

# La Comisión para la prevención y atención de las conductas suicidas reactiva su trabajo

La confección de un manual de buenas prácticas en los servicios de emergencias, el impacto de la pandemia y el análisis de las cifras y tendencia en Navarra, entre los asuntos tratados

Miércoles, 10 de marzo de 2021

La Comisión Interinstitucional de Coordinación para la prevención y atención de las conductas suicidas de Navarra ha reactivado su trabajo realizando un análisis de la situación actual en torno a esta problemática y se ha convocado para una nueva reunión en mayo, cuando se quieren trazar las líneas para un plan concreto de actuación en la Comunidad Foral.

El impacto emocional de la pandemia en la población general y en las escuelas y su relación con los suicidios, la confección de un manual de buenas prácticas en todos los servicios de emergencia, el análisis de los datos y la tendencia, el reflejo de la salud mental en el consumo de psicofármacos y la implicación en profundidad de la Atención Primaria, entre otros, fueron algunos de los asuntos abordados por la Comisión.

El órgano, constituido en 2014, coincidió a la hora de reforzar un enfoque integral que aborde el problema del suicidio en Navarra. En esa línea, reafirmó varias líneas de actuación, que estarán acompañadas de pasos concretos: profundizar en acciones preventivas, tanto entre profesionales como a nivel social, trabajar en la sensibilización colectiva y la eliminación del estigma que acompaña a esta problemática, agilizar las respuestas ante las situaciones de riesgo y mejorar la atención tanto de personas que han llevado a cabo alguna tentativa como al entorno familiar y social de éstas o de aquellas que han fallecido por suicidio.

Varias son las acciones concretas propuestas. En primer lugar, la Comisión, de la mano de los distintos cuerpos policiales, trabaja en un manual de buenas prácticas para todos los servicios de emergencias –policías, bomberos y SOS Navarra-. Asimismo, se evalúa la idea de desarrollar una página web que funcione como un centro de recursos que aglutine toda la información práctica sobre el tema y sea un elemento referencial a nivel comunitario. También se pretende mejorar la integración de Atención Primaria para una vigilancia y cuidados más estrechos de los casos así como de sus familiares.

## Rastreo e investigación retrospectiva

La Comisión analizó la posibilidad de implantar la función de rastreo en las instancias correspondientes a cada caso y profundizar en la investigación retrospectiva de este tipo de situaciones, marcadas en la mayoría de los casos por el estigma y ocultación a muchos niveles que las acompaña. Los participantes en el órgano coincidieron a su vez en la oportunidad que supone la pandemia, debido al interés despertado en cuanto a la salud mental y emocional, para poner el foco sobre el suicidio, incidiendo en la necesaria pedagogía social sobre él. En ese sentido, recalcaron que una sociedad más concienciada implica que cuente también con herramientas y capacidades terapéuticas más desarrolladas, vitales para hacer frente a un problema que abarca a toda la población en su conjunto y que es transversal. Hablar de los suicidios, compartieron los distintos participantes, lejos de fomentar estas conductas, las previene, ya que supone el primer paso para prevenirlos.

El Departamento de Educación expuso el momento delicado creado por la pandemia y las necesarias medidas de seguridad adoptadas en las escuelas, que, se constata, tienen implicaciones en la salud emocional de niños y adolescentes y deben ser abordadas. En ese sentido, el departamento está llevando a cabo un trabajo pionero y piloto en 12 escuelas de Educación Primaria de la Comunidad que consiste en trabajar la gestión emocional con el profesorado, una iniciativa que el curso que viene se ampliará a la Educación Secundaria.

## 43 suicidios en Navarra en 2020

El número de suicidios en Navarra se ha mantenido estable en el último año. En 2019 se registraron en la Comunidad Foral un total de 45 (34 hombres y 11 mujeres), mientras que en 2020 la cifra bajó a 43 (31

hombres y 12 mujeres). Los meses que siguieron al confinamiento, en el que apenas se contabilizaron suicidios -4-, fue la época más complicada, cuando, en junio y julio, se registraron 16 suicidios, 8 en cada mes.

Las explicaciones ante este fenómeno apuntan a que el hecho de estar en casa y acompañado y no tener que enfrentarse a las dificultades del día a día puede suponer un factor protector. Seguramente también, en esas condiciones, se tenga menos acceso al método de suicidio o, aun teniéndolo, no se pueda llevar a cabo. Japón, país con altas tasas de suicidio, ya ha publicado un estudio que apunta a ese escenario, con un descenso del 20% de los suicidios durante el confinamiento y un aumento del 15% en el mes de agosto.

### **Tendencia estable en la Comunidad Foral**

Desde Salud Mental se recalca la importante afectación en la salud emocional en la población general debido al cansancio y a la incertidumbre mantenida en el tiempo que ha traído consigo el COVID-19, un factor al que se suman las restricciones en la vida cotidiana y las dificultades a nivel socioeconómico provocadas por la pandemia. En ese sentido, a lo largo del pasado año y en este momento son muchas las voces que auguran la amenaza de un incremento de suicidios como un efecto rebote en el momento en el que la evidencia del impacto de la crisis sanitaria, social y económica es clara. El Teléfono de la Esperanza registró el pasado año 12.000 llamadas en total, superando por segundo año consecutivo la barrera de las 10.000. Asimismo, se ha detectado un incremento de las llamadas de personas que presentan ideación de suicidio.

Siguiendo la serie histórica, la tendencia en Navarra se mantiene a la baja desde 2010, permaneciendo estable. "Ya no se cumple lo que hemos dicho siempre: en Navarra fallecen por suicidio entre 50 y 60 personas al año. Estamos por debajo de 50", indican desde la Gerencia de Salud Mental. A pesar de las dificultades para interpretar esta tendencia a la baja, sí se considera que el impacto del aumento de la divulgación y sensibilización de este problema, tanto en los medios de comunicación como entre los profesionales sanitarios y educadores, ha tenido consecuencias positivas. En esa línea, se han incluido acciones formativas de suicidio en Atención Primaria, en salud mental, en educación y en los diferentes cuerpos de policía. Hace tan solo 10 años, se recuerda, apenas se hablaba del tema. En el Estado, y a falta de publicar las cifras correspondientes a 2020, en 2019 se registraron 3.682 suicidios, lo que supuso un aumento del 9,8% con respecto al año anterior.

### **Participantes**

La Comisión estuvo presidida por el director general de Salud, Carlos Artundo, y forman parte de ella como vocales representantes de los departamentos de Salud, Políticas Sociales y Educación, la Policía Foral, el Teléfono de la Esperanza, el Instituto Navarro de Medicina Legal, la Agencia Navarra de Emergencia, la Asociación de Periodistas y la Asociación Besarkada de personas afectadas por el suicidio de un ser querido. Asimismo, en el encuentro participaron además como invitados representantes de la Policía Nacional y la Guardia Civil, dos profesionales de Salud Mental con experiencia en el suicidio y una activista social sobre el tema.