

SANITAT

La mort silenciada: més d'un suïcidi cada dia

Salut ultima un registre que reculli totes les temptatives, que calcula en unes 6.000 a l'any, per fer-ne el seguiment

MARIO MARTÍN MATAS
BARCELONA

El suïcidi ja és la primera causa de mort en els menors de 34 anys, davant dels accidents de trànsit. Més de 507 persones van suïcidar-se el 2012 a Catalunya, l'últim any del qual es tenen xifres oficials. Això representa gairebé una víctima i mitja cada dia però, malgrat això, del suïcidi no se'n parla, o se'n parla poc. En l'imaginari col·lectiu de la societat es va instal·lar fa molt de temps la idea que informar sobre aquests casos podia tenir un efecte crida, però els experts ho posen en dubte, i creuen que la xifra es podria reduir si es tractés el tema amb fredor i explicant-ho tal com és. El suïcidi, en qualsevol cas, és un drama. Els familiars i amics de les víctimes passen anys culpant-se i preguntant-se si ho podrien haver evitat.

El silenci és la norma. Per copsar-ne l'impacte en les xifres s'ha de recórrer als informes de mortalitat que publica anualment el departament de Salut. Davant dels augments de suïcidis registrats des del 2007, hi ha el risc de caure en el reduccionisme i atribuir les morts només als efectes de la crisi. Tot i que els experts reconeixen que l'angoixa i l'augment de la incidència de les malalties mentals hi tenen a veure, cal no oblidar que Catalunya tenia taxes més elevades fa una dècada. A més, encara s'està molt per sota de la mitjana europea, també de països on la crisi no ha fet tants estralls.

Taxes creixents

"El 85% dels suïcidis tenen a veure amb la malaltia mental", assegura la responsable del Pla Director de Salut Mental de la Generalitat, Cristina Molina, que recorda que es tracta d'una problemàtica generalitzada a escala mundial i que, gràcies a una xarxa social i familiar de protecció i a una bona accessibilitat al sistema sanitari, les xifres en el cas català no són pitjors. Molina reconeix que des del 2007 hi ha hagut un cert repunt dels suïcidis -les taxes per 100.000 habitants han crescut un 30%, en passar de 5,18 a 6,76-, però assegura que, si el fenomen només tingués a veure amb la crisi, les xifres haurien de ser molt més altes, com ha passat a Grècia.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana plans específics per lluitar contra aquesta xacra,

especialment en el cas dels adolescents. De fet, agafant només les dades dels menors de 24 anys, s'aprecia que el 2012 s'han doblat les morts: 32 joves van decidir posar fi a la seva vida. Molina coincideix amb Santiago Durán, psiquiatre del pla de prevenció que fa anys es va engagar com a pilot a l'Hospital Sant Pau i al Centre de Salut Mental de la Dreta de l'Eixample, que atribueix aquest augment estadísticament significatiu al fet que la societat ha desenvolupat una baixa tolerància a la frustració o el fracàs i que, juntament amb l'augment de l'abús de l'alcohol i de les drogues, fa que els joves estiguin enmig d'un còctel explosiu. "Entre el 35% i el 40% dels suïcides joves tenen un nivell d'alcohol molt elevat en sang" en el moment de matar-se, rebula Durán. En qualsevol cas, "parlar de suïcidi no incita al suïcidi", afegeix, especialment si no es publiquen detalls escabrosos ni es parla d'una ficció heroicitat.

El director de l'Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions de l'Hospital del Mar, Víctor Pérez, que gràcies al finançament del programa Cibersam fa anys que investiga els suïcidis, afegeix que pot ser "extremadament tendenciosos" culpar la crisi dels augments graduals, i demana posar l'accent en el problema de salut pública i la importància de detectar a temps els riscos, sensibilitzant també el personal del siste-

Mortalitat
La taxa s'ha incrementat un 30% des del 2007, l'any del mínim històric

Impacte
Fins a 32 joves menors de 24 anys van optar pel suïcidi l'any 2012

ma sanitari. Pérez explica que prop de la meitat dels suïcides fan temptatives prèvies i, si s'aconsegueix contactar amb aquestes persones, la teoria estableix que les morts baixarien de manera significativa.

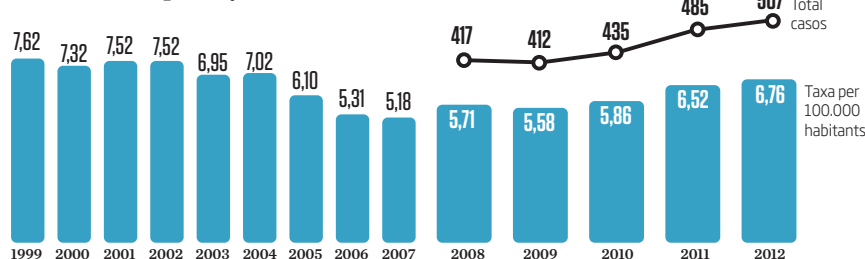
El Codi Risc de Suïcidi

És difícil saber quantes temptatives de suïcidi hi ha cada any. L'OMS apunta a vint per cada cas, però Molina ho redueix a unes 6.000 temptatives en el cas de Catalunya. Durán i Pérez eleven aquesta xifra a entre 8.000 i 10.000, però en tot cas coincideixen que, amb una actitud proactiva, es podria evitar que la gran majoria dels que ho proven i no se'n surten ho tornin a intentar. Molina assegura que l'adherència al sistema sanitari es pot elevar del 20% al 90% si es fa un seguiment proactiu de les temptatives, i és per això que garantir la continuïtat assistencial pot ser clau. Salut ha ideat un pla específic que s'ha començat a desenvolupar i estarà plenament operatiu el 2015, i que es concreta amb el registre sistemàtic de tots els casos, per poder fer-ne així un seguiment individualitzat.

