

XII JORNADAS SOBRE DUELO

Duelo por suicidio, ¿cómo superar el estigma?

Alejandro Rocamora Bonilla

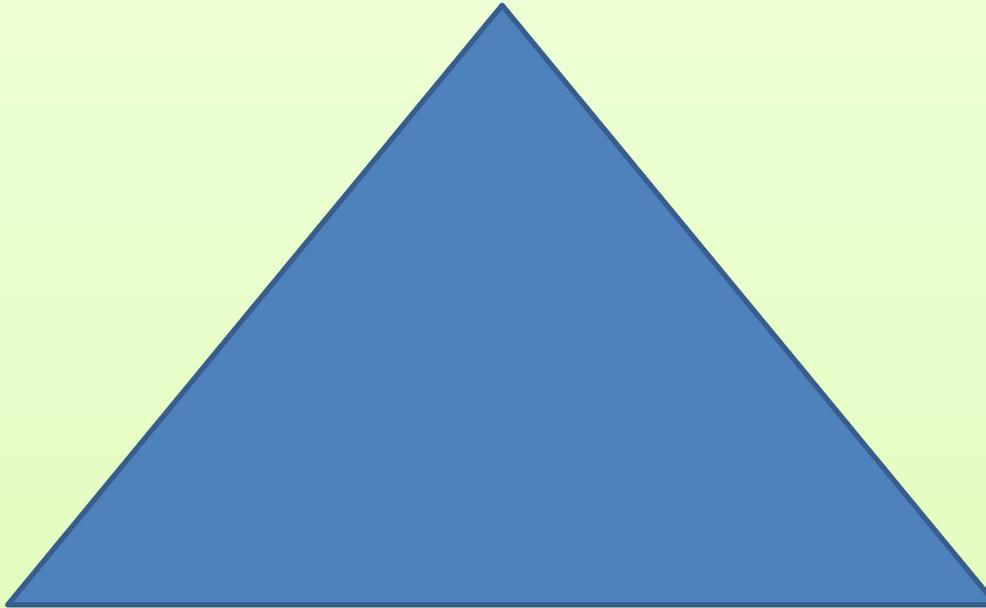
Tres Cantos

Noviembre, 2016

DUELO POR
SUICIDIO

ESTIGMA

AFRONTAMIENTO



El duelo por suicidio, a diferencia de los duelos de otros tipos de muerte, tras el periodo inicial de sufrimiento, es típica una fase en la que el superviviente se plantea una búsqueda de motivaciones del suicidio.

Duelo por Suicidio: Características

- ▶ **Es el más difícil de elaborar por:**
 - **es una muerte repentina e inesperada.**
 - **el superviviente se siente interpelado por esa conducta.**
 - **es socialmente inaceptable.**

- ▶ **Existe el riesgo que tienda a la cronicidad y a la patologización.**

Estigma

- ❑ Stigma: picadura, marca o señal; deshonra, mala fama.
- ❑ Goffman (1963): NO es, un atributo de la persona
SINO, una característica relacional.
- ❑ La conducta suicida: conducta maldita:
 - ❖ ¿qué ha hecho o no ha hecho la familia?
 - ❖ ¿la locura llevó al suicidio?
- ❑ Actitud del estigmatizado: los supervivientes:
 - ❖ rechazo, inhabilitación social
 - ❖ atacando al entorno
 - ❖ negando.

