

Hablar de suicidio, bien, salva vidas

Nos hacemos eco de una esperada noticia, los nuevos datos del INE en 2023, que contabilizan un claro descenso del último lustro en el número de fallecidos por conducta suicida en 3.952 personas, 145 personas menos que en año anterior, un 3,5 en términos porcentuales. Pero un dato igualmente impactante.

Además, hablamos del inicio de una bajada respecto a las personas menores de 25 años, 18 niños, niñas y jóvenes menos, pero desde una cifra total tan escalofriante, como dolorosa, 194 vidas para 2023. Si nos paramos, y sin comparativa, suena de otra manera, todavía 10 fueron los menores de 14 años, 63 los de 15 a 19 años y 121 jóvenes entre 20 y 24 años, y a los allegados que han dejado atrás.

Las cifras y su primera bajada no pueden invisibilizar una cruda realidad, 3.952 personas fueron víctimas de la exposición a un sufrimiento intolerable, tanto, como para hacerlo incompatible con la vida. No olviden esta idea, pues en esta sociedad insaciable en la búsqueda del placer, la inmediatez y el rendimiento, los mensajes que dominan denuncian que la vivencia de un dolor, bien por condiciones sobreenvidas o por la vulnerabilidad que les acompaña, sienta un sentimiento de fracaso vital de tal calado como para no poder sostener un vacío una soledad que deviene insostenible.

Como profesional de la psicología quiero pensar que estamos poniendo, y les puedo asegurar que seguiremos, todo nuestro trabajo y saber hacer al servicio de una sociedad que necesita pensar desde otros ángulos, que requiere de una revisión de sus valores, fines y servicios a disposición de las personas para poder compren-

Necesitamos sociedades humanizadas, sostenedoras de vida y dignidad, y gobernantes comprometidos y valientes, pues los cambios no vienen solos



TRIBUNA LIBRE

MARÍA FUSTER MARTÍNEZ

der el alcance de un fenómeno social que ha convivido desde el principio de los tiempos con la condición humana, pero que deviene cada vez más en lacra social que denuncia las coordenadas de un mundo construido en demasía hacia una valencia negativa contra la dignidad de muchas vidas como fenómeno global.

Queremos pensar que entre afiliarse a un sindicato, como decía la nueva comisión de salud mental, y que la única alternativa a día de hoy que posibilitan nuestros gobernantes sea el tratamiento farmacológico, véanse los datos de nuestra atención primaria, donde han acudido 641.000 murcianos y murcianas (últimos datos oficiales del ministerio), 4 de cada 10 por problemáticas psicológicas, algún día tendremos el liderazgo necesario para que tengamos servicios psicológicos públicos, universales y gratuitos que, desde la transversalidad, tanto en salud, como en servicios sociales, como en educación, permitan acompañar a muchas vidas con necesidades de apoyo y orientación profesionalizada desde la psicología. De momento toca

esperar en nuestra Región, aunque los tratamientos recomendados por la investigación y la práctica aplicada hablen de los beneficios indiscutibles de los abordajes profesionales psicológicos.

Desde el Colegio Profesional de la Psicología en la Región de Murcia llevamos cuatro intensos años celebrando el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, poniendo el foco en la visibilización de las distintas caras de este fenómeno, de vidas truncadas y de los supervivientes de los que decidieron irse, que nos hablan de biografías particulares, de vulnerabilidades y desafíos y de tabús e invisibilidad. Hemos hablado de cómo los medios de comunicación han de tratar esta problemática y de cómo visibilizarla, de cómo sufren la infancia y la adolescencia para llegar a este punto y final y de cómo transformarlo en un punto y seguido, y de cómo las personas mayores cierran abruptamente y en silencio su ciclo vital demasiado condicionadas por una impregnada soledad y deteriora. Fuimos portada de diarios valientes y de medios comprometidos que, por primera

vez, dieron un paso al frente venciendo tabús y silencios. Este año seguiremos ampliando miradas.

Nos gustaría pensar que haber hablado de ello, desde el rigor del conocimiento y el respeto a las personas, ha contribuido a romper el silencio para abordar la necesidad de ocuparse, por ándonos a pesar en lo que se requiere y cómo hacerlo desde la delicadeza a la sensibilidad de un fenómeno que arrasa la vida de alguien e impacta de forma determinante en las vidas de allegados que quedan sumidos en el impacto de lo traumático. Quiero pensar que ahora en las familias la presencia de la precaución ante el dolor psicológico invita a dar importancia a lo que se dice ante miradas vacías que denuncian su tristeza. Si se habla, estamos empezando a cambiar la tendencia.

En el fondo del asunto, como ya saben, hablamos de cómo contribuir a un bienestar psicológico que fortalece la posición vital, que se construye desde la condición más temprana de la gestación, que otorga un nombre a un ser que, junto con su tribu, definirá la vivencia de una biografía y podrá generar un sentido para que su proyecto vital le acompañe en el suficiente deseo de vivir. Pero no olviden, necesitamos sociedades humanizadas, sostenedoras de vida y dignidad, y gobernantes comprometidos y valientes, pues los cambios no vienen solos.

Nos vemos de nuevo el 10 de septiembre. Seguiremos abriendo miradas. ■

María Fuster es decana del Colegio Oficial de Psicología de la Región de Murcia