Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://www.comsoc.udg.mx)

Es necesario prevenir el suicidio desde el entorno psicosocial

Inició el tercer Foro sobre la prevención del suicidio

El suicidio es una conducta prevenible, pero no curable, por lo tanto es fundamental prevenirlo. Fue el eje central del tercer Foro sobre la prevención del suicidio, inaugurado esta mañana, y organizado por la Asociación Mexicana de Suicidología, el Instituto Jalisciense de Salud Mental, la Red Prevención Suicidio y la Universidad de Guadalajara (UdeG).

Es el entorno psicosocial lo que orilla al suicidio, y es el mismo entorno el que debe prevenirlo. Expuso la maestra María Elena Castro Sariñaga, investigadora del Instituto de Educación Preventiva y Atención de Riesgos durante su ponencia Prevención del suicidio: De la filosofía a la tecnología, en la que propuso la elaboración de un dispositivo de redes de voluntarios que trabajan con un especialista para estimular positivamente las emociones y prevenir así las conductas la vulnerabilidad psicosocial o de riesgo suicida.

Explicó, además de las causas y las conductas de esta vulnerabilidad, que: “La muerte forma una condición esencial de nuestra existencia…. necesitamos renacer para superar algo, la gente cuando busca salir de un mal momento, piensa en morir para renacer. Es una asociación inconsciente”.

Algunos ejemplos respecto a esta cultura suceden en el cristianismo: “un hombre se sacrificó por todos nosotros… las profecías mayas del 2012 indican que sólo aquél que tenga apertura a la espiritualidad tendrá la posibilidad de trascender”.

En cuanto a las causas, mencionó que tiene que ver con una necesidad psicológica, “y podemos sintetizarla en una sola palabra: amor. Que se nos acepte, que se nos estime, el que nosotros podamos generar un proyecto de vida y que pueda cumplirse adecuadamente. Cuando no hay ese amor empieza la frustración, aunque puede haber ese amor, pero no la comprensión”.

El niño que quiere una caricia de la madre pero la madre en ese momento no se la da porque está preocupada pensando en alimentarlo, va a sufrir pensando que es desamor, ejemplificó la maestra, “es por eso que debemos lidiar con nuestros afectos… hay que tomar conciencia de nosotros, de nuestra emociones y así saber interactuar con los demás”.

El modelo de prevención que mostró consiste en una serie de ejercicios instruidos por un especialista, pero realizados por el mismo entorno social: en las escuelas, en los barrios y en las familias. “La prevención de la vulnerabilidad psicosocial es una acción ciudadana para generar sentimiento de solidaridad, porque las conductas colectivas las hacen los papás, los maestros y los vecinos”.

Este modelo que ya fue aplicado en algunas escuelas y con resultados positivos, consiste en adoptar técnicas de meditación, de tomar contacto con uno mismo y en grupo. Los resultados obtenidos fueron “una mayor fortaleza interior, autoestima más grande, clima familiar mucho mejor y un mejor manejo de las emociones”.

Este foro continuará el día de mañana con las conferencias Afectación por suicidio: Dificultades y posibilidades en los familiares de suicidas y la comunidad y Prevención del Suicidio.

Guadalajara, Jal., 3 de septiembre de 2009
Texto: Araceli Llamas
Fotografía: Abel Hernández
Edición de noticias: LCC Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:
Conferencia [1]
Salud [2]

URL Fuente: https://www.comsoc.udg.mx/noticia/es-necesario-prevenir-el-suicidio-desde-el-entorno-psicosocial

Links
[1] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/conferencia
[2] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/salud