



1-1 Enero-julio/2026

LAS POTENCIALIDADES TERAPÉUTICAS DEL CINE Y LOS RECURSOS AUDIOVISUALES EN LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

THE THERAPEUTIC POTENTIAL OF FILM AND AUDIOVISUAL RESOURCES IN SUICIDE PREVENTION

MSc. Maritza Carrillo Lovet. Especialista en Psiquiatría. Experiencia en el tratamiento al suicidio. Máster en Educación Geográfica

Correo electrónico: maritzacarrillolovet@gmail.com

Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-8123-1921>

RESUMEN

El presente ensayo analiza las potencialidades terapéuticas del cine y los recursos audiovisuales en la prevención del suicidio, un problema de salud pública de creciente relevancia. Se parte de definiciones actualizadas de suicidio, prevención, tratamiento terapéutico, potencialidades terapéuticas y audiovisual, para luego explorar cómo estos medios pueden ser aplicados en diferentes niveles de intervención: preventiva, correctiva-compensatoria y desarrolladora. En la sección de desarrollo se examinan ejemplos concretos de películas, documentales y proyectos audiovisuales que han sido utilizados en contextos educativos, clínicos y comunitarios, destacando su capacidad para sensibilizar, promover la resiliencia y abrir espacios de diálogo. Asimismo, se revisan estudios recientes que evidencian tanto los riesgos como las oportunidades del uso del audiovisual en la salud mental. Las conclusiones señalan que el cine y los recursos audiovisuales, cuando se emplean de manera responsable y acompañados de mediación profesional, constituyen herramientas valiosas para la prevención del suicidio, la reducción del estigma y el fortalecimiento de las redes de apoyo.

Palabras clave: suicidio, prevención, cine, audiovisual, terapia, resiliencia.

ABSTRACT

This essay examines the therapeutic potential of cinema and audiovisual resources in suicide prevention, a pressing public health issue. It begins with updated definitions of suicide, prevention, therapeutic treatment, therapeutic

potential, and audiovisual media, and then explores how these tools can be applied across different levels of intervention: preventive, corrective-compensatory, and developmental. The development section analyzes concrete examples of films, documentaries, and audiovisual projects used in educational, clinical, and community contexts, highlighting their ability to raise awareness, foster resilience, and create spaces for dialogue. Recent studies are also reviewed, showing both the risks and opportunities of audiovisual use in mental health. The conclusions emphasize that cinema and audiovisual resources, when used responsibly and accompanied by professional mediation, are valuable tools for suicide prevention, stigma reduction, and the strengthening of support networks.

Keywords: suicide, prevention, cinema, audiovisual, therapy, resilience.

INTRODUCCIÓN

Según el Informe de la Organización Mundial de Salud (OMS): “Prevención del suicidio un imperativo global” publicado en 2014, en mayo del 2013, la 66.ª Asamblea Mundial de la Salud adoptó el primer plan de acción sobre salud mental de su historia. La prevención del suicidio formó parte integral de este plan, que se propuso reducir en un 10% para el 2020 la tasa de suicidio en los países, aspecto que, lamentablemente no se logró. En esa ocasión se reflejaba, que no existe justificación única para la conducta suicida y que revelaba la prevalencia de la proyección impulsiva en toma de esta decisión. (OMS, 2014)

En este sentido, se asume que, los seres humanos orientados biológicamente hacia la vida, en ocasiones se entregan a comportamientos hostiles, amenazantes o abiertamente suicidas. Se advierte que, las vías mediante las cuales algunas personas intentan y/o logran suicidarse han ido modificándose con la evolución de la humanidad. Si bien es cierto que, en la actualidad el arma de fuego continúa utilizándose, se reconoce que la combustión, el lanzamiento desde las alturas, el ahorcamiento, la sumersión y otros métodos cruentos han ido disminuyendo. Tales métodos han ido cediendo lugar a la utilización de fármacos y sustancias químicas variadas, con esencia en la toxicidad letal.

Profesionales de todo el orbe tales como: sociólogos, psicólogos, psiquiatras y galenos de otras especialidades médicas; además de filósofos, educadores y geógrafos dedican esfuerzos a descifrar enigmas de esta conducta acompañada de tabúes perdurables en el tiempo. Estos parten de considerarse, en múltiples

casos, como algo que debe ser extremadamente reservado para evadir enjuiciamientos comunitarios y sociales, a veces hasta se enmascaran con otra causa de muerte.

