

El Suicidio. La Pascua Negra, pandemia social que va en aumento

"La vida es un regalo, que da vida"

Jorge A. Vásquez
Coach UC
@jv.coach.uc

La vida es un regalo, que da vida (divino), multiplica la existencia. El suicidio niega el regalo y pierde sentido. El concepto suicidio se registra recién en el latín moderno como suicidium, formado por los elementos latinos: sui, indicando a uno mismo, y el sufijo -cidium, que plantea un asesinato, asociado al verbo caedere, que refiere a matar explícitamente. Pero desde un origen de la literatura no se concibe el concepto ni su significado. Potenciando el curso de la vida como fuerza del bien, como regalo, como un don para compartir y multiplicar la vida. Negar la vida es negar la existencia, como el respirar, negar el agua del mar, el sentido de lo que somos. Es ir contra la corriente, a pesar del instinto más profundo de ir hacia adelante y vivir, como alimentarse. Por lo tanto, el suicidio es toda anti natura, siendo lo más irracionalmente que existe. Pero como dice Víctor Frank la sociedad está

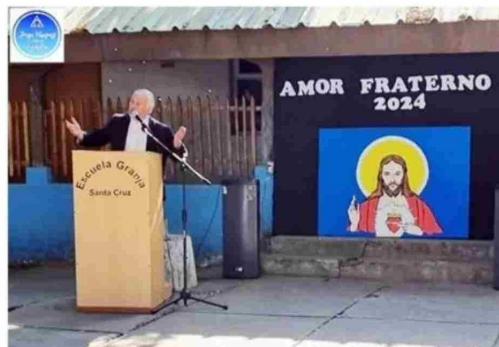
en búsqueda de sentido, porque está perdida. Tenemos estadísticas complejas que revelan la situación crítica:

Antes de la pandemia, el centro para intentos de suicidio de la Posta Central, uno de los principales hospitales públicos de urgencia de Santiago de Chile, atendía tres casos al mes. Ahora, tres al día. Organización Mundial de la Salud (OMS), cinco personas mueren al día por suicidio. Es un tema complejo de abordar por temor a dar ideas y porque el suicidio es el desenlace de problemas multifactoriales. Es una conducta que comienza con la ideación, sigue con la planificación y culmina con el intento, que puede llevar a la muerte. La detección oportuna del comportamiento suicida permite que las personas en riesgo de suicidio o que han tenido intentos de suicidio, reciban el apoyo y la atención que necesitan. Por lo anterior, es importante saber identificar las señales directas e indirectas del riesgo suicida:

Señales directas: Son claras e inmediatas e indi-

can que la persona puede estar pensando o planificando un suicidio o que presenta pensamientos recurrentes sobre la muerte. Estas señales pueden ser verbales, aparecer en las actividades diarias de las personas o ser informadas por un tercero/a: 1. Búsqueda de métodos suicidas. 2. Realizar actos de despedida (cartas, mensajes o regalos). 3. Presentar conductas autolesivas. 4. Hablar o escribir sobre deseos de morir. 5. Manifestar sentimientos de desesperación, desesperanza o pérdida del sentido de la vida. 6. Expresar sensación de sentirse atrapado, ser una carga o vivir un dolor que no se puede soportar. 7. Planificación y preparación para quitarse la vida.

Señales indirectas: Se observan por medio del comportamiento de la persona y pueden estar relacionados con problemas de salud mental que podrían asociarse a la planificación suicida: 1. Aislamiento y disminución de la participación en actividades sociales y familiares. 2. Disminución del rendimiento académico o



laboral. 3. Incremento del consumo de alcohol y drogas. 4. Cambios repentinos de carácter, ánimo o conducta. 5. Deterioro de la autoimagen, autoestima o descuido de sí mismo. 6. Cambios en hábitos de sueño y alimentación. 7. Señales de ira, angustia descontrolada o necesidad de vengarse. 8. Quien se quiere matar no lo dice.

De cada diez personas que se suicidan, nueve de ellas dijeron claramente sus propósitos y el resto dejó entrever sus intenciones de acabar con su vida. Estemos atentos a la vida, estemos atentos a nuestros amigos y familiares, estemos atentos a nosotros mismos como nos sentimos, como estamos. "La fuerza del Bien, la vida y la Verdad, siempre vencen".