

Suicidio en jóvenes: un método para combatirlo con éxito

Es un abordaje que pone el foco en el aspecto espiritual y el sentido de la vida; con charlas y talleres de liderazgo, combaten la angustia de los adolescentes

Por **María Paz Paniego**

La Nación 13 de febrero de 2013

<http://www.lanacion.com.ar/1984067-suicidio-en-jovenes-un-metodo-para-combatirlo-con-exito>

Texto **María Paz Paniego**

Fiambalá, en Catamarca, es una localidad de apenas 4639 habitantes. En 2014 tuvo que hacer frente nada menos que a 16 suicidios de adolescentes. Fue allí donde la organización El Camino puso en marcha un proyecto que redujo este número casi un 100%. Este modelo exitoso, que hace hincapié en el potencial de los

jóvenes, está siendo estudiado por la Universidad de Columbia, para replicarlo en el resto del mundo.

En 2015 hubo 3202 suicidios en la Argentina, 5,5% más que en 2010, según un estudio de Héctor Basile, de la Red Mundial de Suicidólogos. Las cifras más recientes revelan que en el último año se suicidaron 905 menores de 24 años, es decir, unos diez jóvenes cada semana. **Página 18**



VER VIDEO INSTITUCIONAL FIAMBALÁ ¹
<https://youtu.be/KerecJGV1s0>

¹ Video de Institucional de Fiambalá incorporado por www.suicidioadolescente.com.ar

Mapa Satelital Zona Fiambalá, Catamarca , Argentina²



En Fiambalá, Joaquín Casaburro, voluntario de El Camino, visita a Micaela, una joven en recuperación. Foto: María Paz Paniego

Las cifras dan cuenta de una problemática inquietante: en la Argentina mueren más personas por suicidios que por homicidios. Y si se pone el foco en los jóvenes, la tendencia es aún más aguda. En ellos, las muertes por suicidios ocupan un segundo lugar, después de los accidentes viales, y antes que las adicciones, que están en el tercer puesto.

Ante este panorama, autoridades, especialistas y organizaciones sociales experimentan con nuevos enfoques. Se concentran en reflexionar sobre el sentido de la vida, empoderar a los jóvenes y que puedan construir nuevos proyectos.

² Mapa Satelital de Fiambalá incorporado por www.suicidioadolescente.com.ar

Fiambalá, en Catamarca, es una localidad de 4639 habitantes, que en 2014 tuvo que hacerle frente a 16 suicidios adolescentes. Allí, la organización El Camino puso en marcha un proyecto que logró reducir este número casi en un 100%. Este modelo exitoso, que hace hincapié en el potencial de los jóvenes, está siendo estudiado por la Universidad de Columbia para poder ser replicado en el resto del mundo.



Christian quiere ser profesor de biología. Foto: María Paz Paniego

En 2015 se registraron 3202 suicidios en el país, un 5,5% más que en 2010, cuando la cifra fue de 3024 casos anuales, según estudios realizados por Héctor Basile, miembro de la Red Mundial de Suicidólogos. La última estadística arroja que en un año se suicidaron en la Argentina 905 chicos menores de 24 años. Es decir, que cada semana unos 10 jóvenes se quitaron la vida en nuestro país.

En cuanto a las causas de este fenómeno, Basile argumenta: "El suicidio es un hecho policausado; el adolescente que se quita la vida no lo hace por una sola cosa que le pasó. Hoy los chicos viven en situaciones de pobreza y hambre tanto real como espiritual, sumado a la desintegración del ámbito familiar, la falta de sentido de vida y el consumo de drogas, se forma un cóctel letal".

Lo que lleva a los jóvenes a pensar en este desenlace pueden ser enfermedades de origen endógeno o contextos desfavorables que despiertan patologías.



Dos hijas de Cristina forman parte de El Camino. Foto: María Paz Paniego

"Todas las muertes por suicidio son evitables. Se puede no solamente prevenirlo, sino también fomentar que la gente se recupere. En el Instituto Austral que dirijo en Neuquén, el 80% de la gente que ingresa lo hace con ideas suicidas y antecedentes. Y puedo afirmar que es más simple recuperar a una persona con esquizofrenia que a una persona con cáncer si uno hace el tratamiento adecuado. Pero en la Argentina la salud mental está puesta en un lugar estigmatizante, y es necesario que deje de ser una asignatura pendiente en la salud pública", explica José Lumerman, psiquiatra reconocido por la Organización Mundial de la Salud.

