

El consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, ha presentado la publicación con motivo del Día Mundial de la Prevención del Suicidio

La Comunidad de Madrid edita una Guía de Autoayuda para familiares en duelo por suicidio

- Se han editado 3.000 ejemplares, que se van a distribuir en centros de Salud Mental, SUMMA 112 y asociaciones de pacientes
- Forma parte del Plan Estratégico de Salud Mental 2018-2020, dentro de la Línea Específica de Prevención del Suicidio
- Está dirigida a supervivientes: familiares, amigos y allegados de personas que perdieron la vida por suicidio

9 de septiembre de 2019.- La Comunidad de Madrid ha editado una Guía de Autoayuda para familiares en duelo por suicidio, con el objetivo de ayudarles a superar la pérdida de su ser querido, teniendo en cuenta que se trata de un duelo con características diferentes y específicas. Esta publicación, que forma parte del Plan Estratégico de Salud Mental 2018-2020, ha sido presentada por el consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, con motivo del Día Mundial de la Prevención del Suicidio, que se celebra mañana. Se han imprimido 3.000 ejemplares, que se van a distribuir en los centros de Salud Mental, SUMMA 112 y a las asociaciones de pacientes.

La pérdida de un familiar por suicidio genera una situación de dolor en las personas de su entorno con unas características particulares. A lo inesperado, súbito y traumático de estas pérdidas, se suma el sentimiento de culpa y la dificultad social para afrontarla, lo que puede generar a veces en los seres queridos una especie de 'duelo oculto'. La Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental ha coordinado la elaboración de esta guía de autoayuda junto con profesionales de la Asociación de Investigación, Prevención e Intervención del suicidio y del Servicio Madrileño de Salud.

La guía está dividida en diferentes apartados (mitos, duelo, culpa y recuperación) en los que se clarifican elementos sobre el suicidio en relación a los supervivientes. Se aborda el proceso del duelo en los diferentes momentos de desarrollo, desde el día del suceso hasta la evolución con el paso del tiempo y el camino hacia la recuperación; así como las relaciones sociales en el proceso, el silencio de la familia y los niños como supervivientes; el sentimiento de culpa y la recuperación.

Esta nueva publicación se une a las cuatro guías publicadas en años anteriores, de la misma colección y ampliamente difundidas y utilizadas tanto en la

Comunidad de Madrid como fuera, dirigidas a personas con riesgo de suicidio para su prevención, a familiares y a otros colectivos como docentes, profesionales sanitarios y facilitadores sociales. Todas ellas están disponibles para su consulta y difusión en la página web de la Comunidad de Madrid <http://www.comunidad.madrid/servicios/salud/salud-mental>.

LINEA ESTRATÉGICA ESPECÍFICA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

El suicidio es un problema de Salud Pública que constituye la primera causa externa de muerte en España, según los últimos datos del INE, que sitúan la muerte por suicidio por encima de los accidentes de tráfico. Concretamente, los últimos datos publicados (correspondientes a 2017) recogen 3.679 suicidios. La Comunidad de Madrid sigue siendo una de las autonomías con la tasa más baja de España: 5,18/100.000 habitantes, frente a 7,87/100.000 de media nacional.

El índice de suicidio en varones es más alto que en mujeres. Las tasas superiores de suicidio consumado se encuentran en los mayores de 65 años, siendo un grupo de especial riesgo. También es la primera causa absoluta de muerte en varones de 15 a 29 años y la segunda causa, después de los tumores, en las mujeres de esas edades.

Es frecuente que se mencione el suicidio en adolescentes como fenómeno emergente, no obstante, en la Comunidad de Madrid las tasas de suicidio por 100.000 habitantes en este grupo de edad son bajas, habiéndose producido un caso en menores de 15 años en el año 2017.

El Plan de Salud Mental 2018-2020 incluye una Línea Estratégica Específica para la Prevención del Suicidio, que contempla la implantación progresiva de programas de prevención en todos los hospitales del Servicio Madrileño de Salud, así como una partida para formación y acciones sensibilizadoras.