

La muerte indigna: El suicidio.

El ciclo vital familiar es un complejo proceso que involucra tres o cuatro generaciones que interactúan juntos en el tiempo. Mientras que una generación se encamina hacia la vejez, la siguiente está lidiando con el despegue de sus hijos, la tercera con la formación de la pareja y de proyectos y la cuarta en tratar de lograr un espacio entre los mayores como miembros más jóvenes e inexpertos. En este transcurrir tragicómico, suceden las crisis que posibilitan la superación de las etapas y la resolución de los conflictos que aparecen en el camino. Nacimientos y muertes, logros, fracasos y expectativas no cumplidas al lado de alegrías por los éxitos esperados... Y a veces la tragedia: el suicidio.

El suicidio no es patrimonio de ninguna personalidad ni tampoco de lo que se ha dado en llamar "familia de suicidas". Esto caracteriza a alguna familia en la que han ocurrido varios suicidios y sólo es posible denominarla así, luego de lo sucedido, pero de ninguna manera es posible determinar que en tal o cual familia ocurrirán suicidios y que esto está previsto en su historia o en la de sus integrantes. Generalmente lo que sucede es que aquéllos que tienen suicidios entre sus familiares, si éstos han sido significativos, actúan como modelos permisivos para los que se han identificado fuertemente con el familiar suicida o con las características de su personalidad. Por lo tanto pueden ser imitados en circunstancias dolorosas o similares.

Por otro lado, algún integrante ha pasado a la historia de personajes significativos sólo por su suicidio, a veces se le desconoce hasta el nombre, es "un tío o abuelo que se suicidó" que nunca se le conoció mucho, pero ese hecho le dio esa notoriedad que le hizo ocupar un lugar relevante en la familia, es lo que se quiere imitar.

La única cuota que otorga más probabilidad en estas dinastías trágicas, es la de componentes de fuerte depresión orgánica sumada a grupos de nula o poca comunicación que no puedan proveer de la contención necesaria al familiar en crisis. El suicidio siempre es policausal y los factores siempre intervinientes son: la historia personal, circunstancias dolorosas y sentimiento de imposibilidad de resolución de las mismas y sentimiento de soledad para soportarlas.

Cuando el suicidio se presenta en el seno de una familia, se produce una situación de catástrofe. Antes que nada por la tragedia afectiva que esto supone, sobre todo por la imprevisibilidad del hecho con su consecuente falta de preparación para ello. Aún en los casos que haya sospecha del probable suicidio, del mismo modo que en la enfermedad terminal, nunca se espera el momento en que sucederá la muerte del ser querido. Por otro lado el acto suicida, en la mayoría de los casos no se anticipa para así poder llevarlo a cabo o por lo menos no se avisa la fecha en que se realizará.

Cuando sucede, los parámetros que mantienen el funcionamiento interno y externo del núcleo familiar se ven alterados abruptamente en forma total o parcial. Allí inciden directamente las modalidades determinadas

por la idiosincrasia, la cultura en la que esté inmersa la familia, los grados de normalidad o patología psíquica, nivel socioeconómico al que pertenece, etc. Los sobrevivientes siempre sufrirán los efectos del proceso del que participen: duelos, desorganización en los aspectos prácticos, separaciones, divorcios o abandonos, alteraciones del estado del ánimo: depresión, irritabilidad, miedos, angustia, negación, etc.

A los que agregaremos como posibles componentes somáticos: ataques de pánico, insomnio, trastornos de la alimentación, accidentes etc. y no debe descartarse tampoco la intención suicida de algún otro miembro de la familia. Un capítulo aparte es la atención que debe prestarse a los niños sobre todo en la comunicación del tipo de muerte, pues de acuerdo a la edad, la comprensión del suicidio puede darse o no en ellos.

Frente a la tragedia ocurrida, la familia pasa por momentos y sentimientos que si bien son semejantes a los que suceden cuando el diagnóstico propio o de un familiar es de una enfermedad terminal, ocurren de un modo distinto y con emociones encontradas y particulares según se trate de un intento o de un suicidio consumado.