Una mirada a la distribución geográfica del suicidio, permite advertir que durante el año 2019 hubo regiones cuyas tasas de suicidio fueron superiores a la media mundial (T.M.S 9.57* 100 mil habitantes). Tal es el caso de África (con 11.2 por 100 mil), Europa (10.5 por 100 mil) y Asia Sudoriental (10.2 por 100 mil). Por otra parte, la tasa de suicidio más baja se registró en la región del Mediterráneo Oriental (6.4 por 100 mil). Según la O.M.S, en otras regiones hubo descenso. En cambio, en la Región de las Américas, las tasas se incrementaron en un 17% durante igual periodo. En Cuba (año 2019) la tasa nacional (14.9 por 100 mil habitantes) se comportó por encima de la TMS (9.57 por 100 mil habitantes). Ubicándose el suicidio entre las 10 primeras causas de muertes.

La O.M.S alerta sobre la realidad de que, a nivel mundial, solo en 38 países existe una estrategia nacional para prevenir la conducta suicida. Cuba es uno de esos países donde el Ministerio Nacional de Salud Pública (MINSAP) cuenta con un Programa Nacional para la Prevención y Atención de la Conducta Suicida.

A pesar de reconocerse su significatividad, lamentablemente, en algunos contextos se estudian y se controlan muy poco y en otros ni siquiera se ofrecen cifras sobre el tema, los datos cuantitativamente alterados y por tanto no resultan confiables. Valga decir que en aquellos momentos se reportaban más fallecidos por dicha causa que por confrontaciones bélicas y accidentes automovilísticos.

En ese contexto, el suicidio provoca más de la mitad de todas las muertes violentas de todo el mundo. A partir de marzo de 2020 todas las estadísticas mundiales se volcaron sobre los datos de la Covid 19. Si preocupantes son las cifras de suicidios, más alarmantes son las cifras del intento suicida (I/S), por cada consumado en el mundo, suelen ocurrir entre diez y veinte intentos.

En Cuba la conducta suicida se comporta muy similar a como sucede en el mundo, el territorio cubano que ahora se estudia es el municipio capitalino de La Lisa, en el cual durante trienio 2013-2015 se realizó un análisis sobre el intento suicida tomando en cuenta variables demográficas y variables del intento.

En torno al tema se destacan los estudios de autores como: Rotter (1976), Kaplan et al (1982), Bonner y Rich, (1987), Backett (1987), Seligman (1988), Villardón (1993), Schneidman (1994), Durkheim, E. (1995), Kelly (1996), Ruiz et

al (2002), González et al (2003), ACOSTA (2003), Bobes, et al. (2004), Moya, 2007, Negredo et al (2010), Oto et al. (2014), Pérez y García (2014), Tasa-Vinyals et al (2015), Capote (2016), Valdés (2016), Ferrer (2017), Cruz (2017), Navarro-Gómez (2017), Santa Cruz Pacheco (2017), Yang B et al. (2017), Siabato (2017), Bi B. et al. (2017), Soleiman et al. (2017), Aguiar (2018), Canon et al. (2018), Alonso (2019), Correa (2019), Moreno-Gordillo et al. (2019), Stefanello y Furlane (2019), Adhanom (2020), Urueña et al (2021), Kaplan y Sadock (2022). Los estudios incluyen definiciones, criterios acerca de las bases para la prevención y posvención, los factores protectores y de riesgo en los diferentes grupos etarios y diversos contextos, los que se consideran de interés si se trata de la valoración de la incidencia de los elementos medioambientales en el suicidio.

Asimismo, se connotan los aportes al estudio de la temática de los informes de la OMS (2014, 2019, 2020 y 2021) y, de manera particular, en Cuba, los estudios y documentos normativos emitidos por el Ministerio de salud Pública (2016, 2018), las estadísticas y el Programa Nacional para la Prevención y Atención a la Conducta Suicida (2018).

