

## El Plan de Salud del Servei Català marca en sus objetivos de Salud Mental para el año 2010 la reducción de los suicidios de jóvenes

Es interesante constatar, que para intentar luchar contra el suicidio juvenil desde la administración pública y sus servicios sanitarios, se haga hincapié en la cuestión de la información y de la red social.

Para prevenir el suicidio juvenil es fundamental responsabilizar a las diversas instituciones sociales de los barrios, no solo las sanitarias, sino también las escuelas o los servicios sociales, que están más cerca del ciudadano de a pie y de los jóvenes, para que estén alerta y no indiferentes o ignorantes, ante los síntomas que pueden preceder a posibles intentos de suicidio, como la tristeza extrema, por ejemplo.

Utilizar las redes sociales de los barrios es utilizar el capital humano, recordarnos que somos personas que vivimos en colectividad y no entes solitarios y desvinculados, que no importamos a nadie. Aquellos que están en contacto con las personas; desde el tendero, al farmacéutico o el maestro, pueden percibir signos de tristeza extrema, están en condiciones de captar si alguien esta en una situación desesperada y, en lugar de responder por la indiferencia, los puedan dirigir a centros sanitarios dónde pueden encontrar ayuda profesional.

Personas que contactan con personas que las dirigen a otras personas..., en esto consiste una verdadera red social y, si es el tendero de la esquina la primera persona que puede detectar la desesperación de alguien, es que la

**soledad y el aislamiento son uno de los principales dramas de nuestra sociedad.**

No poder comunicarse, no poder hablar de verdad con otra persona, es la base del sentimiento de desamparo, dónde la desesperación rebota entre las paredes de un circuito cerrado en el que la angustia crece, blindada en el interior del propio pensamiento, acrecentando el sentimiento de no encontrar salida.

**El mayor numero de suicidios consumados nunca han consultado a un especialista.**

Hablar , comunicarse , expresarse , explicarse , quejarse, incluso gritar.... .. a alguien .... Siempre es la mejor salida a la desesperación de quien, sintiéndose como un objeto que no importa a nadie, se destruye como si fuera tal.

Hablar es siempre el mayor y mejor antídoto,..... y da cuenta de que siempre existe alguien, al otro lado, que puede escuchar.

Para saber más:

[Consultar apartado Reconocimiento de Síntomas de esta web](#)

Deseo de ser punk, Belén Gopegui. Ed. Anagrama, 2009. Pequeña novela que relata un intento de suicidio de una adolescente de 16 años. Se encontrará reseña en este mismo apartado de esta web

# Salut intenta reducir un 10% de suicidios, en especial de jóvenes

- Un 30% de las 371 personas que en el 2007 se dieron muerte aún no tenían 24 años
- La Generalitat extenderá el plan, en el que participan bomberos y policías

ÀNGELS GALLARDO

BARCELONA

El suicidio está considerado un fallo o un fracaso de los servicios de salud pública, además de una tragedia íntima y personal. Este criterio figura en el Pla de Salut de la Generalitat, que marca entre sus objetivos para el 2010 reducir en un 10% la cifra de suicidios en las personas menores de 24 años y mayores de 65, los dos segmentos que acumulan más muertes violentas autoprovocadas. Para conseguirlo, la Conselleria de Salut pretende extender la experiencia que desde el 2005 desarrolla el Hospital de Sant Pau, de Barcelona, en la Dreta del Eixample, en cuyo desarrollo participan los agentes de la Guardia Urbana y de los Mossos d'Esquadra adscritos a dicho barrio, junto a maestros, párrocos, cuidadores sociales y farmacéuticos. Estos colectivos se mantienen alerta para captar a los ciudadanos que muestran signos depresivos o de extrema tristeza, y les ofrecen información sobre su dolorosa situación psíquica, además de indicarles centros donde podrían recibir apoyo terapéutico. Estas intervenciones han demostrado ser muy eficaces. EL AISLAMIENTO / En Catalunya fueron identificadas 371 muertes por suicidio en el 2007, un 31% menos que en 1997. De ellas, 274 las protagonizaron hombres y 97, mujeres. Un 30% tenían menos de 24 años. El suicidio es la segunda causa de muerte entre los jóvenes catalanes, tras los accidentes de tráfico. Aunque los motivos para darse muerte son por completo subjetivos, los expertos señalan como un factor de riesgo el aislamiento social, la soledad de los ancianos y la pérdida de actividades que impliquen las relaciones humanas. En todos esos ámbitos, las mujeres disponen de más bagaje al llegar a la vejez que los hombres, un dato que explicaría la enorme diferencia numérica entre las muertes por suicidio en uno y otro sexo. Los psiquiatras advierten asimismo de la importancia de actuar, ofreciendo ayuda, ante la persona que menciona en público o en familia su idea de darse muerte, algo que, aseguran, debe acogerse como una anticipación verídica. Estos especialistas, junto a los trabajadores sociales y el personal de los servicios de urgencias de los hospitales, aseguran que hasta un 80% de los suicidas habían hablado de esa intención antes de quitarse la vida. Todos coinciden en que es falsa la idea de que quien quiere suicidarse no lo dice, o que quien lo dice no lo hace. Entre los objetivos de Salut también figura la intención de reducir en un 15% el próximo año los intentos o tentativas suicidas, una acción que en muchas ocasiones conduce a lesiones irreversibles que aún hacen más difícil sobrellevar la vida cotidiana. La población adolescente es otro de los colectivos a los se intentará prestar atención, ya que acumula numerosos suicidios.

