

ESPAÑA: ALERTA SUICIDIO JUVENIL en PANDEMIA**El suicidio se ha convertido en la primera causa de muerte entre los más jóvenes en España**

- *La pandemia ha destapado el sufrimiento psicológico con 3.941 suicidios en 2020, de los que 300 tenían entre 14 y 29 años*
- *La sanidad pública no tiene suficientes profesionales de salud mental general ni especializados en infanto-juvenil*

Para el equipo de **Crónicas**, conocer de primera mano las historias de adolescentes como Ana o Alba, de 15 y 16 años, ha sido la clave para enfocar un reportaje sobre el [suicidio-juvenil](#) abiertamente, sin tabúes y huyendo del estigma y la tristeza. También hemos contado con la ayuda inestimable de un grupo de raperos y *skaters*, que aportan un relato visual y conceptual del sufrimiento de los más jóvenes lleno de luz y esperanza.



CRÓNICAS

VER DOCUMENTAL "ALERTA SUICIDIO JUVENIL"

VER AHORA

<https://www.rtve.es/play/videos/cronicas/alerta-suicidio-juvenil/6226658/>

<https://www.rtve.es/play/videos/cronicas/alerta-suicidio-juvenil/6226658/>

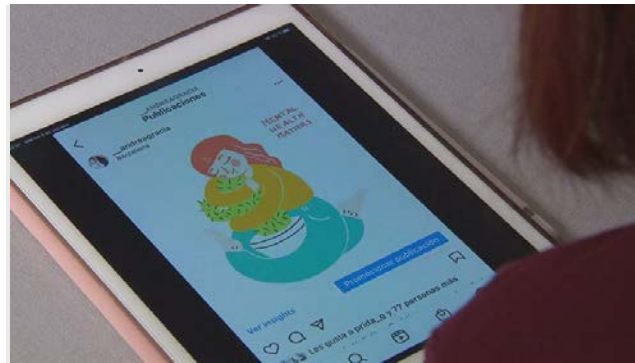
El suicidio se ha convertido en la principal causa de muerte de los adolescentes en España, desde 2019. 'Crónicas' aborda este problema en el reportaje 'Alerta: suicidio juvenil', que aporta el testimonio de jóvenes y de psicólogos.

En 2020 se suicidaron 3.941 personas y 300 eran niños y jóvenes, un grupo social especialmente sensible. Cada año en nuestro país 70 jóvenes menores de 19 años se quitan la vida. Sobre ellos hablan sus "supervivientes". Son sus familias que, desde el dolor y la culpa, intentan que esa pérdida no se olvide. El grito unánime es que la salud mental y la prevención del suicidio sean una prioridad política y sanitaria.

Las dos jóvenes relatan los malos momentos vividos con la sinceridad de sus pocos años: "Lo que me pasó empezó en la cuarentena, con el encierro me dio muchísima ansiedad. Yo no podía dormir, sentía que me moría y que nadie me podía ayudar".

"Yo no podía dormir, sentía que me moría y que nadie me podía ayudar"

Alba también reconoce que ya llevaba un tiempo en que *se sentía rara en el cole, en casa, cada vez más triste* y "el desencadenante fue la muerte de mi tía por un cáncer. Yo sólo quería morirme, irme con ella". Además, en el encierro también se obsesionó con adelgazar y buscar alivio en las autolesiones. "Ahora me doy cuenta de que estaba muy mal".



"Solución eterna para un problema temporal"

Para el [doctor Francisco Villar](#), psicólogo clínico responsable de la [Unidad de atención a la conducta suicida del Hospital Sant Joan de Déu](#) de Barcelona, **durante el confinamiento bajaron los intentos y suicidios consumados**, pero durante el retorno progresivo a la normalidad, en el que estamos, las urgencias que atienden volvieron a dispararse.



VER AHORA

CRÓNICAS "Mentes en pandemia"

<https://www.rtve.es/play/videos/cronicas/cronicas-mentes-pandemia/5789383/>

Mentes en Pandemia Disponible hasta: 17-09-2115

SINOPSIS

El documental 'Mentes en pandemia' de Crónicas en el que se analiza cómo viven la pandemia las personas que ya tenían antes un trastorno mental antes de la irrupción del coronavirus.

