

TEXAS SUICIDE FACTSHEET ON

# HISPANIC

AMERICANS





## Hispanics/Latinos May Soon be the Majority in Texas

The Hispanic/Latino American population is growing rapidly. About 35.3 million people now say they are Hispanic Americans. The number is expected to increase to 97 million by 2050 - nearly one-fourth of the U.S. population. Almost two-thirds of Hispanic Americans identify as Mexican American, with the remainder being of Puerto Rican, Cuban, South American, Central American, Dominican, and Spanish origin.

In Texas and much of the Southwest, the growth is huge. The U.S. Census Bureau reports that between July 1, 2005, and July 1, 2006, Texas' Hispanic population increased by 305,000, which led all states. Texas expects to soon be a state where Hispanic Americans may be a majority. The National Strategy for Suicide Prevention urges that efforts to prevent suicide respect and respond to a person's culture.

## Hispanic Americans Come From Diverse Countries, History, Trauma and Belief Systems

Texas has seen a tremendous growth in Latino immigrants coming from diverse countries, with different history, belief systems, and trauma experienced. Immigrants arrive with less money, fewer social networks, less employment opportunities and experience more discrimination than U.S. ethnic peers, which places them at higher risk. And, they have less access to professional helpers or have not learned skills to find a way of obtaining help. This means that suicide prevention for immigrants and other Latino/Hispanic families must include detailed information on how to access help.

Differences between different generations often include different beliefs and customs in more traditional Latino families, and that family conflict or other family problems can increase the isolation

of a high-risk teen. There are a number of considerations for effective suicide prevention: U.S. culture, family culture, social and economic status, immigrant status, acculturation and peer influence.

When talking about mental health and suicide prevention in traditional Hispanic groups, meeting in small intimate groups or in a family-like environment helps establish trust. Prevention efforts should also involve community leaders who can offer suggestions about training different groups of people, and use bilingual materials that are appropriate. Stigma is not culturally bound; that is, not necessarily between Hispanics and non-Hispanics. Rather stigma varies within a culture: parents to kids; teachers to students; college educated to GED. It is important to understand the reasons that a particular child or family member feels stigma about mental health or suicide prevention, for these may differ. Understanding differences in needs can help find preventive methods to respond to the individual. Protective factors are also important, and must be recognized. Preventive approaches include recognizing cultural strengths such as sense of honor, respect for authority, the importance of family, and group membership in community or in faith-based activities.

**Risk factors for suicide** may be culture bound. The Substance Abuse and Mental Health Administration reports these might include:

- ◆ susto (fright),
- ◆ nervios (nerves),
- ◆ mal de ojo (evil eye), and
- ◆ ataque de nervios (nervous breakdown).

Symptoms of an ataque may include screaming uncontrollably, crying, trembling, verbal or physical aggression, feeling outside of oneself, seizure-like or fainting episodes, and suicidal gestures.

---

\* The term "Hispanic Americans" includes many racial, ethnic, and cultural groups. The term "Hispanic American" is used in this document because the majority of data and research use this category. When specific sources refer to Latinos or Mexican Americans, those terms are used.

Other **warning signs of suicide** common to all cultures include:

- ◆ Suicide threats
- ◆ Previous suicide attempts
- ◆ Alcohol and drug abuse
- ◆ Statements revealing a desire to die
- ◆ Sudden changes in behavior
- ◆ Prolonged depression
- ◆ Making final arrangements or giving away possessions
- ◆ Buying a gun or stockpiling pills

### **Ask About Suicide, Listen, Assist in Accessing Help**

When you see these warning signs or a number of risk factors, it is important to question the person about suicide. Do they have thoughts? Feelings? Plans? Don't be afraid to ask.

**Listen carefully and convince the person to get help.** Find out if the person knows how to access help or if you will have to do more. Say, "I really care." and "Let me help," or "Please come with me to find some help."

