

La pandemia intensificó la sensación de soledad en los adolescentes

10/09/2021



En menos de una semana, en Mendoza se vivieron dos situaciones muy complejas en el ámbito de la salud mental y que involucraron a dos adolescentes, estudiantes de las UNCuyo, que intentaron quitarse la vida. Los hechos están siendo investigados por la justicia y las chicas evolucionan favorablemente.

Tras los episodios, los compañeros de las estudiantes exigieron mayor abordaje en las escuelas y los facultativos refirieron reforzar siempre la contención y la escucha a los adolescentes.

La palabra de los especialistas

Años atrás, se describía con certeza que el origen del suicidio era una depresión profunda, muchas veces generada por problemas externos, pero que tenía una resonancia en una situación endógena.

«Hoy esas causas se han multiplicado y eso está ligado a que, **en la actualidad, hay situaciones de soledad diferentes a las de antes.** Los chicos tienen la sensación de que siempre hay que estar rindiendo exámenes de aceptación social. Eso se ve en las redes sociales que, por un lado te pueden levantar la autoestima o ridiculizarte», aseguró la psicopedagoga Nancy Caballero (Mat. 191).

La especialista manifestó, además, que **«este tipo de situaciones en la adolescencia marca el sentido que tiene o no su vida».**

«**Atentar contra la vida es un desafío para los adolescentes,** un claro ejemplo es el juego de la Ballena Azul, entre otros, en donde hay una instigación a jugar con su propia vida», agregó.



Cómo detectar la idea de suicidio en los adolescentes

Caballero aseguró que **la idea del suicidio se intensifica más en la adolescencia** porque «ellos tienen un sentido amplio de la omnipotencia, es decir, de creer que a ellos nada malo les pasará, no siempre tienen el sentido de la finitud y de lo irreversible de la muerte».

«**Muchas veces los chicos con la autoflagelaciones no buscan la**

muerte sino llamar la atención, lo que no saben es que si en alguna de esas búsquedas, si se exceden llegan a la muerte», explicó.

La especialista también aseguró que lo fundamental es descartar algunos mitos ya instalados en la sociedad como ese que se dice popularmente que «si una persona anuncia que se quiere suicidar es porque no lo hará», es mentira, ahí un chico puede estar dando indicios y nadie lo está escuchando.

Los parámetros para detectar que un adolescentes está con ideas suicidas son:

- **Mirada negativa de la vida.**
- **Actitudes de aislamiento.**
- **Búsqueda de soledad.**

«En esos casos uno no tiene que revertir las ideas de ellos, sino acompañarlos y buscar ayuda profesional de manera urgente. En muchos casos con un psicólogo es suficiente, pero a veces también es necesario un abordaje psiquiátrico, con fármacos, para poder hacer un cambio químico que permita flexibilizar el pensamiento y hacer psicoterapia», consignó.

El valor de la vida, degradado

Con el paso del tiempo, el valor de la vida se ha ido degradando bastante. «Es normal ver chicos que se matan a la salida de un boliche, chicos que mueren porque se suben borrachos o drogados a un auto y terminan estampados contra un árbol o caen al vacío de un zanjón porque no les respondieron sus reflejos. Hay adolescentes que experimentan con sustancias y ponen en riesgo su vida», dijo Caballero.

En la adolescencia todo se puede convertir en un conflicto, desde lo malo hasta lo bueno. «Por ello, los adolescentes son los que más sufrieron la pandemia, **lo que peor le podés hacer**

a un joven es encerrarlo y sumirlo a la soledad».

Los estudiantes estaban desesperados por volver a las aulas, a reencontrarse con sus compañeros, con sus pares. **«Ellos tienen una multiplicidad de sensaciones de haber perdido un año de su vida»**, explicó.

Finalmente, Caballero les dio un consejo a los adultos: «Retándolos, dándoles un sermón o siendo moralistas no llegamos a los chicos. Los valores no se explican se viven. Los jóvenes tiene que ver un puente tendido todo el tiempo, un corazón y una oreja dispuesta las 24 horas».

Los casos

El primer caso tuvo como escenario la Escuela del Magisterio. Allí una joven intentó quitarse la vida, pero tras la intervención de docentes y alumnos, la chica no sufrió daños físicos.

Una semana después, una alumna del Departamento de Aplicación Docente (DAD) se arrojó desde el piso superior al patio del colegio frente a varios alumnos que atestiguaron la escena. La joven sufrió varias heridas debido a la caída y tuvo que recibir atención médica.

Fuente: El Sol