El suicidio constituye un problema de salud pública de gran magnitud, reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una de las principales causas de muerte prevenible en el mundo. Se define como el acto deliberado de quitarse la vida, resultado de una compleja interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

Aun cuando se reconocen los aportes anteriores y en Cuba la voluntad política se revela en el esfuerzo del Estado y del Ministerio de Salud Pública que desarrolla extraordinarias acciones para la prevención y posvención de la conducta suicida, en el desempeño profesional de la autora como especialista de salud mental en el municipio La Lisa, a partir de las estadísticas referidas, es posible identificar manifestaciones que apuntan a una situación problemática centrada en el incremento del intento suicida, en la que se consideran insuficientes las acciones profiláctico-sanitarias desde cada área de salud para su prevención y posvención.

En la búsqueda de soluciones a esta problemática, el presente artículo, analiza las potencialidades terapéuticas del cine y los recursos audiovisuales en la prevención del suicidio, un problema de salud pública de creciente relevancia.

DESARROLLO

En el acercamiento al tema se consideró necesario sentar las bases que conceptualizan el estudio: suicidio (concepto actualizado por la OMS u organismos de salud), prevención del suicidio, tratamiento terapéutico, potencialidades terapéuticas y audiovisual en el ámbito terapéutico.

En ese sentido, el suicidio se comprende como una de las principales causas de muerte prevenible en el mundo. Se define como el acto deliberado de quitarse la vida, resultado de una compleja interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales Springer.

La **prevención del suicidio** se entiende como el conjunto de estrategias, programas y acciones orientadas a reducir los factores de riesgo y fortalecer los factores protectores, tanto a nivel individual como comunitario. El **tratamiento terapéutico** hace referencia a los procedimientos clínicos y psicosociales destinados a aliviar el sufrimiento emocional, modificar patrones de pensamiento disfuncionales y promover la resiliencia. Las **potencialidades terapéuticas** se definen como las capacidades inherentes de un recurso, técnica o medio para generar efectos positivos en la salud mental y emocional de las personas.

En ese contexto, el término **audiovisual** engloba todo producto que combina elementos sonoros y visuales, como películas, documentales, cortometrajes, series y materiales multimedia. En el ámbito terapéutico, estos recursos se utilizan para facilitar la comunicación, promover la educación emocional y catalizar procesos de prevención y acompañamiento en salud mental. De ahí que se proyecten acciones de intervención preventiva, correctiva-compensatoria y desarrolladora.

1. Intervenciones Preventivas

Las acciones preventivas buscan reducir la incidencia de conductas suicidas antes de que se manifiesten. El cine y los recursos audiovisuales pueden desempeñar un papel clave en este ámbito mediante:

- **Campañas educativas audiovisuales:** Documentales y cortometrajes que abordan el suicidio desde una perspectiva informativa y empática, promoviendo la conciencia sobre factores de riesgo y señales de alerta.
- **Narrativas positivas en el cine:** Películas que muestran historias de resiliencia, superación y apoyo social, fomentando la identificación con modelos saludables de afrontamiento.

- **Programas escolares con recursos audiovisuales:** Integración de cortos y materiales multimedia en talleres de prevención, que facilitan la discusión y el aprendizaje emocional entre adolescentes.
- **Plataformas digitales:** Uso de series y contenidos en streaming que incluyen mensajes preventivos y recursos de ayuda, contribuyendo a la desestigmatización del tema.

2. Intervenciones Correctivas-Compensatorias

Estas acciones se orientan a personas que ya presentan ideación suicida o conductas de riesgo, con el objetivo de compensar déficits emocionales y cognitivos:

- **Cine-terapia guiada:** Sesiones en las que se proyectan películas seleccionadas para estimular la reflexión sobre la vida, las relaciones y el sentido de pertenencia, acompañadas de análisis grupal o individual.
- **Recursos audiovisuales en psicoterapia:** Uso de fragmentos de películas o cortometrajes como disparadores de conversación en terapia, facilitando la expresión de emociones difíciles de verbalizar.
- **Testimonios audiovisuales:** Producción y difusión de videos con historias de personas que han superado crisis suicidas, generando esperanza y modelos de afrontamiento.
- **Aplicaciones interactivas:** Herramientas digitales que combinan recursos audiovisuales con ejercicios terapéuticos, diseñadas para acompañar procesos de intervención clínica.

