

# Los paisajes en el Metro de la CDMX no ayudarán a prevenir suicidios, aseguran expertos

Psiquiatras dijeron a **BuzzFeed News México** que las imágenes de naturaleza no son curativas ni preventivas para personas en crisis.

publicado 28 de Julio de 2017, 11:55 a.m.



[Maurizio Montes de Oca](#)  
BuzzFeed News Reporter

El pasado 26 de julio, las autoridades del Metro anunciaron la colocación de fotografías de paisajes naturales de Colima en los andenes para supuestamente disminuir el número de suicidios. Sin embargo, expertos en psiquiatría consultados por **BuzzFeed News México** consideraron que las imágenes no son realmente útiles para evitar que alguien decida quitarse la vida.

Jorge Gaviño, director del Metro, dijo que las fotografías "pueden evitar, en la medida de lo posible, que aquellas personas con síntomas de ansiedad, depresión o con tendencias suicidas" tomen la decisión de atentar contra su vida.

A juicio de los psiquiatras consultados, la medida es "ingenua" y, en todo caso, se asemeja al programa de silbatos anti acoso que presentó el Jefe de Gobierno, Miguel Ángel Mancera, y que fue criticado por su falta de claridad y objetivos.



STC Metro

Jorge Gaviño en la presentación de las imágenes de Colima.

“Si le pones a una persona una fotografía preciosa de Colima, no vas a evitar absolutamente nada”, dijo el doctor Aldo Suárez, presidente de la Asociación Psiquiátrica Mexicana.

“Yo creo que es una medida ingenua, como ingenua fue también el 'pito' para denunciar acoso”, agregó.

A juicio de Suárez, sería mejor hablar abiertamente sobre las condiciones que llevan a las personas a quitarse la vida como la depresión o el alcoholismo.

El pasado miércoles, durante la presentación de la muestra fotográfica, el director del Metro dijo que tiene un “enfoque en la psicología de color para mostrar imágenes de las bellezas naturales que reflejen vida, armonía y sean un efecto de apoyo para los usuarios con este tipo de conductas”.

Por su parte, el doctor Alejandro Águila, director del Instituto Hispanoamericano de Suicidología, dijo que los psiquiatras han estudiado el efecto del color en el estado de ánimo de las personas y han concluido que puede aliviar ciertos niveles de ansiedad, pero sus efectos no son curativos y tampoco preventivos.

“Para quien tiene ansiedad o depresión elevada estos estímulos no funcionan”, explicó.



STC Metro

El psiquiatra Aldo Suárez también rechazó que la psicología del color pueda ayudar a la gente a repensar su determinación de quitarse la vida.

“Si me pones un campo de rosas y yo estoy ya decidido a matarme y he pensado que la mejor opción es el Metro, aunque pase yo por un camino de rosas de todas maneras yo estoy decidido a hacerlo. La determinación de suicidarse no tiene que ver con cuestiones ambientales”, añadió Suárez.

## El efecto túnel

Las personas que han decidido quitarse la vida, experimentan un estado llamado "efecto túnel", el cual hace que se focalicen sólo en su situación y no vean otra cosa más que el problema sin percibir las alternativas que hay a su alrededor.

Por lo tanto, los paisajes o la "psicología del color" quizá podrían funcionar solamente para aliviar un poco, pues los pacientes suicidas requieren de atención profesional porque no pueden resolver por sí mismos su situación.

“Cuando has decidido suicidarte, no ves nada a tu alrededor porque lo único que quieres es acabar con tu vida porque entras en un estado de conciencia muy particular porque lo que tú quieres es morirte”, dijo el doctor Suárez.

Alejandro Águila propuso que se instalen teléfonos de emergencia al interior de las estaciones del Metro para que los pasajeros en crisis puedan acercarse con un especialista.

El médico consideró también que se instalen módulos de atención psicológica en las estaciones con más incidentes de suicidio.

Mientras que el doctor Aldo Suárez planteó que se realicen campañas en los medios de comunicación que acerquen a las personas a los factores de riesgo que pueden llevar a alguien decidir quitarse la vida.



El Gobierno capitalino ha realizado otras medidas que han sido criticadas por los usuarios como los silbatos anti acoso para las mujeres, la cual sólo había sido [utilizada](#) por dos pasajeras en los primeros 100 días de la campaña.

La instalación de imágenes en el Metro forma parte de una campaña llamada "Salvemos vidas" que, según [cifras](#) de la institución publicadas en mayo pasado, previno 50 suicidios.

El director del Metro dijo que también llevarán a cabo otras actividades para prevenir el suicidio, como conciertos, ajedrez y box o incluso tratar de dialogar con ellos, según un [comunicado](#) de prensa.



## Suicidio: no tomarlo a la ligera

La Organización Mundial de la Salud calcula que anualmente se suicidan casi un millón de personas, lo que significa una muerte cada 40 segundos.

En el caso de [México](#), los suicidios han ido aumentando desde el año 2000 hasta colocarse en 6 mil 337 ocurridos en 2014, de los cuales 40 por ciento fue cometido por jóvenes de entre 15 y 29 años.

La UNAM [recomienda](#) que siempre se tome en serio a quienes tienen intenciones de suicidarse y que no se intente minimizar lo que piensan o lo que sienten.

Asimismo, la Universidad sugiere pedirle a la persona que hable de aquello que le preocupa y que no se le impida llorar o expresar cualquier otra emoción que pudiera funcionar como válvula de escape a lo que está viviendo.

También recomienda pedir a la persona que se comprometa a no atentar contra su vida en un determinado tiempo, así como preguntar la manera en que ha pensado en suicidarse para restringir el acceso a esa posibilidad.

Por último, aconseja que se hagan todos los esfuerzos necesarios para que la persona pida ayuda profesional.

Estas son algunas de las líneas telefónicas de atención psicológica para prevenir el suicidio que **BuzzFeed News México** corroboró que funcionan:

- En la Ciudad de México, línea de apoyo psicológico de la UAM: 58 04 64 44
- En Guadalajara, el Instituto Jalisciense de Salud Mental: 01 800 2 2747 47
- En Guanajuato puedes llamar al 018002900024 y en el Estado de México, al 01 800 710 24 96

Recuerda: nunca está mal pedir ayuda.

