

¿QUÉ SON LAS AUTOLESIONES?

Las autolesiones no suicidas (ANS) son conductas a través de las cuales las personas se hacen daño a sí mismas como herramienta para reducir un malestar emocional intenso, como puede ser la ansiedad, la angustia o el estrés, pero no hay intención de suicidio (Javadian et al., 2025; Rascón, 2024). Las formas más comunes de autolesión son los cortes, golpes y quemaduras (Xiao et al., 2022).

Este comportamiento se inicia en la adolescencia, en torno a los

13-17 años

y disminuye a partir de la mayoría de edad (Faura-García et al., 2021; Xiao et al., 2022).

Algunos autores indican que esta edad se inicia a los

11 años

(Han, et al., 2024 y Do Nascimento Brás et al., 2022).

LOS PRINCIPALES FACTORES QUE CONTRIBUYEN A LAS AUTOLESIONES SON:

- Baja autoestima
- Presión e influencia de los amigos
- Conflictos familiares
- Situaciones de abuso

(Javadian et al., 2025).

