

Prevención de la muerte por suicidio

Abordar la temática del suicidio no es fácil. En esta nota se comenta la situación puntual que se da en San Jorge (a 190 km. de Rosario, Argentina), donde los indicadores de esta ciudad, «en algunos casos, **triplican la media nacional**. Un relevamiento del Ministerio Público de la Acusación (MPA) indica que en esa ciudad se registraron un total de **ocho casos en 2017, diez en 2018 y cuatro en lo que va de 2019**. De ese total, doce se dieron en menores de 18 años. Y varios más, casi hasta llegar a un 80 por ciento del total, en jóvenes que no tenían más de 24 años». La mayoría de ellos se dio en el barrio San Martín, que «está cerca del centro, pero **la economía de algunos de sus habitantes** está a kilómetros de distancia de poder acceder a los helados, a los billetes de lotería, a los lentes de última moda. **La pobreza explica parte del flagelo de los suicidios. Pero también las adicciones, los abandonos, la deserción escolar y la violencia familiar**. La licenciada Diana Altavilla, integrante de la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio, trabajó en San Jorge para estudiar la problemática y advirtió todos esos problemas». De lo anterior se desprende que su abordaje, a fin de prevenirlo, debe ser sistémico.

Marsha Linehan, según esta nota de La Nación, es «terapeuta e investigadora estadounidense, profesora de la Universidad de Washington en Seattle, es una de las grandes referentes internacionales en prevención del suicidio y abordaje de pacientes con TLP (Trastorno límite de personalidad, antes conocido como trastorno borderline), caracterizado por inestabilidad emocional, pensamiento extremadamente polarizado y dicotómico, impulsividad, relaciones interpersonales caóticas, muy baja tolerancia a la frustración, ráfagas de rabia ingobernables y sensación de vacío, pero todo

experimentado con mucha más intensidad que el promedio de las personas».

Según la fuente citada «el siguiente dato es sencillamente escalofriante: según la Organización Mundial de la Salud, 800 mil personas se quitan la vida cada año. Hay más muertos por suicidios que por homicidios, guerras o catástrofes naturales. ¿Hay algo que pueda empeorar este panorama? Sí. En adolescentes y jóvenes de hasta 30 años el suicidio es la segunda causa de muerte. Que los números sean epidemiológicamente gravísimos y que sin embargo se hable tan poco del tema confirma que el suicidio sigue siendo un tabú que aun hoy se oculta no solo por el dolor que causa en las familias sino muchas veces por las ideas de culpabilidad y vergüenza que circulan en los deudos».

El sábado 16/6/18, a las 19 hs se pasó la entrevista completa que se puede visualizar en este link. Allí relata su dura vida de juventud, internada en hospitales neuropsiquiátricos, como superó esta situación, su origen católico al cual luego le incorporó el «mindfulness» (o conciencia plena) y las prácticas zen, y la importancia del amor en los vínculos humanos en particular de los padres, pero también y *de otra forma* en la relación terapeuta paciente.

Además de lo mencionado hay otras fuentes que señalan los principales síntomas y una guía sobre qué hacer. En la Ciudad de Buenos Aires hay un Centro de Atención al Suicida y un número de teléfono (135) de atención directa.

Linehan enfatiza en la importancia de tener (podríamos decir de *encontrar y construir*) «razones para vivir», y de que «la vida vale la pena». Lo anterior quiere decir que la vida tiene un *sentido*, y ello no sólo nos aleja del suicidio sino que nos conduce a un mundo mejor.

PD: Marsha Linehan fue invitada a Buenos Aires por la Fundación Foro. En la entrevista que le hace Diego

Sehinkman se observa que Linehan usa la palabra «cliente» para referirse a los pacientes. También se puede traducir como «consultante». Del mismo modo la terapeuta hablará de «venderle al paciente la idea de...». El verbo vender tampoco debe interpretarse aquí de modo literal, sino que funciona como sinónimo de persuadir. Por otro lado es interesante el estudio que menciona sobre la incidencia que tiene la crueldad entre los niños, así como la falta de escucha y de amor de los padres, en la las tendencias suicidas futuras.