Estigma y Suicidio

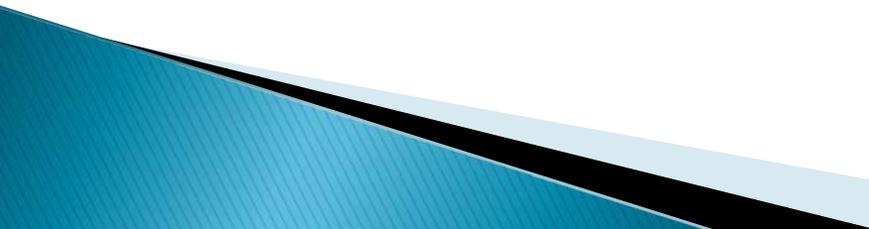
Suicidio=locura



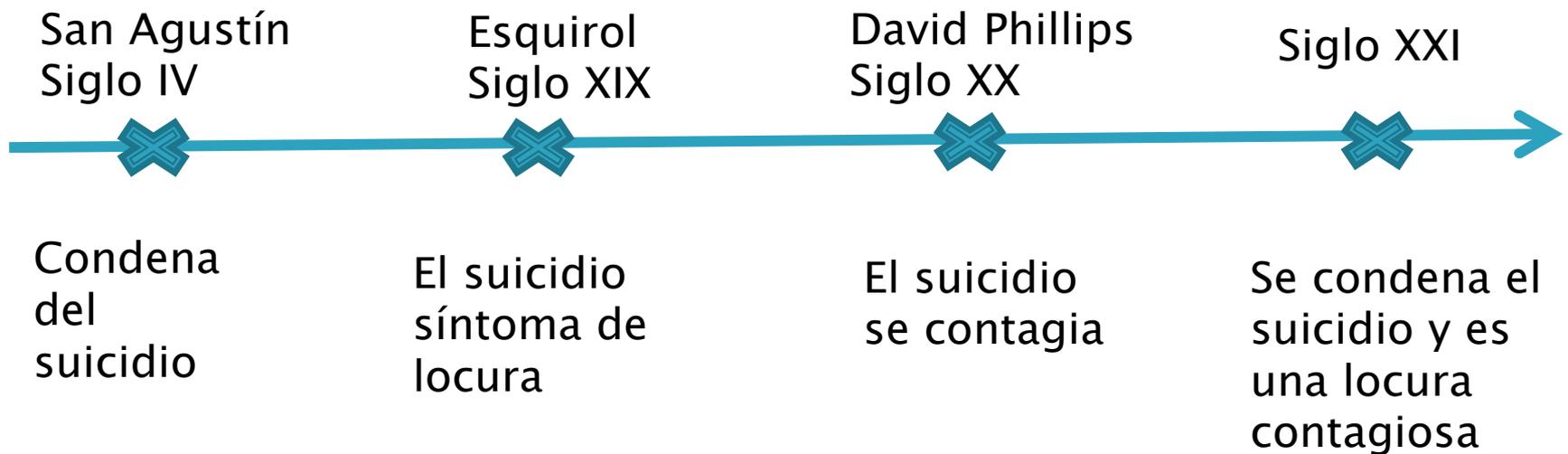
Locura=estigma



Rechazo Social



Historia del estigma sobre la persona que se suicida



MECANISMOS SOCIALES

MECANISMOS

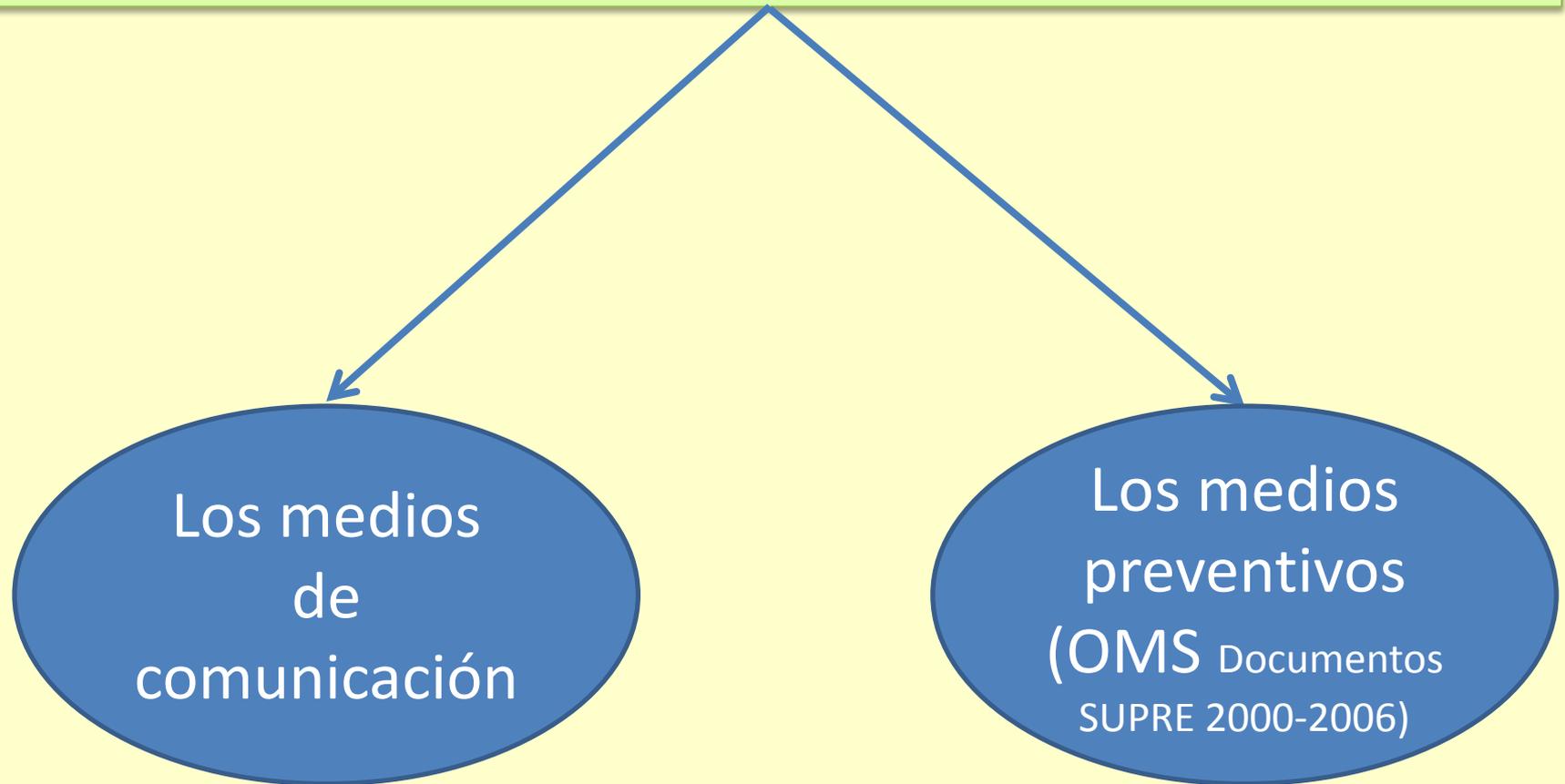
Negación

- «relato» falseado de la muerte
- «no puede ser...»
- No se publican las noticias sobre suicidios

Reduccionismo: suicidio= una sola causa

Suicidio= llamada de atención

¿Cómo superar el estigma?



Medios de comunicación y suicidio

- Efecto llamada: Efecto Werther: “*Las penas del joven Werther*” de Goethe (1774). David Phillips sociólogo americano, acuñó el término. Década de los setenta del siglo pasado.
- Efecto preventivo: Efecto Papageno: Personaje de “*La flauta mágica*” de Mozart (1791). Programa de prevención en Viena(Austria) en 1990.

Dos riesgos:

Muerte silenciosa

Noticia sensacionalista

Investigación realizada sobre cinco diarios españoles

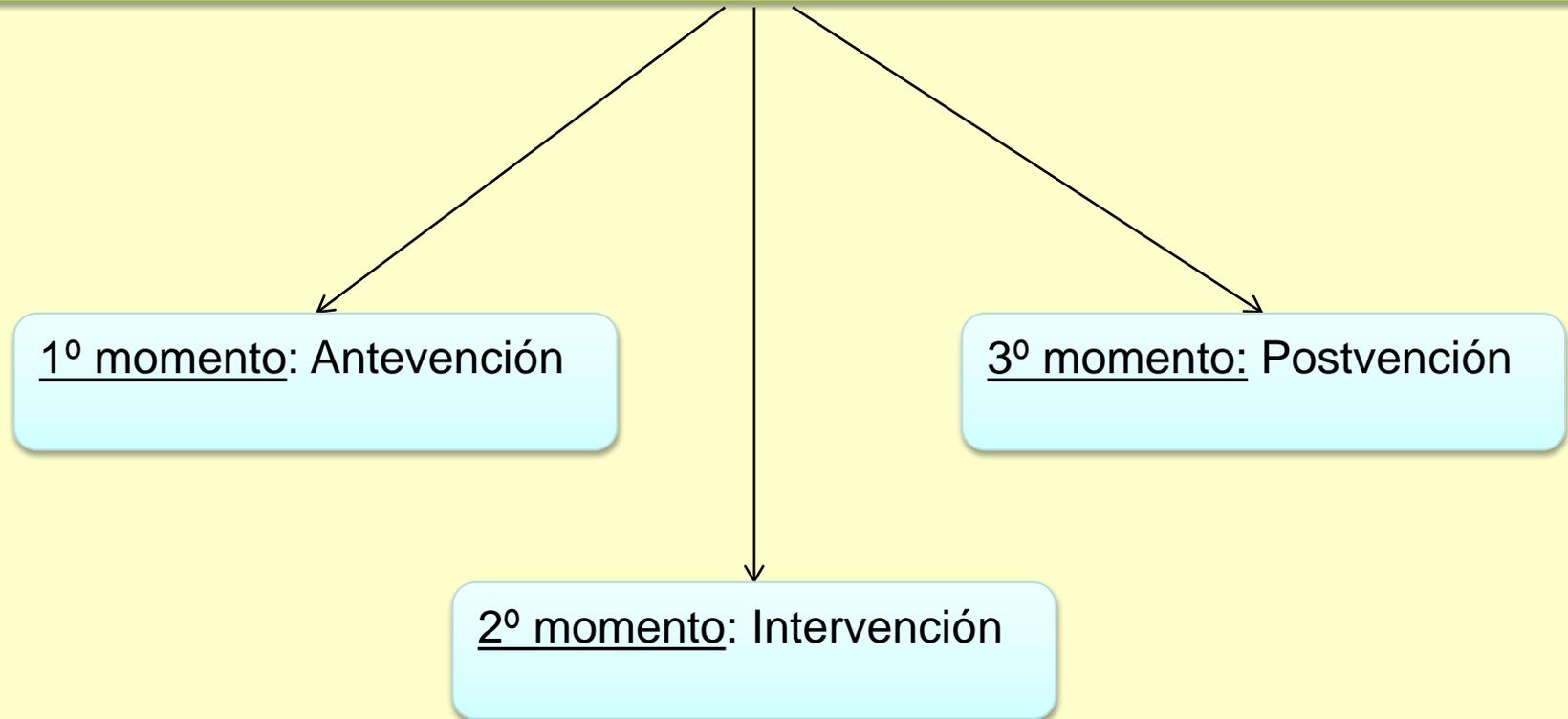
- ❑ **Periódicos:** El País, El Mundo, ABC, El Comercio de Asturias y la Nueva España.
- ❑ **Período:** 1/9/2011 hasta 30/9/2012.
- ❑ **Contenido:** Análisis de las noticias relacionadas con el comportamiento suicida.

- ❑ **Conclusiones:**
 - En la mayoría de las noticias se dan detalles sobre cómo se había realizado el suicidio.
 - No se informa sobre ayudas y recursos comunitarios.
 - Se presenta el suicidio como algo simplista.