El Codi Risc de Suïcidi ja s'ha estès al 40% de la població catalana, residents al Vallès Occidental, Barcelona, Lleida i el Camp de Tarragona. Quan el conseller Bo Ruiz el va presentar el desembre del 2013 va assegurar que arribava en un "moment oportú", tot i que va ne-

Suïcidis a Catalunya

Evolució total per anys Taxa per 100.000 habitants i total anual

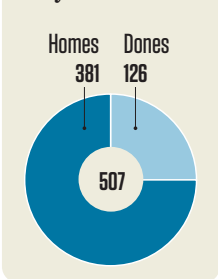


Distribució per franges d'edat Xifres de l'any 2012

Edat (anys)	Fins a 24	De 25 a 34	De 35 a 44	De 45 a 54	De 55 a 64	De 65 a 74	De 75 a 84	Més de 84 anys
Taxa per 100.000 habitants	4,36	5,04	6,35	9,07	9,17	10,85	13,22	16,69
Total casos	32	55	83	97	77	67	64	32

gar que els suïcidis fossin una epidèmia. El compromís era citar totes les persones que protagonitzin una temptativa de suïcidi a un centre de salut mental en menys de 10 dies, menys de 72 hores en el cas dels menors, per la impulsivitat pròpia de l'edat. A més, el Servei Català de la Salut (CatSalut) torna a contactar amb ells via telefònica en un mes per comprovar com es troben. La lluita està plantejada. Ara, com diu Pérez, "caldrà esperar anys" per comprovar-ne l'efectivitat.

Casos segons sexe l'any 2012



Font: Elaboració pròpia / Gràfic: E. Utrilla



LA PREVENCIÓ DEL SUÏCIDI
 L'OMS demana plans concrets.
 Catalunya tindrà el seu
 totalment operatiu el 2015. GETTY

“Hem fet visible una realitat amagada”

JOAN SERRA
BARCELONA

Perdre la por a parlar del suïcidi. És la màxima que va empènyer Cecília Borràs a registrar –el 27 de juny del 2012– Després del Suïcidi-Associació de Supervivents, una de les dues entitats nascudes a Catalunya per aixoplugar familiars de les víctimes i trencar tabús. Borràs i els 60 socis que l'acompanyen en el trajecte entenen que calia omplir un buit, fer que es visualitzés el suïcidi, paradigma de la mort silenciada. “Hem fet visible una realitat amagada”, apunta Borràs a l'ARA. Ella va perdre un fill, el Miquel, que tenia 19 anys quan va posar punt final a la seva vida. Gestar l'associació li va permetre donar sentit al dolor acumulat, però també oferir assistència a altres familiars de víctimes que havien experimentat un calvari similar.

Han passat dos anys i el balanç per la feina feta és satisfactori. L'entitat ha atès 251 persones que han patit la mort d'un familiar o un amic per suïcidi, tot i que també han rebut peticions d'ajuda de ciutadans que havien intentat treure's la vida. L'associació ha creat tres grups de suport, formats per una dotzena de persones –quantitat que assegura un entorn de confiança–, i ja hi ha llista d'espera per obrir un quart grup. “Quan

viu un suïcidi de prop, en el procés de dol necessites repetir la història, perquè no t'ho creus i et resulta un xoc. En aquests grups, les persones se senten còmodes per repetir la narració”, raona Borràs. A més dels grups de suport, també ofereixen trobades d'acollida –per atendre el contacte amb l'usuari que s'interessa per l'associació– i un nou servei d'intervenció inicial, per assistir els familiars que acaben de patir la pèrdua d'una persona estimada. “És important que sàpiguen, des del primer moment, que no estan sols. S'ha de combatre la sensació de culpabilitat que acostuma a aparèixer”, comenta la presidenta de l'entitat.



Cecília Borràs presideix una associació de familiars. C. CALDERER

Clara Rubio va comprovar que a Catalunya no hi havia associacions de suport a familiars de víctimes del suïcidi quan buscava ajuda després de perdre la seva mare. Rubio és una de les tres fundadores de l'Associació Catalana de Prevenció del Suïcidi, creada fa dos anys. L'entitat, que tant acompanya els usuaris com deriva els casos als serveis sanitaris, rep, de mitjana, una petició d'ajuda d'una persona o família cada setmana. Tenen la voluntat d'especialitzar-se en el col·lectiu de familiars que conviuen amb persones en situació de risc de suïcidi. “Creiem que és el col·lectiu més desatès i és la situació en la qual es troben la majoria dels nostres usuaris”, argumenta Rubio, que subratlla la necessitat que es parli del suïcidi, una patologia que provoca més de 500 morts cada any i que afecta tres vegades més els homes que les dones.

Tant Borràs com Rubio aplaudeixen la creació del Codi Risc de Suïcidi, el programa del departament de Salut per a la prevenció del suïcidi a Catalunya. “Aquestes iniciatives són claus per crear una xarxa estructurada en l'atenció i derivació de les persones en perill. Trobem a faltar que hi hagi més coordinació amb les entitats. Esperem que en la segona fase tinguem un rol més actiu”, reflexiona Rubio. —