[Los adolescentes se descubrían superados por la presión vivida durante el confinamiento](#) y sus retos vitales: "**Nosotros atendemos a chicos que, por decirlo de algún modo, se sienten atropellados por la vida**, con las exigencias de fuera, ya sea por las propias ideas, toda la influencia de redes, que se sienten desbordados en diferentes ámbitos de la vida, académica, social. Ya sabemos que la adolescencia es un reto, y que ni de lejos es la mejor etapa de la vida, es la peor, con diferencia. De hecho es una mierda", dice muy gráficamente.



El doctor Fran Villar es el coordinador del Programa de Atención de la Conducta Suicida en el Hospital Sant Joan de Deu de Barcelona. CRÓNICAS

Las motivaciones últimas de la conducta suicida no están claras, ni en los adultos ni en los más jóvenes, quienes están en una etapa vital clave cuando los cambios físicos, mentales y emocionales son muy fuertes. Como dice Andoni Ansean, presidente de la [Asociación Española de prevención del suicidio y del Observatorio del Suicidio](#), "el problema de la conducta suicida es especialmente complejo. Por cuanto desconocido. **No sabemos si es genético**, en qué medida puede ser genético, si es biológico, **si es sociológico**, porque los hombres se suicidan tres veces más que las mujeres, las mujeres intentan el suicidio tres veces más que los hombres".

"Los hombres se suicidan tres veces más que las mujeres; las mujeres intentan el suicidio tres veces más que los hombres"

Son **la vergüenza y el miedo al estigma** de lo que, popularmente se **denomina locura**, los que, probablemente, hace que tanta gente, más del doble en los últimos meses, busque [auxilio anónimo en un teléfono de atención](#). [En Barcelona](#) desde el verano del año pasado funciona un **teléfono específico de prevención al suicidio** con el apoyo institucional y económico del Ayuntamiento de Barcelona.

Uno de los psiquiatras voluntarios que lo atienden nos recuerda una idea muy obvia cuando una persona no se plantea huir de la vida: "Hay un **leimotiv** de los que nos dedicamos a la prevención del suicidio, especialmente para los más jóvenes:

“El suicidio es una solución eterna para un problema temporal”.

UNA DE LAS CLAVES, LA PREVENCIÓN

Para mejorar en la prevención de los trastornos mentales y, en algunos casos extremos, las autolesiones e ideas suicidas, los especialistas en atender a esta población adolescente y joven apelan a **“alfabetizar en salud mental y psicológica”** a la comunidad escolar, a las familias y, por supuesto, a los sanitarios de la atención primaria. **Hay que prestar atención a los signos que dan y que son llamadas de riesgo o de auxilio.**

La directora de [PsicoLleida](#), un centro que imparte *talleres de prevención y detección*, anima a los chicos y chicas y a sus familias a pedir ayuda, sin dudarla: **“La reflexión que podemos compartir como equipo de psicología sanitaria es que cuando el adolescente pide ayuda, la sintomatología remite. Si esa ayuda es continuada”**, dice Cristina Vidal.

**“Cuando el adolescente pide ayuda, la sintomatología remite.
Si esa ayuda es continuada”**

Es interesante comprobar, tal y como se refleja en el reportaje que, tras la sesión informativa de la psicóloga clínica en un aula de 2º de ESO en un Instituto de Lleida, **más alumnos se reconocen en alguno de los síntomas y problemas emocionales que les han explicado, con un lenguaje y un tono que ahuyenta la vergüenza.**



Alba Rabadán ha pasado, a sus 15 años, por intentos de suicidio y autolesiones. CRÓNICA

A **Ana y Alba** las conocimos en un centro de salud mental infanto-juvenil de la [Fundación Orienta en Hospitalet de Llobregat](#), donde **atienden a unos 800 jóvenes al año.**

