

Por cada suicidio, seis personas más son afectadas

Duelo, culpas y remordimientos parte de la tragedia que afecta a las personas que se ubican en el entorno inmediato de las víctimas, asegura experto

Por Jennifer Alcocer

domingo 10 de septiembre del 2017, a las 20:59



El suicidio de una persona afecta directamente a seis más del entorno cercano. Culpas, duelo y remordimientos de los padres, hermanos, amigos u otros familiares cercanos son la principal causa, aseguró Alejandro Águila, director y fundador del Instituto Hispanoamericano de Suicidología (INHISAC).

En entrevista con *Publimetro* explicó que en México los jóvenes de 15 a 29 años son los más vulnerables, por lo que esta causa se ha convertido en la segunda de decesos en el país, siendo uno de los

factores importantes los retos que se lanzan en redes sociales e internet como: la ballena azul, estrellas de la muerte, laberinto de la muerte, etc.

"Generalmente los últimos en enterarse son los papás, los amigos íntimos de los pacientes son los que alertan a los papás y se acercan angustiados por lo que ven y escuchan de la persona en cuestión y es cuando comparten la información", mencionó.

Otro de los factores detonantes dijo, es que los padres o personas a cargo de los adolescentes ignoren los comentarios o mensajes de desánimo que expresan, pues en su mayoría quienes atentan contra su vida están en medio de una profunda depresión en la que no percibe soluciones para sus conflictos y lo que necesitan es apoyo y que no se les juzgue.

"Lo que necesitamos es que la gente sepa que no hay inmunidad al suicidio, que la gente está en crisis o desesperación, su desesperanza se ha ido acumulando por situaciones de frustración, de poca gratificación y lo viven como carrera de obstáculos, hay que darle la mano. Perciben un problema más grande de lo que es y toman una decisión definitiva para un problema temporal, y las burlas o el ignorarlos puede precipitar la acción suicida", precisó.

Los síntomas que hay que observar

El especialista explicó que los cambios de conducta son los que señalan si algo está pasando con el menor, por lo que los padres deben estar atentos en los cambios de hábitos como dormir, la alimentación, la manera en que socializan con amigos y en el entorno familiar.

Aguila comentó que también se debe conocer quiénes son los amigos, en qué pasa el tiempo libre, y establecer límites al tiempo que los jóvenes tienen para acceder a las redes sociales, ya que según un estudio de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) los adolescentes pasan hasta 18 horas conectados, tiempo que, aseguró, no es normal pues no lo usan sólo para socializar o estudiar, sino que están buscando algo más.

Sin políticas de prevención

Aunque México ocupa el cuarto lugar en suicidios a nivel Latinoamérica y el décimo a nivel mundial, las políticas de prevención no son las mejores, además enfatizó, no son permanentes, no atienden a una Ley con estructura y forma para lograr los efectos y objetivos planteados, sólo responden a temas eventuales o estacionales, foros o congresos pero no para hacer una coerción a nivel nacional.

El especialista refirió que una de las maneras en que se puede tener mayor control con los jóvenes es lograr una integración en familia, planeando y realizando actividades que a ellos les agrade y no limitar la convivencia familiar a compromisos y eventos que únicamente agraden a los padres.

"Estamos en la necesidad de redoblar esfuerzos y que esto permita a las autoridades, medios de comunicación y sociedad civil, saber qué hacer en momento de crisis, pues cualquier factor de riesgo o ideación de suicidio debe ser atendida de manera psicoterapéutica y si ya hubo un intento de concretarlo, es mejor acudir a un hospital en donde se realizará una exploración y entrevista profunda para determinar el riesgo.

En el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio subrayó la necesidad de concientizar a la sociedad, pues hablar de suicidio es una manera de prevenirlo, por lo que la INHISAC salió a las calles a compartir esta información y regalar moños amarillos como una manera de difundir los datos básicos del fenómeno social.

Los 3 pasos:

- Pensarlo
- Ponerse en riesgo
- Actuarlo

Cifras:

6,337 suicidios consumados reportó el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (*INEGI*) en 2016

Bullets

- La OMS señala que en los últimos años la mortalidad por suicidio ha sido superior a la mortalidad total causada por guerra y homicidios.
- En México, en 2014, las defunciones en este grupo de edad representaron más del 40% del total de suicidios reportados.
- En una familia que ya se registró un suicidio existe el 50% de que se repita la tragedia al percibirla como una solución a los problemas.