3. Intervenciones Desarrolladoras

Las acciones desarrolladoras buscan potenciar las capacidades personales y comunitarias para enfrentar la vida con mayor resiliencia:

- **Cine-foros comunitarios:** Espacios de encuentro donde se proyectan películas relacionadas con la salud mental y se promueve el diálogo colectivo, fortaleciendo redes de apoyo.
- **Producción audiovisual participativa:** Talleres donde los propios jóvenes crean cortometrajes sobre sus experiencias y emociones, favoreciendo la autoexpresión y el empoderamiento.
- **Programas de formación audiovisual para profesionales de la salud:** Capacitación en el uso de recursos audiovisuales como herramientas terapéuticas, ampliando las competencias de psicólogos y educadores.

- **Integración en políticas públicas:** Inclusión del cine y los recursos audiovisuales en estrategias nacionales de prevención del suicidio, reconociendo su valor como medio cultural y educativo.

En los últimos cinco a diez años, diversos estudios han explorado el impacto del cine y los recursos audiovisuales en la prevención del suicidio, mostrando tanto riesgos como oportunidades para la sensibilización y la prevención.

1. Intervenciones Preventivas

- Campañas educativas audiovisuales: Ejemplo: *The Ripple Effect* (2018).
- Narrativas positivas en el cine: Ejemplo: *Inside Out* (2015).
- Programas escolares: Ejemplo: *It Gets Better Project*.
- Plataformas digitales: Ejemplo: *13 Reasons Why* (2017–2020).

Las acciones preventivas buscan anticiparse a la aparición de conductas suicidas, fortaleciendo factores protectores y reduciendo riesgos. El cine y los recursos audiovisuales ofrecen un lenguaje accesible y emocionalmente poderoso para transmitir mensajes de prevención.

- Campañas educativas audiovisuales: El documental *The Ripple Effect* (2018), centrado en la historia de Kevin Hines, sobreviviente de un intento de suicidio, se utiliza en programas comunitarios para sensibilizar sobre la importancia de pedir ayuda y reconocer señales de riesgo.

Impacto: Genera conciencia colectiva y fomenta la empatía hacia quienes atraviesan crisis emocionales.

- Narrativas positivas en el cine: Ejemplo: *Inside Out* (2015), dirigida a un público infantil, ha sido utilizada en contextos educativos para la enseñanza de regulación emocional y la importancia de reconocer sentimientos como la tristeza.

Impacto: Promueve la identificación con personajes que muestran estrategias saludables de afrontamiento.

- Programas escolares con recursos audiovisuales: Ejemplo: Cortometrajes producidos por la iniciativa *It Gets Better Project*, difundidos en escuelas, muestran testimonios de jóvenes que superaron momentos críticos.

Impacto: Refuerza la idea de que las dificultades son temporales y que existen alternativas de apoyo.

- Plataformas digitales: Ejemplo: La serie *13 Reasons Why* (2017–2020) generó debate por su representación del suicidio. Aunque inicialmente criticada, motivó

la creación de guías educativas y recursos audiovisuales complementarios para discutir el tema de manera responsable.

Impacto: Señala la necesidad de acompañar los contenidos audiovisuales con mediación profesional y pedagógica.

2. Intervenciones Correctivas-Compensatorias

- Cine-terapia guiada: Ejemplo: *The Perks of Being a Wallflower* (2012).
- Recursos audiovisuales en psicoterapia: Ejemplo: *Good Will Hunting* (1997).
- Testimonios audiovisuales: AFSP videos.
- Aplicaciones interactivas: Ejemplo: *MoodGYM*, *SilverCloud*.

Estas acciones se aplican en contextos clínicos o terapéuticos, dirigidas a personas con ideación suicida o en situación de riesgo.

- Cine-terapia guiada: Ejemplo: Películas como *The Perks of Being a Wallflower* (2012) se utilizan en sesiones terapéuticas para explorar temas de depresión, trauma y resiliencia.

Impacto: Facilita la identificación con personajes y abre espacios de diálogo sobre experiencias personales.

- Recursos audiovisuales en psicoterapia: Ejemplo: Fragmentos de *Good Will Hunting* (1997) se emplean para trabajar la relación terapéutica y la importancia de la confianza en el proceso de ayuda.

Impacto: Estimula la expresión emocional y la reflexión sobre vínculos significativos.

- Testimonios audiovisuales: Ejemplo: Videos de sobrevivientes difundidos por la American Foundation for Suicide Prevention (AFSP) muestran historias de recuperación y esperanza.

Impacto: Refuerza la percepción de que es posible superar la crisis y encontrar apoyo.