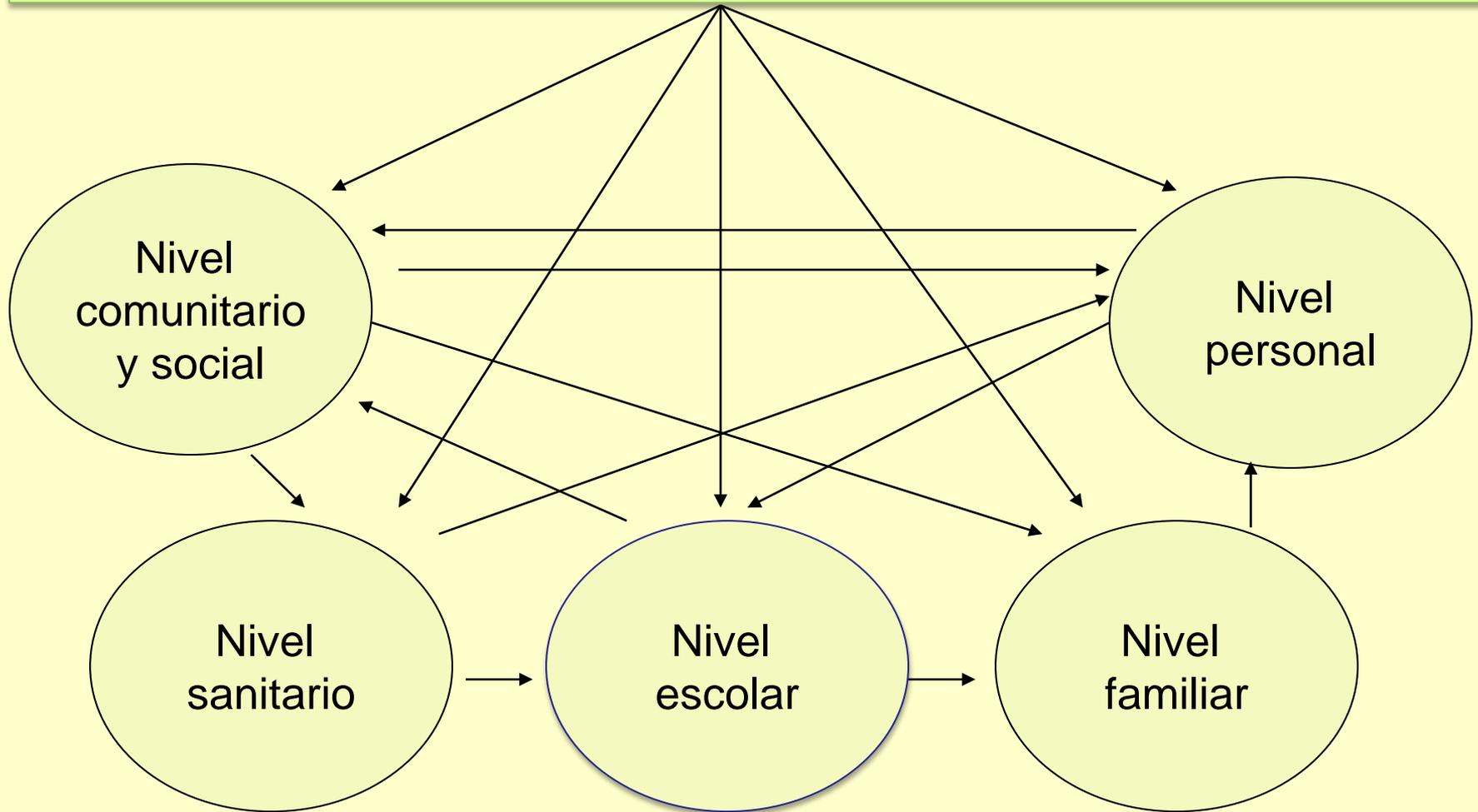
“Informar sobre el suicidio de manera apropiada, exacta y potencialmente útil a través de medios progresistas e inteligentes puede prevenir una trágica pérdida de vidas”.

OMS (2000). Prevención del suicidio. Un instrumento para los profesionales de los medios de comunicación www.who.int/mental_health/media/media_spanish. p.7

1º momento: Prevención (OMS, 2006)



1º momento: Antevención (OMS, 2006)



1º momento: Antevención (OMS, 2006)

- Informar a los consejeros (maestros, padres etc.) sobre las señales de la conducta suicida.
- Educar a las personas y profesionales sanitarios sobre la conducta suicida.
- Disipar los mitos del suicidio.
- Establecer dispositivos sanitarios adecuados para las personas con intencionalidad suicida.
- Implementar campañas informativas.
- «Ofrecer esperanza a los suicidas en potencia que necesitan replantearse sus alternativa».

