

¿Por qué alguien querría quitarse la vida?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se calcula que cada año se cometen 900,000 suicidios. Esto significa una muerte cada 40 segundos. El suicidio se encuentra entre las tres primeras causas mundiales de muerte en personas de 15 a 44 años. Y esto tomando en cuenta que los datos oficiales suelen ser inferiores a la realidad.

El suicidio consiste propiamente en producirse la muerte a sí mismo por propia iniciativa o autoridad, ya sea mediante una acción u omisión. El comportamiento suicida es cualquier acción intencionada con consecuencias potencialmente graves en la que se pone en riesgo la vida.

Existen dos tipos de suicidio: directo e indirecto. El directo, como el mismo nombre lo dice, ocurre cuando la intención directa es quitarse la vida; y el indirecto cuando se permite la pérdida de la vida buscando otra finalidad (como quien, intentando salvar a otra persona, arriesga su vida y muere).

La OMS señala que las enfermedades mentales, principalmente la depresión y los trastornos por consumo de alcohol, el abuso de sustancias, la violencia, las sensaciones de pérdida y diversos entornos culturales y sociales constituyen importantes factores de riesgo de suicidio.

Algunas personas ven en el suicidio una escapatoria a sus problemas, sin embargo, la realidad es que no soluciona el problema: es una tragedia para todos los que ignoraron a quien cometió este acto.

La persona que amenace o intente suicidarse debe ser evaluada con rapidez por un profesional de la salud mental para su atención y tratamiento. El suicidio lo cometen frecuentemente personas que por enfermedad, o por otras causas, no son totalmente dueñas de sí mismas.

Ante intentos de suicidio la hospitalización suele ser necesaria, tanto para tratar el intento actual como para prevenir posibles intentos futuros. La consulta psiquiátrica es uno de los aspectos más importantes del tratamiento.

Los intentos de suicidio que no resultan en muerte sobrepasan por mucho a los suicidios verdaderos. Muchos intentos de suicidio no exitosos se llevan a cabo en una forma en que el rescate sea posible, lo cual a menudo representa un grito desesperado buscando ayuda.

Los siguientes son algunos de los síntomas que presentan las personas con conductas suicidas:

- Signos tempranos:

- Depresión
- Frases o expresiones de sentimientos de culpa
- Tensión o ansiedad
- Nerviosismo
- Conducta impulsiva
- Signos críticos:
 - Cambio de conducta repentino, especialmente de calma después de un período de ansiedad
 - Regalar pertenencias, intentos de "poner en orden asuntos personales"
 - Amenazas directas o indirectas de cometer suicidio
 - Intentos directos de cometer suicidio

Muchos suicidios se producen en una fase de mejoría, cuando la persona tiene la energía y la voluntad para convertir sus pensamientos desesperados en una acción destructiva. No obstante, una persona que alguna vez haya tratado de suicidarse no tiene por qué estar necesariamente siempre en riesgo. Los pensamientos suicidas pueden reaparecer, pero no son permanentes y en muchos casos no vuelven a reproducirse.

Es importante saber que sólo un escaso número de suicidios se producen sin aviso. La mayoría de los suicidas dan avisos evidentes de sus intenciones. Por consiguiente, deben tomarse en serio todas las amenazas de autolesión.

Además, la mayoría de las personas que intentan suicidarse son ambivalentes y no buscan exclusivamente la muerte.

Gran responsabilidad por el fenómeno del suicidio corresponde a la misma sociedad, en cuanto ejerce o permite influencias que llevan a tal desenlace. Entre estos elementos cabe señalar:

- a) La desintegración de los grupos básicos, especialmente la familia; que conduce al aislamiento de los individuos, condenándolos a afrontar solitariamente los problemas personales más profundos.
- b) La promoción de supuestos valores que no satisfacen las exigencias más profundas de la persona.
- c) La negligencia en formar el carácter con una educación humana auténtica.

Muchas de las personas que intentan suicidarse hablan de ello con anterioridad. Con frecuencia, la capacidad de hablar con alguien compasivo, que sepa escuchar sin hacer juicios es suficiente para evitar que la persona cometa suicidio. Por ello es importante insistir en que nunca se debe ignorar una amenaza o intento de suicidio.

Vivir nuestra vida acompañados de los demás para compartir las alegrías es ver por el bien de todos, y el bien de todos es tarea de todos.



Equipo de ConParticipación