

COMENTARIOS

Salud mental

En una sociedad donde el imperativo es lo inmediato, querer llegar primero es necesario y producir más es la regla, la temática del suicidio condensa preguntas que bordean una incertidumbre casi existencial. Esto debido a que, pensar en el suicidio es pensar en la muerte, y no siempre estamos listos para sumergirnos en esa conversación.

Muchos mitos surgen alrededor de la conducta suicida, nos hemos acostumbrado a escuchar frases como “lo hacen para llamar la atención”, “quien se quiere suicidar no lo dice” o “hablar de suicidio lo provoca”. Lo cierto es que quienes manifiestan la idea de acabar con su vida, no exponen un mero llamado de auxilio, ya que existe una intención genuina por concretar dicha acción. Hablar sobre la muerte tampoco es un gatillante que provoque una conducta en esta esfera.

El suicidio es una expresión de inexorable dolor. No se trata de la voluntad de morir, sino más bien, de poner un punto final al sufrimiento. Por tanto, quien se suicida no quiere, realmente, morir. Y en este acto de querer terminar con el dolor mediante la muerte, confluyen aspectos sociales, psicológicos, filosóficos, religiosos e incluso políticos (a propósito de las políticas de salud mental a nivel mundial). Es un fenómeno complejo, lleno de matices, pero sobre todo de desconocimiento.

Cuando se hace público un



“
**Muchos mitos
 surgen alrededor
 de la conducta
 suicida, nos
 hemos
 acostumbrado..”**

Estefanía Bernedo Plazolles,
 académica de la carrera de
 Psicología, de la Universidad
 Santo Tomás Sede Arica.

acto suicida, son muchos los sentimientos que surgen en la comunidad. Temor, extrañeza, incertidumbre, empatía por la familia, entre otros. Surgen comentarios y teorías al respecto, principalmente una interrogante: ¿por qué lo hizo? La respuesta es simple y a la vez compleja: por dolor.

El 10 de septiembre fue el día internacional de la prevención del suicidio, instancia que se convierte en una oportunidad para que, como sociedad, nos hagamos partícipes y responsables en la prevención temprana. Conectar con los demás es un buen punto de partida, aunque este es justamente uno de los elementos esenciales de los que carece la sociedad moderna.