Para su directora, la psiquiatra Teresa Ribalta, **estas adolescentes son ejemplos de superación y esperanza, pero es muy crítica con el funcionamiento de la sanidad pública, porque “la salud mental siempre ha estado a la cola de la salud general, pero además la salud mental infanto-juvenil ha ido atrás, y hay una falta de especialidad ahora en psicología infanto-juvenil porque no se ha tenido en cuenta la importancia de la prevención y de la atención”.**

www.suicidioadolescente.com.ar



CRÓNICAS

VER AHORA

CRÓNICAS: APRENDIENDO A BAILAR BAJO LA LLUVIA

<https://www.rtve.es/play/videos/cronicas/cronicas-aprendiendo-bailar-bajo-lluvia/2952857/>

El 90 por ciento de los suicidios está relacionado con una enfermedad mental, en la mayoría de los casos, una depresión grave. Los expertos aseguran que el suicida no quiere morir lo que quiere es que desaparezca el sufrimiento que padece. Psiquiatras y psicólogos aseguran que se les puede ayudar a eliminar ese dolor y buscar una alternativa.

Ella, y la comunidad médica en general, ha expresado claramente que no hay tiempo que perder en implementar recursos y medidas para que la atención a la salud mental de nuestro país tenga las ratios correctas de médicos, psicólogos y pacientes cumpliendo así las [promesas que ha hecho recientemente el gobierno central](#).

La OMS ya hace tiempo que advierte de que **la salud mental de la población mundial es frágil** y un tema de salud pública que muchos países no están atendiendo.

Teniendo en cuenta que al menos **un 25 % de los ciudadanos ha sufrido, sufre o sufrirá algún problema mental en su vida**, y un porcentaje nada despreciable, querrá terminar con su vida.

Esa tendencia [podría cambiar si los gobiernos implementan medidas transversales de atención al sufrimiento mental](#) y emocional de sus ciudadanos.

Supervivientes del suicidio

La vivencia de los autodenominados **supervivientes del suicidio** es dramática.

Así lo explican, emocionados pese a los siete años pasados desde que su hijo Sergi, de 19, se quitó la vida. Sus padres se sienten culpables por no haber podido impedir su muerte: "Siempre con el sentido de la culpabilidad encima... la mochila de piedras cargada, aprendiendo a convivir con ese peso, pero siempre recordándolo cada día". Julián y Pilar, unos **padres llenos de dolor pero también de solidaridad**, hablan abiertamente de su tragedia, y lo hacen por primera vez en este *Crónicas*, queriendo para animar a otras familias a superar el estigma social que hasta ahora conlleva el suicidio.

"Siempre con el sentido de la culpabilidad encima... pero siempre recordándolo cada día"

En nuestro país ***cada vez hay más voces que hablan alto y claro contra el estigma.*** Por ejemplo, lo hacen desde una Alianza de organizaciones que luchan para visibilizar que sufrir un trastorno mental no invalida a ninguna persona para vivir con normalidad. Hemos estado en la [ONG Obertament/Abiertamente](#) en una reunión de un grupo de jóvenes con distintos trastornos para diseñar una campaña de comunicación para menores de 21 años. Ellos han hablado de sus experiencias.



Pilar y Julián junto a Cecilia, padres supervivientes del suicidio de sus hijos. CRÓNICAS

Marc, como el resto del grupo, recuerda que ***intentó suicidarse pero nadie escuchaba sus llamadas de auxilio.***

Todos damos señales. "Yo di señales. Y las respuestas que te encuentras... ¿pero de verdad es que estás tan mal como para...?"

Sí que estamos mal si la sociedad sigue sin mirar de cara tanto sufrimiento mental y emocional, y si normalizamos que ***sólo quienes tienen dinero pueden permitirse un tratamiento***, esa cura que aleja o descarta la idea del suicidio, sobre todo en los más jóvenes.

Una idea está clara: ***hablar del suicidio no provoca un efecto llamada.*** Sí produce ese efecto que los medios de comunicación den detalles morbosos sobre el cómo o el dónde. Este [Crónicas](#), "Alerta: suicidio juvenil", quiere contribuir a romper ese silencio.

Noticia CRONICAS

24.11.2021

Por ANNA SOLANA TOMÁS

<https://www.rtve.es/noticias/20211124/cronicas-suicidio-primera-causa-muerte-jovenes-espana/2232960.shtml>