Para trabajar esta problemática, la Subsecretaría de Juventud de la Nación lleva a cabo el programa Entrenadores de Vida junto a la Fundación de Prevención del Suicidio a través del cual realizan intervenciones comunitarias en diferentes provincias del país. "Una de las herramientas con las que trabajamos es la ISO 30, que nos permite medir en una persona o una comunidad los niveles de desesperanza, autoestima, sus herramientas para afrontar los problemas emocionales, si se sienten solos y si están en proyecto de ideación de suicidio", explica Pedro Robledo, subsecretario nacional de Juventud.



"Soy joven, quiero vivir", dicen los murales que pintaron los jóvenes de la comunidad.

Foto: María Paz Paniego

A nivel legislativo existe desde 2015 una ley nacional de prevención de suicidios que fue votada por unanimidad, pero aún no se ha reglamentado.

Dentro de lo que marca la ley se encuentran tres puntos fundamentales: que el suicidio sea declarado en todo el país como interés nacional, que la salud pública se haga cargo de los tratamientos de personas con intentos de suicidio, y que existan capacitaciones tanto para familiares que puedan detectar casos como para los técnicos que trabajan en el tema.

"No estoy solo": a través de retiros con otros adolescentes, les devuelven la esperanza a los chicos

La organización El Camino, integrada por misioneros voluntarios, desarrolló una metodología exitosa que pone el foco en formar líderes positivos

SEGUIR

[María Paz Paniego](#)

LA NACION 13 DE FEBRERO DE 2017

Micaela tiene 16 años, ocho hermanos y ganas de retomar la secundaria. Vive en Fiambalá, Catamarca, y asegura que ser joven en su pueblo es difícil. Tan difícil que allí, a seis horas en colectivo desde San Fernando del Valle de Catamarca, el número de suicidios adolescentes llegó a 16 casos en 2014.

Fiambalá tiene 4639 habitantes según el censo de 2010, y alcanza unas 8000 personas, si se suman también los alrededores, conocidos como los pueblos del Norte: Saugil, Medanitos, Barrialito, Palo Blanco, Tatón, La Puerta, Barranco, Punta del Agua.

El clima de a ratos se vuelve algo hostil, y si bien el acceso a la educación primaria y secundaria está garantizado en casi la totalidad de la zona, los jóvenes de Fiambalá a duras penas pueden soñar con una carrera universitaria por falta de oferta y problemas de distancia.

La salida laboral para un joven fiambalense se limita al trabajo de siembra o cosecha en la viña, a ser docentes, tener un empleo municipal o migrar al sur del país para dedicarse a la actividad minera, con el desarraigo que eso implica.

"Intenté matarme tres veces. Hasta el día de hoy me acuerdo de eso y lloro, fue una época muy marcada, pero uno necesita saber su historia y reconocerla para saber quién es", explica Mica, como la conocen sus amigos, parada en el patio de su casa en Barrialito, Fiambalá, mientras cuida a su sobrino Ian en brazos.

No sentirse escuchados, falta de oportunidades educativas y laborales para proyectar un futuro, consumo de drogas y alcohol, soledad en las casas por padres que migran para trabajar y creencia en San La Muerte son sólo algunos de los factores que impactan en los jóvenes.

El efecto de San La Muerte

Carlos Robledo, sacerdote del pueblo, sostiene que son muchos los factores de angustia que afectan a los jóvenes del pueblo: "Hay un efecto "diabólico" con San La Muerte³ que

³ **San La Muerte** es un personaje o entidad venerada en Latinoamérica. Su culto se extiende en América del Sur, en territorios del Paraguay, del noreste de Argentina, principalmente en la provincia de Corrientes y en menor medida en Misiones, Chaco, Formosa y, al sur de Brasil (Paraná, Santa Catarina, Río Grande del Sur). Desde los años 1960 debido a las migraciones internas el culto se ha extendido a ciertas zonas de la provincia argentina de Santa Fe, especialmente, al Gran Buenos Aires y a las provincias del NOA. Los portadores del amuleto de San La Muerte creen ser invulnerables a maleficios y desgracias y que el amuleto atrae el amor y la buena fortuna, la creencia popular se basa en pedirle rezando al Santo y a cambio hacerle una ofrenda. Representaciones de San La Muerte (en forma de amuletos y tatuajes son portado en contacto o en el cuerpo insertados bajo la piel del adorador). Se cree tatuajes, amuletos y las inserciones del San La Muerte ofrecen una protección especial de la muerte, lesiones corporales y encarcelamiento (Nota de referencia Dr. Basile)

está instalado, y a estas cuestiones se les suman la improvisación educativa y la falta de espacios de esparcimiento. Además, recién el año pasado vino una psicóloga a vivir acá".

