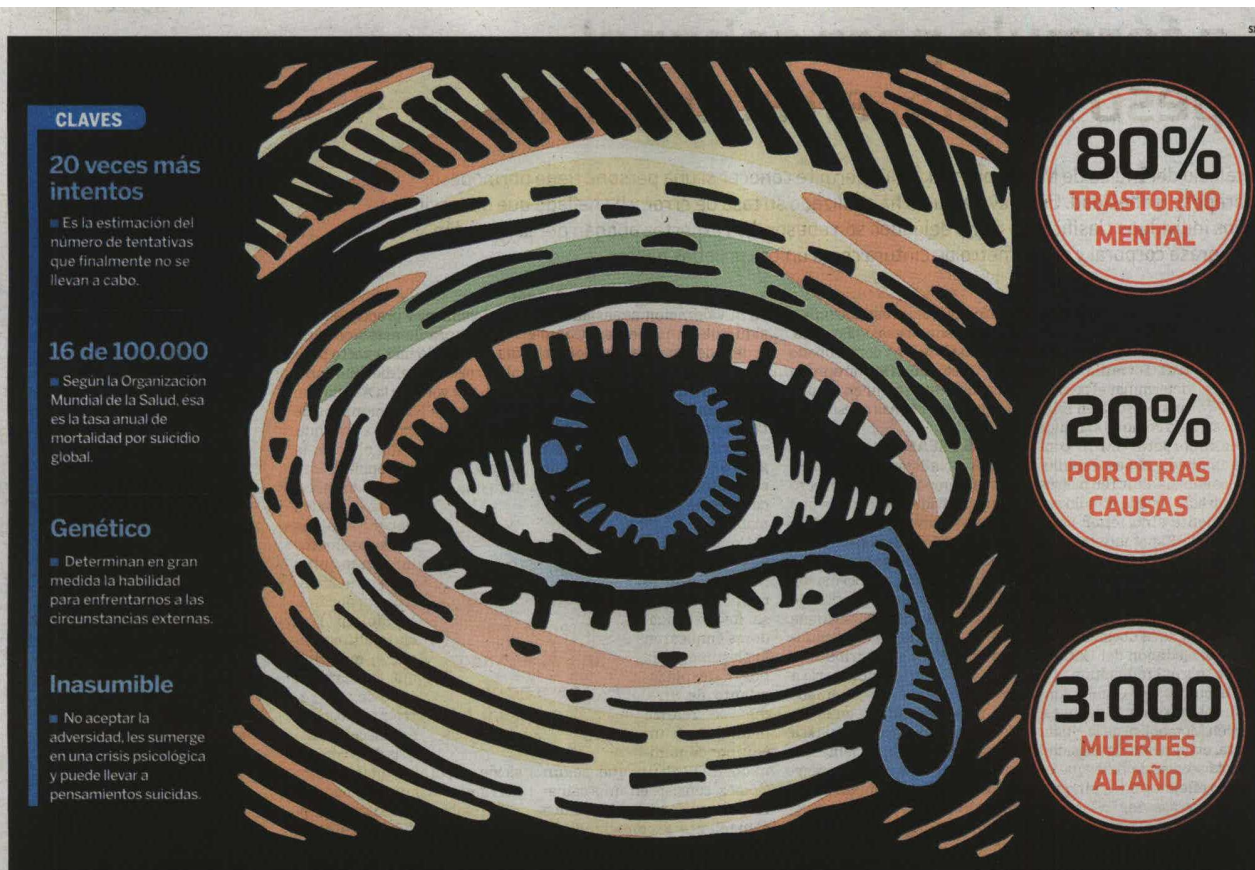


 Nacional Semanal	Tirada: 249.673 Difusión: 183.356 Audiencia: 641.746 17/03/2013	Sección: - Espacio (Cm_2): 811 Ocupación (%): 83% Valor (€): 20.480,49 Valor Pág. (€): 24.667,00 Página: 4	 Imagen: No



LOS SECRETOS DEL SUICIDIO

En España unas 3.000 personas se quitan la vida cada año, y los genes tienen parte de culpa: determinan la vulnerabilidad ante los acontecimientos. Las mujeres son más proclives a «intentarlo», pero son ellos los que lo ejecutan más. Quedarse en paro y sentir que no se es capaz de mantener a la familia puede derivar en una tentativa suicida, según los expertos

A. Jiménez • MADRID

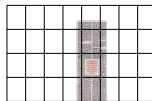
Qué pasa por su mente, qué sensaciones se proyectan a lo largo de su cuerpo, cuán desesperado debe estar un individuo para llegar a ese estado máximo de autoagresión. Para quitarse la vida. Porque aunque el suicidio ha venido comúnmente asociado a gente con un trastorno mental grave, «puede darse en personas sin el mismo que sufran una situación vital marcada por un suceso muy estresante que se vive de forma muy desesperanzadora», explica Almudena Sánchez Mazarro, psicóloga

especializada en psicología clínica y de la salud, de ASM Psicología, que añade que «es un trastorno que, en un grado importante, aparece asociado a estados depresivos que pueden ser más debidos a una situación temporal o bien a una de mayor cronicidad».

