

TRAS INVESTIGACIÓN DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL MAULE

Suicidio en Chile: Experto advierte falta de redes de apoyo

• El psicólogo clínico del Centro Médico San Rafael, Daniel Morales, reaccionó a una investigación regional que reveló una alta ideación suicida entre los jóvenes y llamó a fortalecer el apoyo comunitario.

TALCA. Como “dramáticos” fueron calificados los resultados de un estudio reciente, el cual advirtió que un 39% de los jóvenes participantes presentó ideación suicida. La investigación, realizada por académicos de la Universidad Católica del Maule, dejó al descubierto una grave crisis de salud mental y brechas de acceso a atención especializada, tras examinar más de 6.400 casos de personas con edad promedio de 21 años.

“Estamos hablando de números dramáticos que obligan a los sistemas público y privado a fortalecer sus programas de manejo temprano de los problemas de salud mental, para abordar adecuadamente y a tiempo las señales de alerta”, precisó el psicólogo clínico del Centro Médico San Rafael en Talca, Daniel Morales.

El profesional dijo que “en Chile, cuatro de cada cinco personas que se suicidan son hombres, con una mayor concentración de casos en la zona sur del país. A ello se suma un

componente estacional; primavera, fiestas patrias, Navidad y Año Nuevo concentran más casos, lo que se asocia tanto al aumento de horas de luz como al mayor consumo de alcohol. El alcohol es un factor preponderante, porque actúa como detonante en personas con depresión o alta impulsividad”.

El suicidio se ha instalado como una de las problemáticas más graves y silenciosas de la

salud pública en Chile, con un promedio de seis personas que se quitan la vida cada 24 horas. Entre los jóvenes, el suicidio se ha transformado en la principal causa de muerte en el rango de 20 a 24 años.

“Vivimos en un modelo muy duro, exitista e individualista. Cuando alguien siente que no cumple con lo que se espera, especialmente en el caso de los hombres, a quienes cultural-

mente se les exige proveer y rendir, la desesperanza puede ser profunda”, afirmó el especialista.

SEÑALES DE ALERTA

Entre los grupos de riesgo más importantes, el psicólogo identificó a personas con depresión persistente y a quienes presentan alta impulsividad bajo estrés. Cambios bruscos de ánimo, aislamiento, desesperanza sostenida y consumo problemático de alcohol son señales que no deben ignorarse.

“El problema es profundo y tenemos que dejar de poner solo parches. Una recomendación es volver a hacer comunidad, ir a ver al adulto mayor que vive solo o hablar con quien no lo está pasando bien. Evitar la soledad”, enfatizó Morales, quien también invitó a relativizar las expectativas. “La vida es cíclica. No siempre vamos a estar bien, y entender eso puede aliviar mucho sufrimiento. A quien lo está pasando mal, le digo aguanta un poco, el círculo vuelve a girar”, manifestó.



El suicidio se ha instalado como una de las problemáticas más graves y silenciosas de la salud pública en Chile, dijo el psicólogo clínico del Centro Médico San Rafael, Daniel Morales.