

«Urge aumentar la formación sobre el suicidio a profesionales de todos los ámbitos»

Pedro Martín-Barrajón
Psicólogo

El experto, que imparte un curso en el Colegio de Psicología, aboga por «informar» del tema con «recursos de ayuda»

S. ECHEAZARRA

VITORIA. Es una dura realidad de la que todavía «cuesta mucho hablar». El suicidio es un drama «multicausal», analiza Pedro Martín-Barrajón, que «urge aumentar la formación» a distintos profesionales para abordar y prevenir casos. Este reconocido psicólogo experto en emergencias y catástrofes imparte el curso 'Prevención y abordaje de la conducta suicida' hoy y mañana en el Colegio Oficial de Psicología de Álava.

– **¿Cómo han evolucionado las cifras de suicidios en España?**

– Han disminuido de 4.227 a 4.116 casos en un año según los últimos

datos del Instituto Nacional de Estadística, que son del 2023. Y de acuerdo al Eustat, la tasa en Euskadi es de 6,35 por 100.000 habitantes, por debajo de la media nacional, de 8,52.

– **¿Cómo interpreta estos datos?**

– Desde 1996 que se computan las muertes post-suicidas hasta los años 2018-22, son las cifras más altas registradas en la historia de nuestro país, y en 2023 han disminuido. Sin embargo, esto arroja ciertas dudas.

– **¿Por qué recela de las cifras oficiales?**

– Las cifras reales son más altas que las oficiales. Las muertes post-suicidios se 'infranotifican'. Bien por parte de profesionales, o bien por familiares, se oculta el motivo real del fallecimiento. No es lo mismo decir que alguien ha muerto en accidente de tráfico que decir que se ha suicidado.

– **¿Cómo es la situación en otros países?**

– En España estamos por debajo de la media según el registro de países de la OCDE.

– **¿Cómo debe actuar un psicólogo en estos casos?**

– Lo primero es no tener prisa ni alarmarse ante alguien que está pensando en suicidarse. No tener la urgencia de solucionar, salvar, rescatar y mucho menos, quitarle las ideas físicas. Este tipo de motivos de consulta requiere de una habilidad concreta. Sustituir esa premisa de ayudar por la de acompañar en el proceso.

– **¿Hace falta, en este sentido, que se especialicen más los profesionales de este campo?**

– Habitualmente, tanto en la carrera de Psicología como en Medicina y Enfermería, el suicidio ocupa un lugar residual. Existe una necesidad apremiante y urge que los profesionales, no solo sanitarios, también de los medios de comunicación, la enseñanza, el trabajo social, que influyen en la población general y en la vulnerable, aumenten las horas formativas en torno al suicidio. A mí, en 5 años de carrera y dos del primer máster, nadie me habló sobre el suicidio.

– **¿También hay que reforzar la atención desde el público?**



Pedro Martín-Barrajón. I. AIZPURU

«DUDAS»

«Las cifras reales son más altas que las oficiales, se 'infranotifican'. Aún cuesta mucho hablar de este tema»

CÓMO ACTUAR

«Lo primero para atender un caso es no alarmarse, no tener la urgencia de solucionar, y acompañar en el proceso»

– Los médicos de atención primaria son un embudo fundamental, sin embargo, no existe tampoco una formación o especialidad. En Euskadi existen iniciativas pioneras y punteras, como un servicio atendido por enfermeros de salud mental las 24 horas para personas que, según la literatura científica, se ha comprobado que son las de mayor riesgo, las que lo han intentado antes. También en Álava hay profesionales y están formados, pero claro, hay que incorporarlos a ese trabajo multidisciplinar.

– **¿Es aún un tema tabú?**

– Sí, cuesta mucho. Existía un pacto de Estado que prohibía a los medios hablar sobre el suicidio por el denominado efecto contagio. Lo que apunta la literatura científica internacional es que ese debate se ha superado.

– **¿Cómo debe tratarse en los medios de comunicación?**

– Hay que informar, pero es fundamental que los medios, primero, pongan recursos de ayuda, y segundo, eviten siempre decir el cómo y el dónde.

– **¿Hay señales concretas que alertan de este problema?**

– No hay un solo factor que de forma individual explique el suicidio. El factor que mejor predice el suicidio consumado es haberlo intentado antes. Cambios bruscos de humor, aislamiento, consumo de sustancias, abandono de la higiene... Hay señales, pero siempre es un fenómeno multicausal.