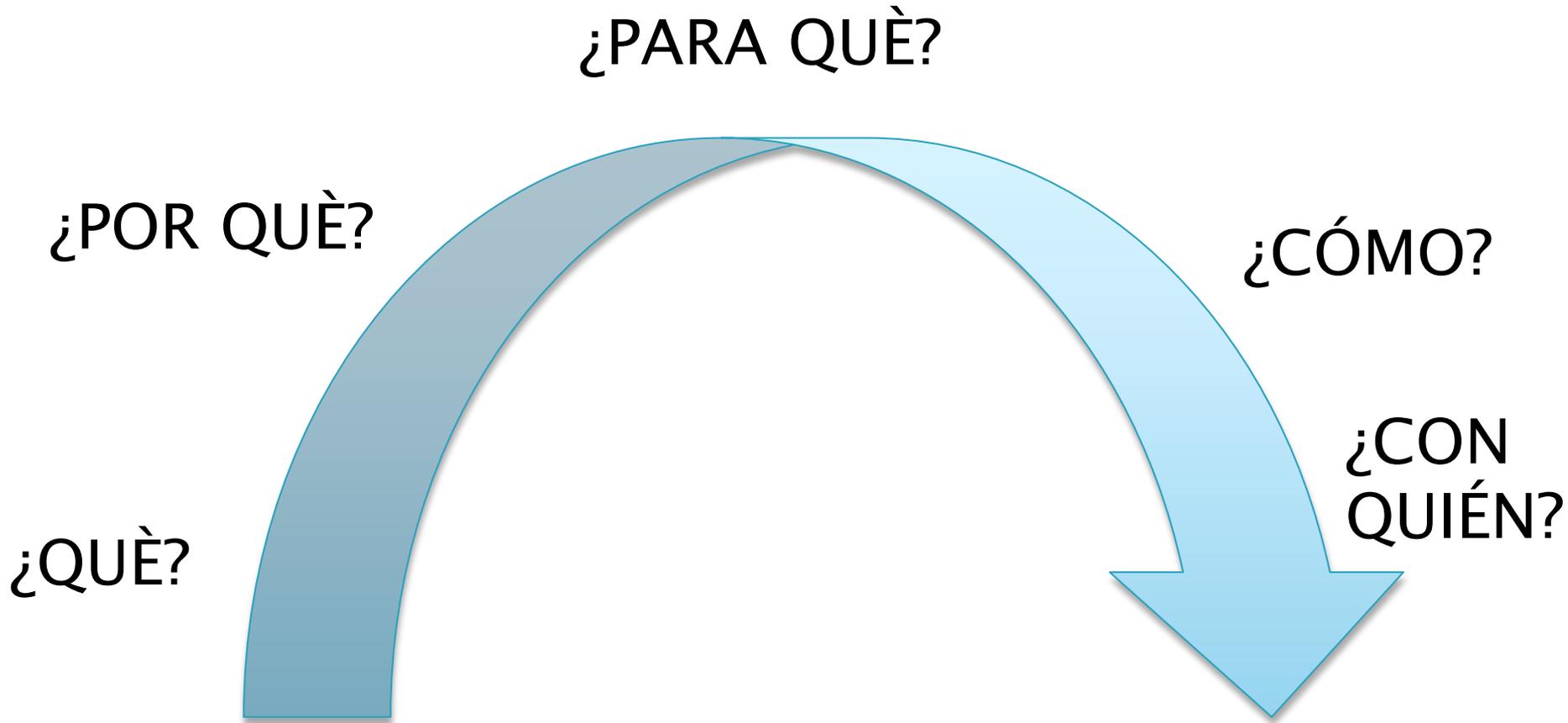
Afrontamiento de la adversidad

- El sufrimiento tiene un proceso (capullo-mariposa).
- Necesidad de encontrar sentido a nuestro sufrimiento (ej. la culebra que muda su piel).



Proceso de la vivencia de duelo

Cuatro preguntas

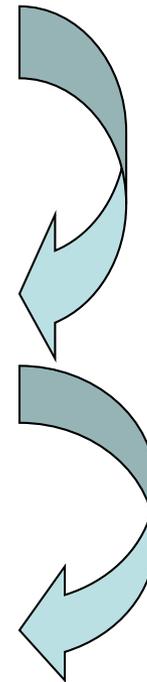


Dar sentido a la Pérdida

- ▶ Sentido: como “arco tenso de nuestra vida”.
- ▶ NO DECIR: “Es Vd. joven puede tener otro hijo”.
“Los otros hijos también te necesitan”.
- ▶ Actitud: el camino que toma nuestra vida tras la pérdida.
- ▶ Buscar el momento oportuno para reflexionar sobre el sentido de la vida tras el suicidio del familiar.

Características del sentido (V. Frankl)

- El sentido no puede darse, sino que debe descubrirse.
- El sentido debe descubrirse, pero no puede inventarse.
- El sentido debe encontrarse.



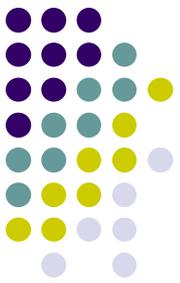
EINSTEIN:

“Quien considera que su vida no tiene sentido, no es solo un desdichado, sino que apenas tiene capacidad de vivir”.

V. FRANKL:

“No existe ninguna situación en la vida (el sufrimiento, la culpa y la muerte) que carezca de auténtico sentido”.

DAR SENTIDO → ser creativo
→ ser útil
→ amar y ser amado.



La logoterapia se diferencia de la psicoterapia tradicional, pues ésta está preocupada en buscar los motivos por los que la persona dice “no” a la vida, y sin embargo, la logoterapia se preocupa de buscar un “sí” a la vida a pesar de la adversidad .