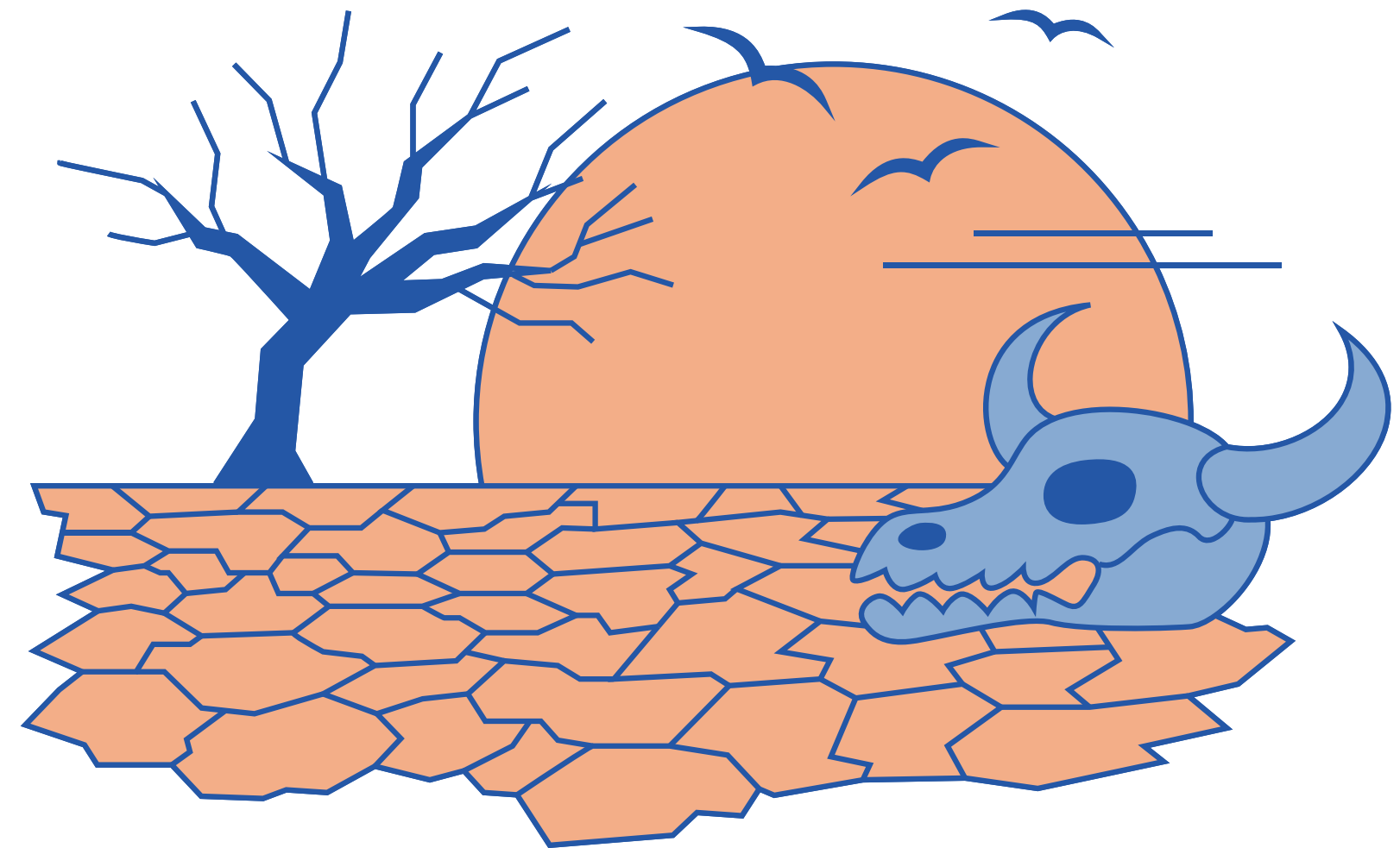
04

Fortalecer as redes comunitarias e familiares
Apoiar iniciativas comunitarias, xuvenís e relixiosas que fomenten o apoio mutuo, a escoita activa e a detección temperá de persoas en situación de risco, aproveitando as estruturas sociais xa existentes.

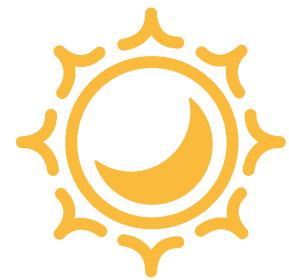
O clima relacionado co suicidio en África

O suicidio en África non pode explicarse por unha única causa. O clima non é un factor directo, pero inflúe de maneira indirecta ao agravar problemas sociais, económicos e emocionais xa existentes.

