
Evitar el suicidio

El pasado 10 de septiembre se vivió otro día más de la jornada internacional contra el suicidio. Actualmente, alrededor de un millón de personas muere por suicidio cada año en el mundo. Un cuarto de estas muertes es en menores de 25 años.

Respecto a este grave punto, Chile ocupa uno de los primeros lugares, es decir, se observa una tasa de aumento de los suicidios alarmante. Este dato es importante y muchas veces se ha interpretado mal: no es que las chilenas y los chilenos se suiciden más que los habitantes de otros países, al menos no por el momento.

En Chile, cada año aumenta la cantidad de muertes por suicidio, y ese aumento anual es superior al de casi todos los países del mundo. Si esto fuese una horrorosa carrera, podríamos decir que, pese a que todos los participantes van acelerando, Chile va acelerando a una tasa mayor que el resto, significativamente mayor. Pronto podrá ser, en efecto, el más rápido, y el más rápido gana la carrera. Por cierto, esta no es una carrera que queramos ganar. Por lo tanto es urgente actuar al respecto, pero ¿qué podemos hacer?.

Muchos expertos han señalado que eso

de que el que avisa, no se suicida, es un mito. Por eso es clave ver las señales que entrega el afectado de algún grado de depresión para evitar el suicidio.

Recientemente, el Ministerio de Salud de Chile publicó una guía con «recomendaciones para la prevención de la conducta suicida en establecimientos educacionales». Se trata de un recurso importantísimo, ya que la prevención debe iniciarse temprano y los establecimientos educacionales son un lugar propicio de vigilancia, prevención e intervención de la conducta suicida.

La pérdida de un ser querido por suicidio puede tener graves consecuencias para la salud física y mental de las personas, así como para el bienestar de familias y comunidades. Se denomina «sobrevivientes» a aquellas personas vinculadas afectivamente a quienes han intentado suicidarse o han muerto por suicidio (familiares, amigos, compañeros) y se han visto afectadas en distintos grados por la pérdida. Al tratarse de una muerte repentina y estigmatizada, una interrupción violenta de la vida cotidiana que altera profundamente las dinámicas familiares, el duelo por suicidio presenta características que lo diferencian de otros tipos de duelo.