

Crear redes de solidaridad, diálogos en Reddit para superar la depresión y las ideas suicidas entre varones

Por: Vladia Ionescu. 19/11/2021

Cuando la gimnasta Simone Biles se atrevió a retar a todo el mundo con su retirada en Tokio 2020, se abrió a debate la importancia de la salud mental en los y las deportistas de élite. Después, se empezó a aplaudir el gesto de la estadounidense y la salud mental pasaba de ser un tabú a comenzar a tratarse libremente, sacando a la luz este problema para el que urge una solución.

Ante los muy preocupantes datos según los cuales el suicidio ha sido la segunda causa de muerte entre la población norteamericana de entre 10 y 34 años en el 2019 o los datos que indican que es la cuarta causa de fallecimiento entre personas de entre 15 y 29 años a nivel mundial, resta decir la necesidad urgente de invertir recursos en la prevención y el apoyo para las personas que lo necesitan.

En el artículo [*Create Solidarity Networks: Dialogs in Reddit to Overcome Depression and Suicidal Ideation among Males*](#), publicado en la revista científica “International Journal of Environmental Research and Public Health” en el número especial de [*Influencia de las Masculinidades en la Salud*](#), se ahonda en la manera en la cual, construyendo redes solidarias a través del diálogo, se podría mejorar la calidad de la salud mental dialogando sobre la depresión y las ideas suicidas en los hombres.

El estudio analiza conversaciones entre hombres en Reddit para observar la relación existente entre los diferentes tipos de masculinidades (dominante, oprimida y alternativa) y la depresión e ideas suicidas, en torno a temas de género y educación, centrándose en aquellas interacciones que conllevan una transformación de las situaciones críticas y que proponen soluciones para superar estos problemas de salud mental. Tener claras ideas como que 1) no todos los hombres son iguales, 2) la importancia de tener modelos de masculinidad diferentes a los tradicionales dominante u oprimido, 3) superar ideas como que los hombres no deben llorar o 4) mostrar sus emociones o la presión de que al ser un hombre se tiene que ser el mejor en todo, entre otros temas, es clave para cambiar las experiencias negativas y transformarlas en positivas y transformadoras.

Las redes sociales ya han demostrado poder ser una herramienta útil para fomentar el impacto social de la ciencia, por lo que la investigación puede ampliar sus campos de análisis en busca de mejorar la calidad de vida de los usuarios y usuarias. Las personas compartimos nuestras vidas en las redes y que se pueda detectar a tiempo cuando corremos el riesgo de que peligre nuestra salud, es de máxima importancia. Es responsabilidad de toda la sociedad crear entornos seguros para prevenir y solidarizarnos con las personas que as

[LEER EL ARTICULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: El diario feminista

Fecha de creación

2021/11/19