- As secas, inundacións e a desertificación afectan á agricultura e aos medios de vida.
- A perda de ingresos e a inseguridade alimentaria aumentan o estrés e a desesperanza.
- O cambio climático pode provocar desprazamentos forzados e conflitos polos recursos.
- A ruptura das redes familiares e comunitarias incrementa o illamento social.
- A escaseza de servizos de saúde mental dificulta afrontar estas situacións.



EUROPA



CAUSA

- As olas de calor inflúen no estado de ánimo
- Aumentan a impulsividade e dificultan a toma de decisións
- Maior impacto nos países do sur de Europa



DIFERENZAS

- Europa do leste: máis suicidios por problemas socioeconómicos
- Finlandia: altas taxas no pasado pola falta de luz
- Redución actual grazas a políticas de prevención



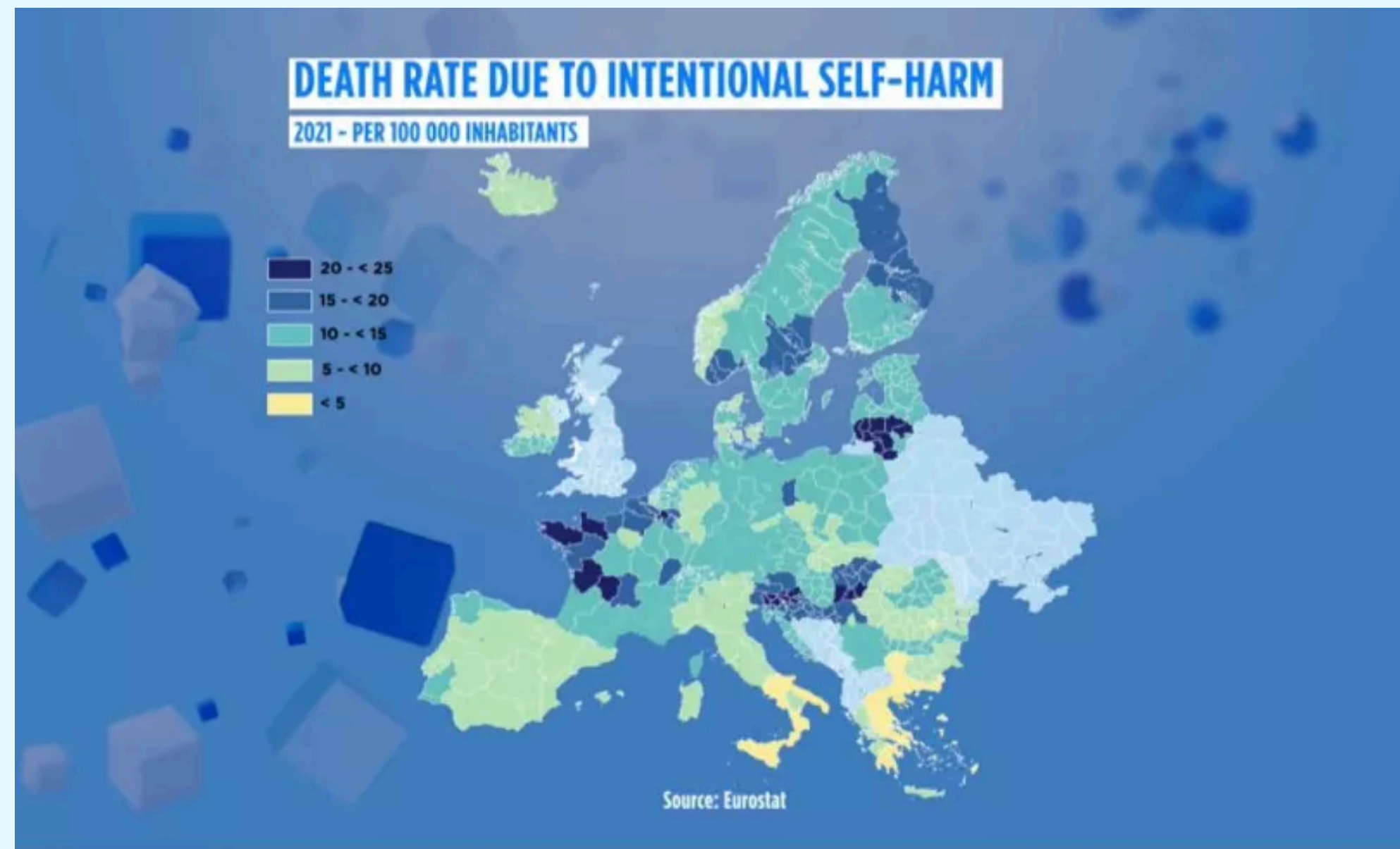
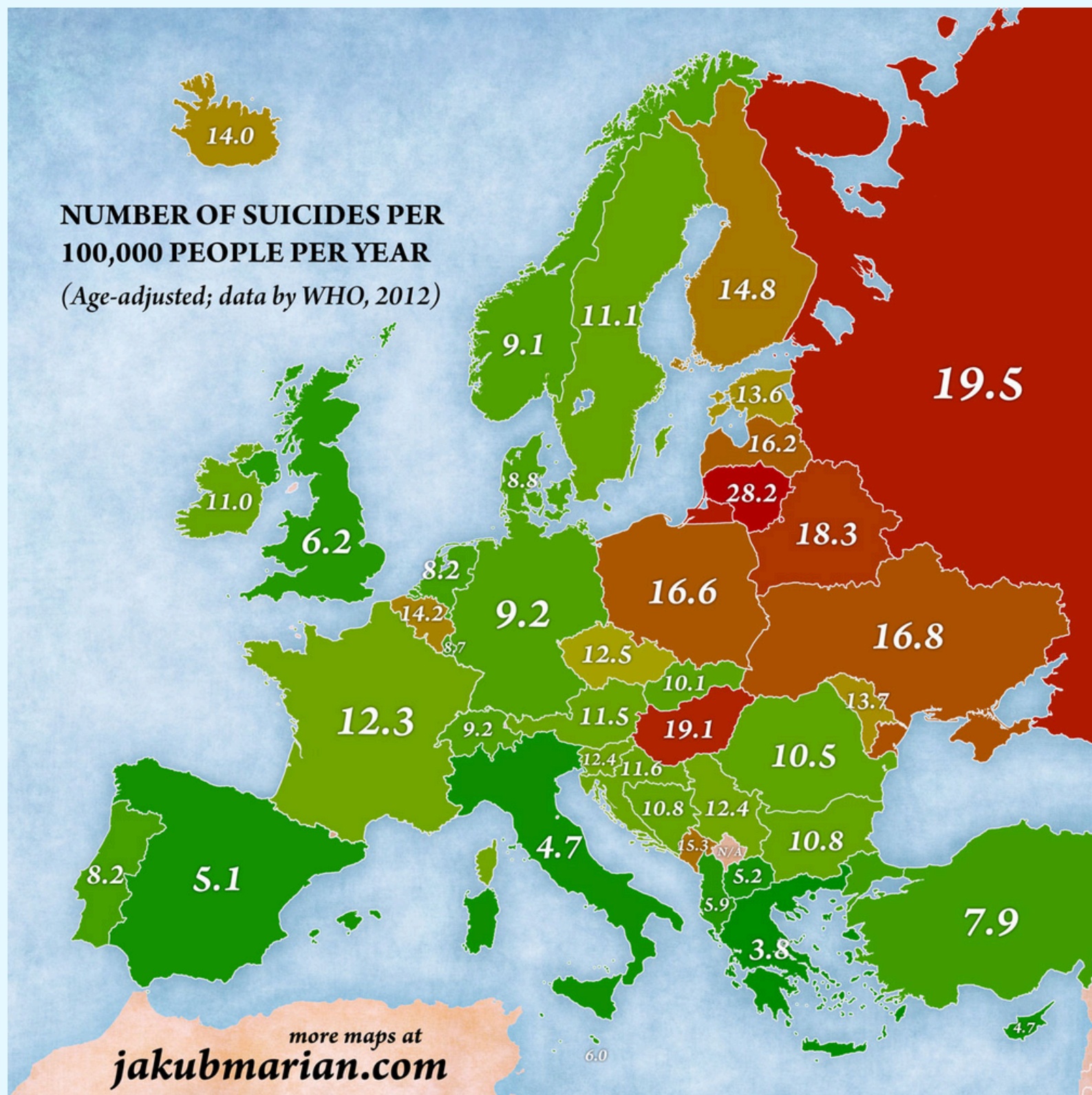
DATOS CLAVE

- 49.000 mortes ao ano en Europa
- 1 cada 10 minutos
- 70% homes
- Especialmente persoas de 15-30 anos



CRISE CLIMÁTICA

- Máis casos en verán: España, Francia, Italia, Alemaña
- A calor agrava trastornos mentais
- Secas e perdas económicas → estrés e desesperanza
- Necesidade de prevención e apoio psicolóxico



Alumnos de psicología de 2bacharelato

Rodrigo Fernandez Martinez

Joel Otero Rodríguez

Lucas Olivier Cabral Posada

Paula Rodríguez Martínez

Sara Gómez Fernández

Lara Costas Crespo

Amanda Cuadrado Gonzalez

Nicolás Villar Ocampo

Javier Pérez Sierra

Sofía Pérez García

Tania Rodríguez Álvarez

Irene de la Fuente Pérez

Xoel Martin Campos

Antia Hermida Alonso