

Es pot prevenir el suïcidi?

Falsos mites sobre el suïcidi

La intenció d'aquest article és reflexionar sobre el suïcidi i la seva prevenció donant una sèrie de claus per a avaluar les temptatives de suïcidi. Intervenir adequadament fent prevenció i una correcta atenció, ajuda als malalts que amenacen amb suïcidar-se, a disminuir el risc de reincidir o de suïcidis consumats.

És una pregunta que èticament ens hem de fer ja que es pot pen suïcidi és un acte humà, que respon a la llibertat de cadascú de la seva existència i també que la persona que es vol matar inev ho acabarà fent.

Carmen Lafuente. Psiquiatra, ps CSMA Sants- Montjuic. Sant Pere Claver Fundac

Però la clínica ens ensenya que les persones que amenacen amb suïcidar-se una temptativa no sempre es volen matar, sinó que darrera d'aquests act vegades es pot trobar una demanda d'ajut o una crida d'atenció quan ja no es paraules. Pot ser un intent d'acabar amb els problemes més que amb la vida oblidar", "parar de pensar", "dormir una mica"... escoltem sovint a la consu forma d' agredir algú .

Saber escoltar

L'experiència ens indica que la majoria de pacients que fan una temptativa o consumat, ho han anunciat prèviament de diferents maneres: hi ha hagut ur comportament, uns anuncis que no sempre s'han sabut escoltar. És per això c de gran importància aprendre a reconèixer aquesta fase prèvia o prodròmica: suïcida per poder oferir l'ajut necessari.

No tots els gests o temptatives suïcides tenen la mateixa gravetat. Hi ha uns que ens ajuden a identificar la potencialitat autodestructiva d'una temptativa i actuar adequadament.

Tots els estudis consultats demostren que una correcta atenció al pacient que amenaça amb suïcidar-se o que ja t temptativa, disminueix el risc de noves temptatives o de suïcidis consumats.

Falsos mites

És molt important desmitificar els errors més freqüents en relació al suïcidi, que hem reunit en els següents punts:

1. La persona que parla del suïcidi no es matarà mai

El 75% de les persones suïcides ho havien intentat prèviament o havien amenaçat amb fer-ho.

2. El suïcidi es fa sense avisar prèviament

La persona que es suïcida generalment proporciona moltes claus, indicacions i avisos de la seves intencions.

3. El pacient que es recupera d'una crisi suïcida no té risc de recaure

La meitat de les persones que han patit una crisi i després s'han suïcicat, ho van fer en els primers noranta dies després crisi emocional.

4. Suïcidi i depressió són sinònims

Molts intents suïcidis es fan en una fase d'agitació, confusió, ansietat, psicosi i no només en el context d'un trastorn depre

5. Tots el suïcides pateixen un trastorn mental sever

Tot i que la majoria de persones que atempten contra la seva vida pateixen un trastorn de personalitat o un trastorn depre totes tenen una problemàtica mental. Hi ha una proporció de suïcidis que són lògics i racionals i es produeixen en person

"L'ajut d'un professional important pe donar suport aconsellar i pre o tractar le conseqüènci

pateixen un trastorn mental: per exemple en persones malaltes o grans.

6. El suïcidi és una malaltia única

Es fa en totes les edats, sexes i nivells econòmics. Té diferents significats, i motivacions.



Així doncs, és important que subjectivament no temptativa de suïcidi que l'atenció i l'escolta del terapeuta coneixem algú que ha suïcidat és important a parlar del que ha succeït del que buscava amb temptativa. No hem de preguntar però hem comprensius, no criticar el i explicar-li que possiblement altres maneres de abordar problemes i que no està estàs disposat a ajudar-lo.

Ens pot servir d'ajut buscar el punt de suport que ha fet que el pacient no s'hagi matat (no ho he fet pels nens, pel mal que o perquè la meua dona no s'ho mereix) i utilitzar-lo a l'entrevista. També és important conèixer els recursos que té: socials, laborals que ens podem servir en cas necessari.

Per últim, no ens hem de oblidar de les famílies que conviuen amb la persona malalta i l'impacte psíquic que els produït seu parent hagi volgut suïcidar-se. En general, les primeres vegades la família s'angoixa, es culpa a si mateixa i no sap contrari, quan hi ha temptatives repetitives, els familiars propers es desanimen i poden reaccionar amb apatia i fredor. No d'oblidar dels "supervivents" a la persona que s'ha suïcidat que queden molt afectats especialment quan es tracta de m qualsevol d'aquests casos, l'ajut d'un professional és important per a donar suport, aconsellar i prevenir o minimitzar les conseqüències del que han viscut.

Webs recomenades

- [Asociación de Supervivientes de una muerte por suicidio](#)

Llegeix més articles a ["la càpsula"](#)

Visita la web de [Sant Pere Claver - Fundació Sanitària](#)

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spscalut.org | www.spscalut.org