A la casa de Micaela se acercaron los jóvenes de El Camino: un grupo de chicos de Buenos Aires que después de varios años de misionar en la zona decidieron hacer algo respecto de la alarmante cantidad de suicidios de jóvenes en la localidad. Asesorados por psiquiatras especializados, elaboraron un proyecto para formar jóvenes líderes que fueran agentes positivos y constructores de sentido en sus comunidades.

Para lograrlo se apoyaron en el pilar que ya venía siendo su base durante los años de misionar en el pueblo: la espiritualidad. A principios de 2015 organizaron un retiro de cuatro días para los jóvenes, donde a través de la reflexión comenzaron a trabajar con ellos el sentido de sus vidas y lo valiosas que son para los demás. Aquel encuentro fue el disparador de un proceso a tres años que hoy funciona con éxito: la tasa de suicidios se redujo de 16 casos entre 2013 y 2014 a uno solo durante 2016.

La metodología del retiro busca que los jóvenes se reconozcan como "hermanos de historias" y no sientan vergüenza de compartir sus propias luchas, alegrías y dolores, como casos de abusos, de violencia o sentirse abandonados. Esa introspección espiritual se combina también con actividades lúdicas para que predomine el disfrute en los jóvenes y puedan soñar sus proyectos de vida.

"Ahí los chicos encuentran un lugar de contención, un espacio de fraternidad donde si uno estaba pensando en hacerse algo, ya tiene un lugar al cual recurrir", expresa Joaquín Casaburro (24), voluntario de El Camino, y agrega: "Después de esa experiencia inicial seguimos trabajando durante todo el año para decantar lo vivido y acompañar los procesos de los jóvenes".

La continuidad de ese proceso se da a través de viajes mensuales que hacen los jóvenes de El Camino de Buenos Aires a Catamarca para organizar encuentros y charlas con los chicos de Fiambalá y los pueblos del Norte. Además mantienen un vínculo fluido con los jóvenes del pueblo, quienes les dan alertas cada vez que toman conocimiento de un posible caso de suicidio, y ellos a la distancia lo derivan a la psicóloga o la terapeuta ocupacional de la zona.

"Los valores espirituales incluyen lo religioso, pero no lo agotan: funcionan y son un apoyo muy importante en el país, sobre todo en la Argentina profunda", explica Héctor Basile, suicidólogo especializado en jóvenes.

Ezra Susser, catedrático e investigador de la Universidad de Columbia, tomó conocimiento del caso de Fiambalá a través del psiquiatra argentino José Lumerman y comenzará a estudiarlo. "El Dr. Susser me pidió que desarrolláramos una conceptualización de este caso que revirtió en prácticamente un 100% los suicidios de jóvenes en Fiambalá para aprovechar la experiencia y hacerla replicable internacionalmente."

Hoy son los mismos jóvenes fiambalenses los que se volvieron agentes de vida en sus propias comunidades convenciendo a los demás que vivir vale la pena. "Una chica de acá

intentaba suicidarse y una tarde fui a hablar con ella. Se quería matar por su novio y yo le dije: «¿Qué tiene de valioso ese chico que vale más que tu vida?». Capaz lo hacía porque no tenía con quién hablarlo", explica Claudia, de 19 años, quien vive en La Puerta, a 30 kilómetros de Fiambalá junto a sus papás y sus nueve hermanos.

"Después de mis intentos de suicidio conocí a los chicos de El Camino: me ayudaron a ser yo misma por dentro y por fuera, a llevarme bien con mi familia, a saber escoger y cuidar a mis amigos", dice Micaela, quien este año va a retomar sus estudios secundarios y es una gran promotora de los encuentros de este grupo que ya suma más de 50 jóvenes de Fiambalá y sus alrededores.

Parte del éxito de la experiencia también radica en la articulación que hicieron con la intendenta de Fiambalá, Roxana Paulón, y el gobierno provincial. "Hicimos un relevamiento de chicos con cierta vulnerabilidad y lo compartimos al municipio para que los sigan de cerca porque nosotros no estamos todos los días", explica Mariano Nogueira (24), voluntario de El Camino. Además se logró una apropiación del proyecto por parte de la comunidad y todo el pueblo participa de la organización del retiro, ya sea con una donación o yendo a cocinar para los chicos.

