

# Se desarrollará en San Rafael una charla sobre prevención del suicidio

07/03/2024

CHARLA

## PREVENCIÓN del suicidio

A cargo de la licenciada Nerea Olivera



Una problemática existente independientemente del nivel socio-económico, es el suicidio, tema duro de hablar con liviandad. Se desarrollará el 11 de marzo en nuestro departamento una charla al respecto, que será brindada por la licenciada en

Psicología Clínica Nerea Olivera, quien adelantó algunos detalles en diálogo con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael. Para que una prevención comunitaria efectiva del suicidio sea posible es necesario vencer el tabú que pesa sobre los problemas emocionales, el pensamiento suicida y el suicidio; y así lograr que más personas se animen a hablar, formarse e intervenir en las distintas circunstancias cotidianas que lo requieran.

Lo que habrá, será un “webinar”, es decir, una comunicación a través de internet mediante una plataforma, con la intención de –señaló Olivera– “poder llegar a la gente, comunicar la idea principal que en este caso es de gran importancia, ya que han ocurrido dos o tres eventos en nuestro departamento y está bueno siempre recordar la temática”.

La profesional aclaró que “si bien hablamos de ‘prevención del suicidio’, lo que buscamos con este tipo de talleres y demás es promover lo contrario, promover la salud mental, promover que hay espacios y estrategias que podemos tener en cuenta a la hora de tener algún conocido, familiar, amigo o alguien que creamos que no está pasando una buena situación y que requiere de una atención, porque tener en cuenta ciertos puntos siempre es bueno”.

“Principalmente este taller busca promover a las personas, al pueblo, distintos indicadores o estrategias para poder seguir. Generalmente, cuando uno llega a la decisión, a este momento de tomar la idea de suicidarse, ha pasado por varias instancias pidiendo ayuda pero a su manera”, apuntó y agregó que esto no es con la idea de “perseguir a la persona”, pero sí “estar atentos”.

Son múltiples las situaciones que llevan al suicidio, entre ellas, miedo, fracaso, problemas de pareja, etcétera.

“Las adicciones tienen un gran componente, al igual que ciertos cuadros clínicos”, aclaró.

A sabiendas de que es un tema tabú, la profesional considera que debería ser más normal hablarlo, ya que “es mejor verbalizarlo, preguntar ‘¿has pensado en suicidarte?’”, para que esa persona pueda romper toda esa estrategia o esos

pensamientos que están ahí, se desconocen, se dan vuelta, y lo peor es el silencio”.

La charla será el 11 de marzo a las 15. Los interesados en verlo, deben comunicarse vía Instagram o Facebook, buscando Frassati Aventura y haciendo la consulta.