ENTRADA LIBRE
VIAJE POR CUENTA PROPIA
VISITAS GUIADAS

ERMITARABA

Ermitas de Mayo

CALENDARIO
ZABALATE

<p>SÁBADO 10 MAYO</p> <p style="background-color: #0070C0; color: white; text-align: center;">ARAYA</p>	<p style="text-align: center;">San Juan de Amamio</p>	<p>11.00 Iglesia de Araya</p> <p>12.00 ERMITA DE AMAMIO</p> <p>La ermita de Andra Mari estará abierta antes y después.</p>	<p>PATROCINAN</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.2em;">EL CORREO</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.2em;">araba álava</p> <p style="font-size: 0.8em;">foru aldundia diputación foral</p>
<p>SÁBADO 17 MAYO</p> <p style="background-color: #0070C0; color: white; text-align: center;">ALEGRÍA</p>	<p style="text-align: center;">AYALA</p>	<p>11.00 Iglesia de Alegría</p> <p>12.00 Santuario de Ayala</p>	<p>COLABORA</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.2em;">DIOCESIS+ DIOCESIS de Vitoria-Gasteo Euzbarnutia</p>
<p>SÁBADO 24 MAYO</p> <p style="background-color: #0070C0; color: white; text-align: center;">JAUREGUI</p>	<p style="text-align: center;">GIPUZURI</p>	<p>11.00 Iglesia de Añua JOYA DE LA LLANADA</p> <p>12.00 Ermita de Gipuzuri EN MITAD DEL BOSQUE</p> <p style="font-size: 0.8em;">15' VISITA GUIADA BOTÁNICA</p>	<p>ORGANIZA</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.2em;">RAICES DE EUROPA EUROPAIEN SUSTRAIK ROOTS OF EUROPE</p>
<p>SÁBADO 31 MAYO</p> <p style="background-color: #0070C0; color: white; text-align: center;">LLODIO</p>	<p style="text-align: center;">EL YERMO</p>	<p>11.30 Complejo monumental El Yermo y Santa Lucía</p> <p>VISITA GUIADA POR L. CALVO (profesora UPV) y S. ESCRIBANO (arqueólogo).</p>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.2em;">ermitaraba</p> <p style="font-size: 0.8em;">www.raicesdeeuropa.com > ermitaraba</p>

PRÓXIMA RUTA ERMITARABA

La Gran Ruta de Patrimonio Abierto de Ermitaraba discurrirá este año por el VALLE DE AYALA, en septiembre-octubre.

INFORMACIÓN 679 99 26 26

Adif licita por 10,7 millones el apoyo técnico a la obra del AVE en el tramo Pancorbo-Ameyugo

CRISTINA ORTIZ

VITORIA. El Ministerio de Transportes, a través del responsable de la infraestructura ferroviaria Adif, ha licitado por 10,7 millones de euros (con IVA) otro de los contratos necesarios para sacar adelante el tramo de 8,4 kilómetros del AVE entre Pancorbo y Ameyugo, el primero de la nueva línea Burgos-Vitoria, cuya construcción de plataforma también está en licitación por otros 439 millones de euros (IVA incluido).

En concreto, y dado que el 77% de esos 8,4 kilómetros discurren en una sucesión de tres túneles y tres viaductos, este contrato es para la asistencia técnica y comprende las actuaciones de apoyo a la dirección de obra. También su supervisión, para garantizar su correcta ejecución en todos los aspectos, desde el técnico hasta el ambiental, pasando por el económico o el de calidad.

De esta forma, se licitan estos trabajos al tiempo que se avanza para adjudicar el contrato de construcción de este primer tramo de la línea que constituye un nuevo desafío técnico y de ingeniería. La ejecución del AVE Burgos-

Vitoria supone el despliegue de una nueva línea de doble vía de ancho estándar que conectará Euskadi a la red de alta velocidad, la mayor de Europa (con 4.000 kilómetros) y mejorará su comunicación y tiempos de viaje con el centro y el resto del Estado, reforzando la cohesión y vertebración territorial.

Problemas con Miranda

Por otra parte, la conexión ferroviaria entre Vitoria-Miranda vivía ayer una jornada de incidencias. Una avería en el tren que partía a las 7.20 horas de la localidad burgalesa obligó a sus pasajeros a apearse en el pueblo alavés de Manzanos siete minutos después de su salida. Allí, tuvieron que aguardar la llegada de un tren procedente de San Sebastián para regresar a su punto de origen. De nuevo en Miranda, montaron en el primer convoy que partía hacia la capital alavesa a las 8.18 horas, explicaron desde Adif y Renfe. Además los trenes que unen ambos puntos registraron retrasos de 20 minutos por «una incidencia que ha afectado a los sistemas de señalización en Jundiz» ya solucionada.