**Refer the person to appropriate help or take them to a helping person or agency.** If a youth, contact a parent or adult who can help such as school personnel, a counselor, social worker, or psychologist, physician, or clergy. If you are an adult, help the person you are with to find how to go through the health care and mental health system in their area to get the help they need.

**In a crisis, call 911** and ask for the mental health officers in your area or mobile crisis outreach team or go to the nearest hospital emergency room. **1-800-273-TALK (8255)** is a national suicide prevention helpline number with bilingual capabilities. For more information on Suicide Prevention in Texas, go to **[www.TexasSuicidePrevention.org](http://www.TexasSuicidePrevention.org)**.



**[www.TexasSuicidePrevention.org](http://www.TexasSuicidePrevention.org)**

©2008 Mental Health America of Texas



### **Adult Suicide Facts**

The Centers for Disease Control and Prevention and the Texas Department of State Health Services report that, from 1999 to 2004, among Hispanic Americans:

- ◆ Suicide ranked as the 11th leading cause of death for individuals of Hispanic origin of all races and ages, and the third leading cause of death for those 15 to 24 years old.
- ◆ The suicide rate for all ages in the U.S. among Hispanic Americans was 5.09 per 100,000, about half the overall U.S. rate of 10.75 per 100,000. In Texas, it was 5.6, slightly higher than the African American rate of 5.3 and also about half the overall Texas rate of 10.7 per 100,000.
- ◆ The highest suicide rate, 30.69 per 100,000, was found among adult males 85 and older in the U.S. overall. In Texas, the highest suicide rate for Hispanic Americans was also found in older seniors.

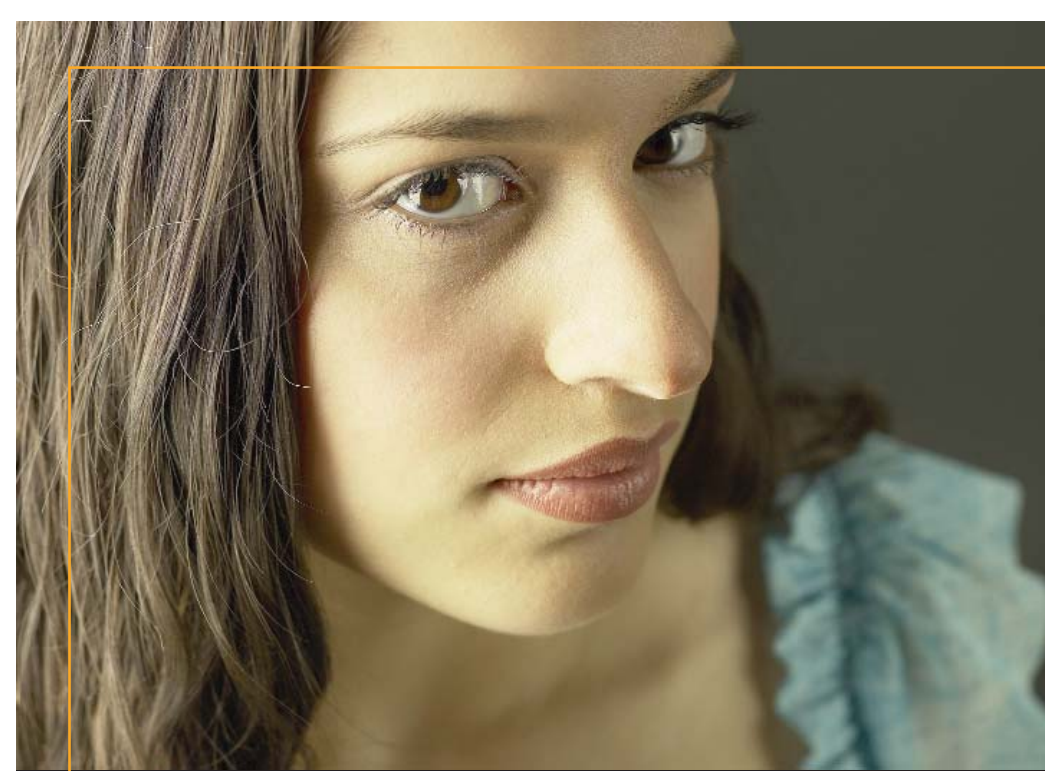


### **Youth Suicide Facts**

According to the Youth Risk Behavior Survey, in 2005, among Hispanic American high school students:

- ◆ 11.3% reported having made a suicide attempt (vs. 8.4% overall U.S.).
- ◆ 14.5% reported having made a suicide plan (vs. 13% overall U.S.).
- ◆ 17.9% reported having seriously considered attempting suicide in the last 12 months (vs. 16.9% overall U.S.).
- ◆ More Hispanic female students report suicidal ideation and behaviors than their non-Hispanic white or black female counterparts:
  - 24.2% reported having seriously considered attempting suicide (vs. white: 21.5%; black: 17.1%).
  - 18.5% reported having made a suicide plan (vs. white: 15.4%; black: 13.5%).
  - 14.9% reported having made a suicide attempt (vs. white: 9.3%; black: 9.8%).
  - 3.7% reported having made a suicide attempt that required medical attention (vs. white: 2.7%; black: 2.6%).

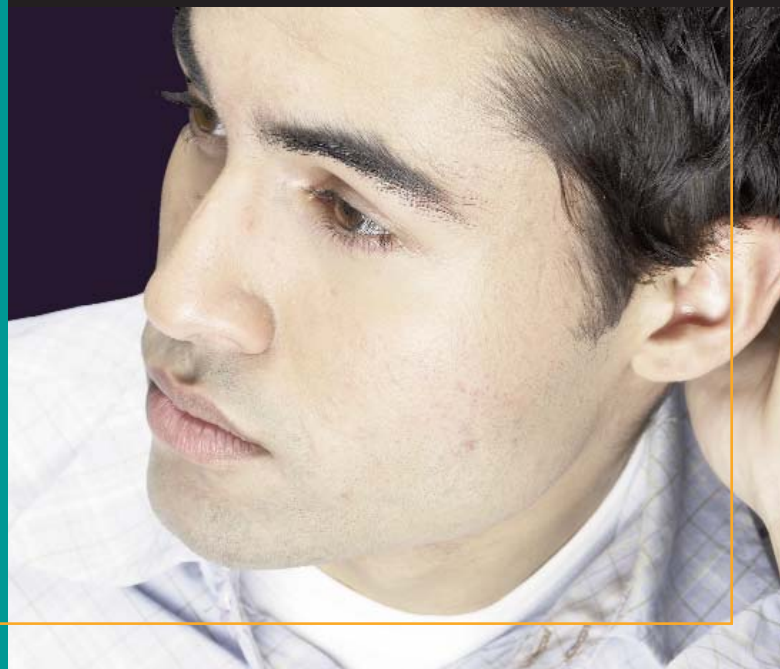
Of particular concern for Texas is that the Texas Hispanic female student attempt rate was higher than that of the U.S. overall.



Hoja de Datos Sobre el Suicidio de

# AMERICANOS DE ORIGEN HISPANO

en Texas





## Hispanos/latinos podrían estar cerca de constituir una mayoría en Texas

La población hispana/latina está creciendo con rapidez. Alrededor de 35.3 millones de personas actualmente dicen ser de ascendencia hispana. Se proyecta que para 2005 la cifra haya aumentado a 97 millones - casi un cuarto de la población de los Estados Unidos. Casi dos tercios de los americanos de origen hispano se identifican como mexicano-americanos, con el resto siendo de origen puertorriqueño, cubano, sudamericano, centroamericano, dominicano, y español.

En Texas y gran parte del sudoeste de los Estados Unidos el aumento es enorme. El Buró del Censo de los Estados Unidos informa que entre el 1º de julio de 2005 y el 1º de julio de 2006, la población hispana de Texas creció por 305,000 personas, más que ningún otro Estado. Texas anticipa que pronto pudiera ser un estado donde los americanos de origen hispano constituyan la mayoría. La Estrategia Nacional para la Prevención del Suicidio exhorta a que los esfuerzos para prevenir el suicidio respeten y respondan a la cultura de la persona.