A pesar de que hoy las tasas se revirtieron, son muchos los desafíos por sortear para hacer de la prevención de suicidios una política pública real. Desde El Camino aún no tienen un transporte propio para recorrer todas las localidades del departamento en busca de los jóvenes, y sueñan con tener una sede en el territorio que les permita terminar con la distancia que los separa desde Buenos Aires.

LA VOZ DE LOS PROTAGONISTAS

Christian

18 años, Medanitos - Fiambalá

Vinieron los chicos a buscarme y yo acepté. Formar parte del grupo de jóvenes te da un pensamiento diferente, aprendí que pensando más en el otro se te van las ideas de hacerte algo malo a vos mismo. Quiero seguir estudiando, si abre la carrera en Tinogasta voy a ser profesor de biología.

Carla

14 años, Barranco - Fiambalá

Hace falta que a los jóvenes nos escuchen más. Conozco chicas que se cortan, que piensan en quitarse la vida. Pero yo les hablo y las tranquilizo un poco, les digo que disfruten la vida que es el mejor regalo.

Cristina

Madre de 10 hijos, la puerta - Fiambalá

Mis hijas participan de los encuentros con los chicos todos los meses. Han cambiado mucho su forma de ser desde que están en El Camino, se volvieron un ejemplo para el barrio y cuando ven a una persona mal van y hablan, saben aconsejar.

Marian

18 años, Medanitos - Fiambalá

Ver que podemos hacer cosas por los otros chicos me hace emocionar. Con algunos tenemos las mismas historias, y saber que no somos los únicos con esos problemas ayuda. Porque saber que hay alguien ahí para escucharte da fuerzas para seguir.

Cómo colaborar
 El Camino
 (011) 5997-4514
www.facebook.com/elcaminoproyecto
elcaminoproyecto@gmail.com

José Lumerman: "Hay que seguir esta experiencia"

LA NACIÓN. LUNES 13 de febrero de 2017

<http://www.lanacion.com.ar/1984070-jose-lumerman-hay-que-seguir-esta-experiencia>

José Lumerman, psiquiatra reconocido por la [Organización Mundial de la Salud](#), toma el caso de El Camino como una iniciativa de estudio para replicarse en todo el país y posiciona la dimensión espiritual como una parte fundamental del abordaje integral de los trastornos mentales.

-¿Qué factores llevan a que los jóvenes de la Argentina se quiten la vida?

-Tenemos que comprender que los suicidios son el síntoma más grave de un trastorno mental. Los jóvenes que viven en pueblitos del interior y ven por televisión todo lo que está idealizado, tienen la vivencia de que nunca tendrán ni serán aquello que les muestran como lo mejor. Así, todo lo que los rodea -sus historias y las de sus ancestros- pasa a carecer de valor. Y si a esto le sumamos el fenómeno de la desintegración de los núcleos familiares como refugio natural para ser contenidos y alentados, tendremos los ingredientes tóxicos necesarios para que se constituya una depresión y el suicidio como último síntoma de la enfermedad.

-¿Cuál es tu reflexión sobre el abordaje que realizan los jóvenes de El Camino?

-En términos de salud pública, que en un año se haya revertido la tasa de suicidios jóvenes de esa manera, cuando la única variable que se incorporó al sistema fue la introducción de este grupo, muestra que esta experiencia hay que seguirla de cerca. Si mostramos que esto tiene un respaldo en la ciencia, es para empezar a replicarlo en otros puntos del país y movilizar a los que tienen la responsabilidad pública. La inversión necesaria para lograrlo es mínima: dar capacitación y un lugar adecuado para un grupo terapéutico. No son tratamientos de alta complejidad con aparatos que cuestan millones, sino lo que yo llamo impactos de alta simplicidad: desarrollos simples que tocan nodos cualitativos.

-¿Lo espiritual llega a lugares donde la ciencia no puede?

-La experiencia de los jóvenes de El Camino en Fiambalá mostró que sus acciones como misioneros tuvieron efectos terapéuticos por añadidura. Para mí significó confirmar mi percepción acerca de la importancia de la dimensión espiritual como herramienta psicoterapéutica fundamental para el abordaje integral de trastornos mentales. Me animo a sostener como médico que el ser humano no sólo es biopsicosocial como es reconocido por la ciencia, sino espiritual como cuarto elemento estructurante de la condición humana.