

Contención y ayuda: Mendoza cuenta con el Centro de Asistencia al suicida y atención en crisis

05/02/2024



De manera frecuente se producen muertes violentas, y es algo de lo que no se habla demasiado ni se trata la problemática en el hogar. Alba Jauregui, presidenta del Centro de Asistencia al Suicida y Atención en Crisis, habló sobre este tema con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael. Jauregui explicó primeramente, que existe cierta presión social sobre “qué es el éxito o lo que se entiende por éxito socialmente”. “Hay un determinado grupo de la sociedad que considera que el éxito es una determinada cosa que, en general, es muy difícil de alcanzar. Así como son de buenas las redes sociales para difundir noticias que pueden ayudarnos a continuar, es muy complejo el hecho de lo descarnado de las redes sociales. Hay personas que se encuentran en una situación crítica en un

momento, por ejemplo, un hecho cotidiano que no se resuelve, que pasa a ser un problema y si no se resuelve pasa a ser un conflicto, y si no se resuelve pasa a ser una crisis y a partir de la crisis, comenzamos un trabajo bastante complejo”, dijo y añadió que a raíz de aquello, se puede agravar la situación y comienzan a surgir ideas de autoeliminación. Hay que tener ciertos conocimientos sobre cómo abordar el tema, ya que –destacó Jauregui– “es muy difícil comprender que una persona quiera quitarse la vida, cuando en realidad uno la vive preservando, entonces esto nos produce miedo, porque indudablemente aunque no lo estemos expresando, cada vez que una persona se suicida también nos hace concebir la idea de la posibilidad de la muerte de esa manera, y la desaparición de una vida afecta muchísimas vidas”. La persona que está en crisis requiere la atención de un psicólogo o de un psiquiatra. “La ideación suicida no es algo discontinua, tiene aproximadamente dos semanas en un pico muy alto y después baja, no quiere decir que se elimine, no quiere decir que no se vuelva a repetir, pero si el paciente recibe atención médica y también de un psicólogo le hace bien. No es malo hablar de suicidio, pero generalmente creemos que es malo porque pensamos que hablar puede hacerle concebir al otro la idea del suicidio”, observó. Ante un posible caso, quien ayuda debe tener cuidado en la manera de hablar, no faltar el respeto ni subestimar a quien está mal, creando incluso una red entre más personas y buscar ayuda profesional también. Jauregui aclaró además, que “las personas que quieren suicidarse no están locas, están en un momento muy conflictivo mental”. El Centro de Asistencia al Suicida y Atención en Crisis trabaja en Mendoza desde el año 1996, posee redes sociales (en Facebook “asistenciaalsuicidaMza” y en Instagram “chat.mendoza.1), y su teléfono es 0800-8000-135. Quien está en crisis o que simplemente quiere sacarse alguna duda o recibir información, puede comunicarse con ellos. Serán siempre atendidos por personas que han sido preparadas para ello, y mediante llamadas gratuitas (no se necesita crédito en el teléfono).