En realidad, «según las estadísticas de la Organización Mundial de la Salud, el 80 por ciento de los suicidios consumados son consecuencia de trastornos mentales, mientras que el otro 20 por ciento se debe a múltiples factores, ya sean políticos, económicos, pérdida de un ser querido, o de enfer-

medades muy graves inasumibles», destaca Miguel Gutiérrez, presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría.

También, según la OMS, la tasa anual de mortalidad por suicidio es de 16 por cada 100.000 personas, y en España, los datos del Instituto Nacional de Estadística revelan que, cada año se producen más de 3.000 suicidios, aunque son muchos más los que lo intentan sin llegar a conseguirlo (el número de tentativas suicidas es aproximadamente unas 10-20 veces superior). ¿Significa eso que el perfil del suicida está cambiando? Danuta

	Tirada: 249.673 Difusión: 183.356 Audiencia: 641.746	Sección: - Espacio (Cm_2): 329 Ocupación (%): 33% Valor (€): 8.313,37 Valor Pág. (€): 24.667,00 Página: 5	
	Nacional Salud Semanal	17/03/2013	

Wasserman, presidenta de la Asociación Europea de Psiquiatría (EPA) y psiquiatra experta en suicidios del Instituto Karolinska de Estocolmo (Suecia) lo afirma. «Sí, es posible que esté cambiando. Algunos individuos manejan mejor el estrés ambiental (o de manera diferente) que otros, cuyo umbral es inferior para soportar lo que subjetivamente perciben como algo insoportable. Cuando somos incapaces de adaptarnos o escaparnos de tales situaciones, a veces nos hallamos inmersos en una crisis psicológica, que en algunas personas puede conducir a pensamientos suicidas».

GENES

Entre las variables que influyen de forma relevante «se encuentran la desesperanza y la impulsividad. También la rigidez a nivel cognitivo, el déficit en habilidades de solución de problemas y alcoholismo u otras conductas adictivas», dice Sánchez Mazarro.

Esa habilidad para enfrentarnos a las circunstancias externas «está muy determinada por nuestros genes y la función biológica, pero los genes no sólo afectan a nuestro comportamiento si estamos deprimidos, sino que nuestra interacción con el entorno también afecta a nuestros genes. En condiciones sociales tranquilas, las personas genéticamente vulnerables están protegidas de esa tensión que los convertiría en suicidas. Pero, cuando hay mucha tensión ambiental infligida (la crisis económica, el paro, etc.), provoca esta vulnerabilidad biológica, que antes no había», añade Danuta Wasserman.

Y mucho se ha especulado estas semanas en los medios de comunicación sobre los suicidios consecuentes, supuestamente, por desahucios. «Atribuir responsabilidades a terceros es peligroso. No hay datos todavía para confirmar eso. Lo que sí se ha comprobado es la importancia de la variable del paro», dice Gutiérrez. Por su parte, Holy Wilcox, profesora de Psiquiatría y Ciencias del Comportamiento de la Facultad de Medicina de la Universidad Johns Hopkins (EE UU), especifica que «pese a que el porcentaje de suicidios en EE UU entre 2008 y 2010 aumentó cuatro veces más rápido que en los ocho años antes de la recesión económica, según un estudio reciente publicado en

la revista «Lancet» por investigadores de Gran Bretaña, Hong Kong y EE UU, cada subida del uno por ciento del paro fue acompañada por un aumento del uno por ciento del porcentaje de suicidios». Sin embargo, no es el parado «per se» el que tiene ese riesgo. Al menos así lo aclara Wasserman. «Quedarse en paro y no ser capaz de mantener a la familia puede desencadenar demasiada tensión psicológica y una consecuente perturbación emocional (falta el amor propio, sentirse no deseado o innecesario por la sociedad...)».

Pero quienes son más vulnerables son los jóvenes. Wilcox destaca que «los adolescentes tienden a ser más impulsivos, y podrían verse más influenciados por los suicidios de otros».

TRAUMÁTICO

El suicidio de los padres es un acontecimiento sumamente traumático para adolescentes». De hecho, el último estudio coordinado en Europa por el Instituto de Investigación (IMIM) del Hospital Virgen del Mar de Barcelona –en el que participaron 109.381 personas de 21 países– determinó que

los trastornos mentales de los padres se asocian a mayor tendencia de idea suicida de los hijos.

Otro factor importante a tener en cuenta es que son las mujeres las que tienen más «amagos» de suicidio, pero

finalmente, quienes lo ejecutan son los hombres en mayor proporción. «Los varones suelen tener un peor control de los impulsos y una estructura neurobiológica más agresiva en un momento determinado», destaca el presidente de la SEP. «Para ellas, en cambio, es más una llamada de atención», añade.

Para valorar el grado de riesgo real de suicidio, Sánchez Mazarro argumenta que puede haber ideas del tipo «no tiene sentido vivir» o «querría desaparecer» sin una decisión formada al respecto de si llevar a cabo la conducta o no. «Puede haber una decisión tomada pero sin planificación de cómo se va a llevar a cabo, y después puede haber una planificación que puede ir de un menor a un mayor nivel de concreción sobre cómo realizarla. Cuando la decisión está tomada y la planificación concreta, el riesgo de que llegue a cometerse es alto», concluye.

**Los trastornos
mentales de los
padres se asocian
a una mayor
tendencia de la
idea suicida de
los hijos**