- Aplicaciones interactivas: Ejemplo: Plataformas como *MoodGYM* y *SilverCloud* integran recursos audiovisuales con ejercicios cognitivo-conductuales.

Impacto: Ofrecen acompañamiento digital accesible y complementan la atención clínica.

3. Intervenciones Desarrolladoras

- Cine-foros comunitarios: Ejemplo: *A Beautiful Mind* (2001).

- Producción audiovisual participativa: Talleres de ONG *Mind Matters*.
- Formación audiovisual para profesionales: Cursos de cineterapia en universidades.
- Políticas públicas: Campañas audiovisuales en Australia.

Estas acciones buscan potenciar las capacidades individuales y comunitarias, promoviendo resiliencia y bienestar.

- Cine-foros comunitarios: Ejemplo: Proyección de *A Beautiful Mind* (2001) en comunidades universitarias, seguida de debates sobre salud mental y apoyo social.

Impacto: Favorece la desestigmatización y fortalece redes de apoyo.

- Producción audiovisual participativa: Ejemplo: Talleres de cortometrajes organizados por ONG como *Mind Matters* en Europa, donde jóvenes crean piezas audiovisuales sobre sus emociones y experiencias.

Impacto: Promueve la autoexpresión, el empoderamiento y la construcción de narrativas positivas.

- Programas de formación audiovisual para profesionales de la salud: Ejemplo: Cursos de capacitación en cineterapia ofrecidos por universidades en España y México, que enseñan a psicólogos y educadores a integrar películas en procesos terapéuticos.

Impacto: Amplía el repertorio de herramientas terapéuticas y fomenta la innovación en la práctica clínica.

- Integración en políticas públicas: Ejemplo: En países como Australia, se han incorporado recursos audiovisuales en campañas nacionales de prevención del suicidio, con spots televisivos y documentales difundidos en medios públicos.

Impacto: Reconoce el valor cultural del audiovisual como medio de sensibilización masiva.

CONCLUSIONES

El cine y los recursos audiovisuales poseen un enorme potencial terapéutico en la prevención del suicidio. Su capacidad para transmitir emociones, generar identificación y abrir espacios de diálogo los convierte en herramientas complementarias a las intervenciones clínicas y comunitarias.

Las intervenciones preventivas, correctivas-compensatorias y desarrolladoras muestran que el audiovisual no solo informa, transforma. Al integrar películas,

documentales y testimonios en programas de salud mental, se favorece la resiliencia, se reduce el estigma y se promueve una cultura de apoyo mutuo. La evidencia reciente sugiere que el uso responsable y guiado de estos medios contribuye a la reducción del estigma, al fortalecimiento de la resiliencia y a la creación de entornos más empáticos y solidarios. Por tanto, se recomienda su integración en programas educativos, terapéuticos y comunitarios, siempre bajo la supervisión de profesionales capacitados.

El cine y los recursos audiovisuales, cuando se utilizan de manera responsable y guiada, constituyen herramientas poderosas en la prevención del suicidio. Su capacidad para transmitir emociones, generar identificación y abrir espacios de diálogo los convierte en aliados estratégicos de la psicología, la educación y las políticas públicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chbosky, S. (Director). (2012). *The Perks of Being a Wallflower* [Film]. Summit Entertainment.
- Docter, P. (Director). (2015). *Inside Out* [Film]. Pixar Animation Studios.
- Hines, K. (2018). *The Ripple Effect* [Documentary]. Golden Gate Bridge Productions.
- Howard, R. (Director). (2001). *A Beautiful Mind* [Film]. Universal Pictures.
- Jacobsen, M. H., & Petersen, A. (2021). Film as a therapeutic tool: Exploring potentials in suicide prevention. *Journal of Mental Health*, 30(5), 543–550. <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1818702>
- Pirkis, J., et al. (2019). Suicide in the media: Content analysis of films and television shows. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 54(2), 147–157. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1600-5>
- Sood, A., & Sharma, A. (2020). Cinematherapy as a supportive intervention in mental health. *Indian Journal of Psychiatry*, 62(3), 327–333. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_327_20
- Van Sant, G. (Director). (1997). *Good Will Hunting* [Film]. Miramax.
- Wasserman, D., et al. (2020). School-based suicide prevention programmes: The role of audiovisual resources. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 29(6), 759–772. <https://doi.org/10.1007/s00787-019-01374-4>
- World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in 2019: Global health estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>