## Los americanos de origen hispano provienen de diversos países, historias, traumas, y sistemas de creencias

Texas ha visto un enorme crecimiento en el número de inmigrantes latinos provenientes de diversos países, con diferentes historias, sistemas de creencias, y traumas sufridos. Los inmigrantes llegan con menos dinero, menos redes sociales, menos oportunidades de empleo, y sufren mayor discriminación que personas de su mismo grupo étnico nacidas en los Estados Unidos, lo que los pone en mayor riesgo. Al mismo tiempo, tienen menos acceso a ayuda profesional o no han aprendido cómo encontrar la forma de obtener ayuda. Esto significa que es imprescindible que la prevención del suicidio entre inmigrantes y otras familias latinas/hispanas incluya información detallada sobre cómo lograr acceso a la ayuda.

Las diferencias entre distintas generaciones con frecuencia incluyen diferentes creencias y costumbres en familias latinas

más tradicionalistas y ese conflicto familiar u otros problemas de familia pueden aumentar el aislamiento de un adolescente a alto riesgo. Para que la prevención del suicidio sea eficaz, el conflicto entre la cultura predominante estadounidense y la cultura de la familia deberá considerarse, al igual que el nivel social y económico, el estado migratorio, la aculturación, y la influencia de los compañeros.

Al hablar de la salud mental y la prevención del suicidio en grupos hispanos tradicionales, reunirse en grupos pequeños con un ambiente íntimo ayuda a establecer la confianza, incluso sentándose a comer como en familia. Los esfuerzos de prevención deberán también incluir a líderes de la comunidad que puedan brindar sugerencias sobre la capacitación de diversos grupos y usar materiales bilingües que sean apropiados. El estigma no está atado a la cultura. No se limita a entre hispanos y no hispanos, sino que varía dentro de una cultura: de padres a hijos, de maestros a alumnos, de los que tienen títulos universitarios a los de escasa escolaridad. Es importante comprender las razones por qué un niño o miembro de la familia en particular siente estigma en cuanto a la salud mental o la prevención del suicidio, ya que éstas pueden diferir. Comprender las diferencias en necesidades puede ayudar a encontrar métodos preventivos que respondan al individuo. Factores protectores son también importantes y deberán reconocerse. Las metodologías de prevención incluyen el reconocimiento de las fortalezas culturales como el concepto de honor, el respeto a la autoridad, y la integración a grupos en la comunidad o en actividades religiosas.

**Los factores de riesgo para el suicidio** podrían estar atados a la cultura. La Administración de Abuso de Substancias y Salud Mental informa que estos pueden que incluyan:

- ◆ Susto
- ◆ Nervios
- ◆ Mal de ojo
- ◆ Ataque de nervios

Síntomas de un ataque pueden incluir gritar incontrolablemente, llorar, temblar, agresión física o verbal, sentirse fuera de sí mismo, episodios convulsivos o de pérdida de conocimiento, e insinuaciones suicidas.

\*La expresión "americanos de origen hispano" abarca muchos grupos raciales, étnicos, y culturales. La expresión "americanos de origen hispano" se usa en este documento porque la mayoría de los datos e investigaciones usan esta categoría. Cuando fuentes específicas se refieren a latinos o mexicano-americanos, se usan estos vocablos.

Otros **indicios que alertan a la intención de suicidarse** compartidos por todas las culturas incluyen:

- ◆ Amenaza de suicidarse
- ◆ Anteriores intentos suicidas
- ◆ Abuso de alcohol y drogas
- ◆ Expresiones que revelan el deseo de morir
- ◆ Cambios súbitos en el comportamiento
- ◆ Depresión prolongada
- ◆ Hacer planes para después de la muerte o regalar sus pertenencias
- ◆ Comprar un arma de fuego o acumular calmantes

## Pregunte acerca del suicidio, escuche, ayude a conseguir ayuda

Cuando vea estos indicios que alertan a la intención de suicidarse o algún del sin número de factores de riesgos, es importante interrogar a la persona acerca del suicidio. ¿Piensan en el suicidio? ¿Sienten deseo de suicidarse? ¿Tienen planes de hacerlo? No tenga miedo de preguntar.