La angustia acompaña el momento de saber que un familiar ha intentado matarse, pero al mismo tiempo la alegría de saberlo vivo o recuperable, alivia el dolor y es la ocasión para tomarse de ella y festejar que el intento haya fallado. Sobreviene la incertidumbre, las preguntas, la autoreferencia en relación a “qué tuve que ver yo en esto” y la culpa como posibilidad de encontrar respuestas, causas, motivos y sobre todo para encontrar en uno mismo la posibilidad de cambiar el curso de los acontecimientos y evitar una futura acción similar, un nuevo intento. Tal, la omnipotencia humana, buscar en uno las justificaciones más íntimas del otro.

Una persona que ha intentado suicidarse lleva consigo un potencial suicida mayor que el que no lo ha hecho, pues ha recorrido un proceso y tiene ventaja respecto de todos los pensamientos de muerte, deliberación, elección del modo, oportunidad y decisión para realizar el acto. Si las circunstancias no cambian, y sobre todo en su entorno más próximo, la familia en este caso, y en su interior, es probable que vuelva a intentar dentro de los tres a seis meses posteriores. En la familia, por lo tanto, en este tiempo, cada uno de sus miembros debiera tratar de encontrar respuestas a todos estos interrogantes difíciles de esclarecer o disponer los modos para la contención necesaria. Antes que nada, preocupación, no por el hecho que los conmueve, sino por la persona afectada tratando de que los cambios sean evidentes en especial en el tipo de comunicación entre él y el resto o con la persona con quien el diálogo sea más personal y comprensivo. No es tan importante, en principio buscar y encontrar razones, sino y por sobre todas las cosas, comprender y aceptar las razones que el suicida exprese. Esas han sido suficientes para él, sean lógicas o no, en esta determinación. Desde allí, desde el acogimiento en ese momento y por la disposición al encuentro o reencuentro incondicional, es posible que la significación de los vínculos necesarios para soportar cualquier sufrimiento cambien y el suicida se de una nueva oportunidad en un mundo que empieza a tener otro valor para él en la esperanza de la nueva comunicación que comienza..

En cambio, cuando el suicida logra su objetivo, los sentimientos son confusos y sorprendidos en sus familiares y allegados. Traumáticos por la intensidad y dimensión de lo que aparece y dolorosos porque los afectos son invadidos por la pérdida y sensación de vacío inexplicable.

La angustia invade el yo de los familiares desde el mismo momento en que se anuncian de la muerte. El hecho de que sea autoprovocado es incorporado en segundo término como si formara parte de las explicaciones de algo que todavía no tiene razones para haber acontecido, tal es la sorpresa. La angustia se puede definir como miedo al futuro, en este caso a la ausencia en el futuro, el miedo al vacío que sobreviene, a la soledad del que murió y a la propia, a la muerte que se hizo presente, a muchas cosas más... y con este miedo aparece la autocompasión, la tristeza por nuestra nueva situación, por lo que ahora nos pasa, como siempre que lloramos, también lloramos por nosotros mismos.

Suceden entonces, una serie de sentimientos necesarios para acomodarnos psicológicamente a la nueva situación: Frustración que produce rabia o tristeza, culpa, vergüenza, depresión y luego aceptación, duelo y resignificación.-

Para que una familia pueda reasumir su funcionamiento normal, la familia entera debería reconocer y aceptar la realidad de la pérdida. Aunque en cada miembro los momentos y reacciones sean distintos, deberían tener una experiencia compartida del dolor familiar –que muchas veces requiere de ayuda especializada-, reorganizarse en el cambio que seguramente acontece y reestructurarse en las nuevas direcciones de las relaciones y metas familiares. Esto es siempre así en los casos de pérdida o ausencia de un miembro, lo diferente en este caso, está dado por la sorpresa, la tristeza y la culpa que cobran una significación particular por su intensidad.

Cada etapa de la vida pasa por distintas notas características después del suicidio de un familiar y en cada caso las reacciones son muy significativas.

