

¡Suicidio!

escrito por Daniel Restrepo

Está semana me levanté con unos titulares bastante fuertes relacionados con la salud mental de los colombianos y, particularmente, en Antioquía la cifra crece de manera abismal. Dentro de la noticia se destacan algunos datos que me ponen la piel de gallina; el primero de ellos dice que “2 de cada 3 personas tienen trastornos de salud mental” y, en el segundo, se afirma que “en promedio 13 personas diarias intentan suicidarse”.

Si tomamos el primero de los enunciados, quiere decir que si usted va a café y mira a su alrededor más de la mitad de las personas que están allí, la están pasando mal; pueden tener algún trastorno en su salud mental. Es un virus silencioso que anda por todas partes y que, en la mayoría de los casos, es indetectable.

Si un virus como el COVID 19 nos puso en alerta tal, que hasta pasamos meses encerrados, ¿por qué no reaccionamos de manera contundente contra este virus? Tal vez, porque no sabemos cómo apagarlo. O, tal vez, por qué aún estamos lejos de entenderlo o, quizá, porque somos nosotros los directamente responsables de buscarle una solución. Realmente no lo sé.

Si profundizamos en el segundo enunciado, nos vemos de frente con una palabra que, para muchas religiones es castigada o catalogada como pecado y es el suicidio. Para mi, el suicidio es el resultado final de la enfermedad, es la consecuencia de un trasegar por un mundo con la vida enferma. Una vida llena de heridas que no fueron atendidas.

Está semana tuve el inmenso placer de estar en el lanzamiento de un podcast impresionante de la artista Manuela Mejía llamado el Árbol de la Vida, en donde el primer episodio narra de manera impecable el suicidio de su padre y cómo, ella y su familia, lo vivieron. Allí no sólo analizaban el suicidio desde otros conceptos, dejando atrás sus paradigmas, pero lo más bonito de todo, es que invitaban a hablar del tema de frente pero con el amor y la compasión como primer paso.

De verdad, lo que está pasando no es normal. Acá tenemos una doble responsabilidad. La primera es con nosotros mismos, ¿qué estamos haciendo nosotros? ¿Cómo nos estamos cuidando? Y, ¿Cómo podemos cuidar a los demás?. Ojo, evitemos juzgar, descalificar al otro y, lo más importante, seamos amables con nosotros mismos.

El suicidio, como lo mencioné anteriormente, es el resultado final de un complejo trasegar de una persona en este mundo, que toma la decisión de no continuar con su vida terrenal por que el dolor debe ser insoportable. Es como aquel que tiene una enfermedad, lucha contra ella, pero ya el dolor y sus condiciones hacen que la vida digna no tenga sentido, por ende, decide no hacerse tratamientos invasivos y pasar sus últimos días en paz. El suicidio es una enfermedad lenta, silenciosa que, pasa desapercibida pero que impacta como nada.

Otros escritos de este autor:

<https://noapto.co/daniel-restrepo/>