

Prevención contra la alta tasa de suicidio

Los expertos indagán en los factores de riesgo y reclaman políticas que rebajen la incidencia

ANA GONZÁLEZ LISTE • Vigo

“Se sabe que invertir en prevención tiene un efecto amplificador de los beneficios enorme. También en salud mental. En el caso de los suicidios ayuda a identificar los factores de riesgo y con respecto a los jóvenes, a tratar las adicciones”, explica Alberte Araúxo, psiquiatra del Complejo Hospitalario Universitario de Santiago (CHUS) y miembro del Movimiento Galego da Saúde Mental (MGSM) que reclama un Plan Estratégico de Saúde Mental para Galicia que incluya un Plan de Prevención do Suicidio.

Hay un suicidio cada día en Galicia. Desde este colectivo tratan de visibilizar el problema ya que, alegan, “es una población fácil de marginar”. *Badaladas pola prevención do suicidio* es la acción que todos los días a las 20.00 horas llevan a cabo en la plaza de Praterías en Compostela, con el objetivo de incluir esta problemática en la agenda política.

Son muertes de personas que en principio están sanas, aunque en ese momento están enfermas, o de personas que ya estaban enfermas pero que se descompensaron y su patología se agrava, lo que les lleva a cometer un suicidio. Las cifras son claras: si en España los suicidios son entre 7 y 8 por cada 100.000 habitantes, en



El Movimiento Galego pola Saúde Mental en la plaza de Praterías recordando el suicidio del día. // Faro

nuestra comunidad son entre 12 y 16.

“Si atendemos a unas variables como las horas de luz o intensidad de luz, el envejecimiento de la población y el alcoholismo, por ejemplo, está estudiado que hay unas tasas de suicidio mucho mayores”, apunta Araúxo. Por este motivo, porque no hay nada que inventar y los factores de riesgo están estudiados, los miembros del MGSM instan a mejorar las

unidades de salud mental y la atención primaria, así como permitir un trabajo multidisciplinar también con trabajadores sociales y epidemiólogos para analizar las muertes por suicidio en cada área sanitaria.

Es tan necesario que existan estructuras asistenciales como que estén accesibles a la población. “Si resulta que en la unidad de salud mental al paciente solo puedo verlo ca-

da tres meses cuando tendría que verlo cada quince días en ese momento, ese paciente tiene un mayor riesgo”, advierte.

Edad avanzada, aislamiento social –vivir solo–, alteraciones sensoriales –pérdida de visión o de oído–, limitaciones funcionales por enfermedades físicas y alcoholismo son los factores de riesgo más comunes. “Esto sumado conlleva a que un individuo,

que a lo mejor no tuvo una depresión en su vida, y se encuentra con unos setenta años en una situación de precariedad emocional sea un candidato al suicidio. Eso está estudiado”, sostiene Araúxo, que hace hincapié en la necesidad de medios para detectar estos casos y destaca que los servicios sociales funcionan a demanda y no permiten esa anticipación.

Araúxo envía un mensaje directo: “Si usted está pensando en suicidarse acuda a los servicios sanitarios o sociales. Pida ayuda, no es nada extraño ni nada malo, no es algo de lo que tenga que avergonzarse. Le pasa a mucha gente y tiene solución”.

Otra circunstancia peligrosa sucede en situaciones de quiebra personal: una ruptura de pareja importante, una quiebra económica, la pérdida de la vivienda. Esto puede provocar que una persona que nunca tuvo una enfermedad mental en ese momento entre en un cuadro de desesperación y decida quitarse la vida. No son enfermos mentales, en ese momento sí: están emocionalmente destrozados, sin futuro, sin salidas, sin esperanza. El psiquiatra del CHUS advierte del repunte de estos casos en una franja de edad entre 35 y 55 años, por la crisis económica vigente.

El MGSM celebra este sábado unas Xornadas en Santiago con una mesa redonda donde políticas del PSdeG, BNG y AGE aportarán las medidas concretas de cambio en política sanitaria que pondrían en marcha si llegasen a gobernar y la participación de representantes de la cultura con unas “lecturas para la crisis”.

La mejor oferta informativa y de ocio de la primavera

Los sábados con Faro de Vigo

la revista **LECTURAS**

FARO DE VIGO

LECTURAS

El naval vigués negocia una decena de contratos por 500 millones

La Junta financiará a los concellos para obligar a renovar casas insalubres en la lucha contra el fraude

ESTRENA BIEN MAI EN BARRAS EN LECTURAS.COM

ENTREVISTA EXCLUSIVA

La nueva **Isa Pantoja**

“Alejandro me ha hecho mucho daño”

“Lo de mi madre es lo más fuerte que me ha pasado”

EXCLUSIVA

EL DRAMA DE **MALENA GRAS** NADIE QUIERE AYUDARME

EL CUMPLEAÑOS MÁS TRISTE DE **LARA ALVAREZ**

Por sólo **0,50€** + periódico

Cada sábado con **FARO DE VIGO**
Contigo, cada día más