Si para la persona común el suicidio es espantoso y sin sentido para el viejo suicida es un desafío absoluto, desafía a los vivos por su rechazo de una existencia insatisfactoria e intolerable y desafía a los muertos con los que se reunirá antes de tiempo.-

El viejo suicida nos arroja a la conciencia los sentimientos de abandono, vacío, desprotección, inutilidad y olvido en los que están inmersos. Si bien al viejo se lo asocia más directamente con la muerte por una cuestión vital natural, la anticipación de esta muerte expresa con brutalidad lo que ya se ha dado en llamar “el síndrome de invisibilidad”. Esto es lo que ocurre cuando la sociedad y el Estado dan la espalda a las necesidades sociales, físicas, psíquicas y espirituales del anciano. Será por eso que los viejos suicidas quieren protagonizar aunque sea su muerte irrumpiendo en el espacio público de esta manera, de lo contrario probablemente su muerte sea como su etapa vital, ignorada, anónima, escondida casi vergonzante.

Una de las categorías fundamentales de la persona es la dignidad, concepto opuesto a utilitario, es un valor que le corresponde a la persona por naturaleza. La dignidad tiene que ver con los valores que una persona

es capaz de realizar o que ya ha realizado. Esos valores no se pueden perder, pues ya están insertos, vividos por quien los realizó (los hizo real). Esa dignidad es la que nos exige respeto por los ancianos, esto es, por haber realizado valores.

Por ello si bien la actividad y la producción no es lo que más caracteriza a un anciano, lo es la pasividad, el recuerdo, el pasado, el "ya no" con lo que se lo asocia. Esto es cierto en relación a la actividad pero lo que más lo define es el testimonio de lo que en su momento realizó y que con su presencia, aún casi inerte, actualiza día a día. Los valores están ahí, representados por su historia, recordados por sus quizás repetitivas narraciones, pero por sobre todo, por la indefensión de una persona que nos da la oportunidad de ser solidarios con ella, comprensivos con sus dificultades, amantes de su ternura y dignos reconociendo su dignidad.

La vida no es una yuxtaposición de partes, sino un todo que está presente en cada punto del transcurso. En la medida que el hombre envejece cada vez espera menos y en la misma proporción se intensifica la sensación de la transitoriedad. Este camino será transitado con distintas actitudes según la persona de que se trate, su historia y la construcción que haya realizado de la vida que decrece.

Pero eso que termina no es pura biología es, una persona, en la que se ha olvidado que la vejez no es solamente un conjunto de limitaciones y decrepitudes. El viejo no es un joven disminuido. En el conjunto de la imagen actual de la vida faltan los valores de la vejez y la sabiduría en sus distintas formas.

Y cuando verdaderamente aparece el hombre senil, su dependencia es absoluta. Allí están las manos de quienes recibieron de él lo necesario para la vida propia. Pero en rigor, en el ser vivo no hay disposiciones, procesos o situaciones meramente negativas. Cada elemento vital tiene lados positivos y abren posibilidades nuevas.-

No ha sido gratuita la actitud de descuidos que desde hace bastante tiempo venimos realizando con los viejos. El resultado es que en la conciencia actual, la muerte ya no tiene significados positivos de valor. Por eso se la evita, se la esconde o se la expulsa del campo visual. Y con ello lógicamente, también la vida ha perdido su cuota valorativa. Prueba de ello es el aumento de suicidios en el mundo, producto de conductas riesgosas y desprejuiciadas.

La muerte no es la aniquilación sino el valor terminal de la vida. Mejor dicho, puede ser la mera extinción y olvido o bien el cumplimiento, la planificación, la realización última de la forma de existencia.

Por eso el problema del envejecimiento consiste en que el hombre lo acepte, comprenda su sentido y lo realice. Pero para ello es inevitable e indispensable que los demás acepten también por su parte la vejez, de que le den, amistosamente el derecho a la vida que le corresponde.-

Un autor estadounidense, Everstein, se refiere al suicidio como un mensaje brutal como un contenido de máxima violencia, donde el destinatario sabe que va dirigido a él y que el mismo es de una característica tal que no va poder olvidarse de este mensaje nunca, ni podrá modificarlo.-

De la manera inversa resulta auspicioso saber que, cada uno de los miembros de un grupo familiar, no sólo contribuimos a la cooperación general, sino además somos, sin saberlo, el sostén ignorado de la vida de cada uno de los integrantes de nuestras queridas familias.-

Buenos Aires, agosto de 2005

Lic. Carlos Boronat

Presidente

Centro de Asistencia al Suicida