**Escuche con cuidado y convenga a la persona a obtener ayuda.** Averigüe si la persona sabe cómo conseguir ayuda o si tendrá que hacer más por ayudar. Diga, "Tú me importas a mí" y "Déjame ayudarte" o "Por favor, acompáñame y juntos buscaremos ayuda".

**Mande la persona a la ayuda apropiada o llévela a alguien o a alguna agencia que lo ayudará.** Si se trata de un menor, comuníquese con uno de los padres o adulto que pueda ayudar, como un maestro, consejero, trabajador social, psicólogo, médico, o miembro del clero. Si se trata de un adulto, ayude a la persona a averiguar cómo navegar por el sistema de cuidados médicos y de salud mental de su localidad para obtener la ayuda que necesita.

**En una crisis, llame al 911** y pida hablar con el oficial de salud mental de su localidad o con el equipo móvil de atención de crisis, o vaya a la sala de emergencia del hospital más cercano. **1-800-273-TALK** es la línea telefónica nacional de urgencia para la prevención de suicidios con atención bilingüe. Para más información acerca de la prevención del suicidio en Texas, consulte a **www.TexasSuicidePrevention.org**



**www.TexasSuicidePrevention.org**

©2008 Mental Health America of Texas



## Datos sobre el suicidio por adultos

Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades y el Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas informan que de 1999 a 2004, entre los americanos de origen hispano:

- ◆ El suicidio estuvo en 11º lugar entre las causas de muerte de las personas de origen hispano, fuera cual fuera su raza o edad, y en tercer lugar entre las causas de muerte de aquellas entre 15 y 24 años de edad.
- ◆ La tasa de suicidio para todas las edades entre americanos de origen hispano fue de 5.09 por cada 100,000, aproximadamente la mitad de la tasa global estadounidense de 10.75 por cada 100,000 habitantes. En Texas fue 5.6, poco más alta que la tasa de 5.3 entre los africano-americanos y como la mitad de la tasa global de Texas de 10.7 por cada 100,000 habitantes.
- ◆ La tasa de suicidio más alta en los Estados Unidos, 30.69 por cada 100,000, se encuentra entre hombres de 85 años de edad o más. En Texas, la tasa de suicidio más alta entre los americanos de origen hispano también se encuentra entre ancianos.



## Datos sobre el suicidio por jóvenes

De acuerdo al Estudio de Conducta de Riesgo entre Jóvenes hecho en 2005, entre los estudiantes de secundaria americanos de origen hispano:

- ◆ 11.3% dicen haber intentado suicidarse (vs. 8.4% tasa global en EUA).
- ◆ 14.5% dicen haber hecho planes para suicidarse (vs. 13% tasa global en EUA).
- ◆ 17.9% dicen haber seriamente considerado suicidarse en los últimos 12 meses (vs. 16.9% tasa global en EUA)
- ◆ Más estudiantes hispanas dicen tener ideaciones y conductas suicidas que sus homólogas blancas no hispanas o africana-americanas:
  - ◆ 24.2% dicen haber seriamente considerado intentar de suicidarse (vs. blancas: 21.5%; negras: 17.1%)
  - ◆ 18.5% dicen haber hecho planes para suicidarse (vs. blancas: 15.4%; negras: 13.5%),
  - ◆ 14.9% dicen haber intentado suicidarse (vs. blancas: 9.3%; negras: 9.8%),
  - ◆ 3.7% dicen haber llevado a cabo un intento suicida que requirió atención médica (vs. blancas: 2.7%; negras: 2.6%).

Particularmente inquietante para Texas es que la tasa de intentos de suicidio entre las estudiantes hispanas en Texas es más alta que la tasa global para los Estados Unidos.