

Les conductes suïcides en els jòvens augmenten un 15% a l'Ebre després de la pandèmia

La manca de socialització i l'aïllament durant els mesos de pandèmia serien algunes de les principals causes d'este repunt de casos.

Terres de l'Ebre Júlia Albarac

Les atencions per conductes suïcides en població infantil i adolescent han augmentat en un 15% després de la pandèmia a les Terres de l'Ebre, un repunt que, segons dades de la fundació Pere Mata, podria ser conseqüència de l'aïllament social patit durant el confinament.

"El fet de tallar les relacions socials, limitar els contactes i reduir la interacció entre infants i adolescents ha tingut un impacte en el seu benestar emocional i ha afectat especialment aquells que ja es trobaven en una situació més fràgil", explica Toni Coello, director mèdic de la Fundació Pere Mata a les Terres de l'Ebre. Les dades en l'àmbit de Catalunya mostren que el suïcidi constitueix la principal causa de mort no natural entre jòvens de 15 a 34 anys, una situació que Coello qualifica de **"problema de salut pública"** i apel·la a la prevenció i la visibilització com dos de les principals eines per a reduir el nombre de casos. Coello afirma que **"parlar de suïcidi no**

indueix el suïcidi, s'han de trencar tabús i abordar esta qüestió sense estigmatitzar", però reconeix que encara **"costa molt dialogar obertament al voltant de salut mental"**.

Actualment, només el 30 % de les persones amb conductes suïcides rep atenció mèdica, mentre que la resta de casos no estan en consulta. Segons Coello, d'estes persones que presenten conductes suïcides, el 90 % patixen algun tipus de malaltia mental per diagnosticar, com per exemple, depressió, esquizofrènia, trastorn bipolar o trastorns de conducta alimentària. Estes patologies són les que s'associen amb més freqüència al suïcidi, però també pot ser un factor de risc l'abús de tòxics, especialment els trastorns derivats del consum d'alcohol.

L'ESCOLA, EINA DE PREVENCIÓ
Els centres educatius juguen un paper clau a l'hora de poder prevenir els suïcidis i donar visibilitat als trastorns mentals entre la població infantil i adolescent. Coello apunta que **"és molt important que tin-**



Una de les portes de la campanya 'La comunitat és la clau'

guem l'oportunitat de parlar sobre el suïcidi obertament, amb la família, amb els amics i els professionals, però sobretot a les escoles". Els centres educatius poden ser una eina fonamental a l'hora de detectar possibles canvis conductuals que puguin amagar tendències suïcides d'un adolescent. **"És important que els professionals sanitaris col·laborem amb els instituts i escoles, que estiguem presents en estos espais"**. Alguns dels senyals que ens poden alertar de possibles alteracions mentals en l'infant o adolescent són, per

exemple, canvis conductuals, en els patrons de son, d'alimentació o de socialització.

L'altre gran pilar per a una bona detecció de malalties mentals són els professionals de la salut, és a dir, pediatres, metges de capçalera i tot el circuit d'atenció primària. **"El sistema de salut cada cop està més preparat per a la prevenció i per a oferir una bona resposta en cas d'intent de suïcidi"** explica Coello. **"Tenim un codi risc suïcida, que s'activa després que una persona haja comès un intent de suïcidi i que permet, per una banda,**

agilitzar tots els procediments i, per l'altra, fer un seguiment periòdic del suïcida".

Paral·lelament a este repunt de casos registrats en població infantil i juvenil, també han augmentat lleugerament les dades d'intents de suïcidi en la població general. **"Els mesos immediatament després del confinament es va registrar un augment de casos, però ara ja s'ha estabilitzat, fins a tornar pràcticament als índexs del 2019"**, apunta Coello, i reconeix que preocupa el pronòstic per a estos propers mesos. **"La inestabilitat econòmica, la crisi social..., tot són factors que alteren el benestar emocional de la societat, i això afecta especialment persones que es troben en situació vulnerable"**.

Coello també apunta que cal continuar treballant amb les famílies, amb les persones properes que hi ha al voltant d'un suïcida. **"Els supervivents, és a dir, familiars o amics de persones suïcides, són també població de risc i per esta raó cal que s'aborde el tema, perquè estes persones s'han de poder expressar, han de poder parlar sobre la seua pèrdua sense tot el tabú que envolta el suïcidi"**. En este àmbit, Coello destaca el paper de les associacions de supervivents, que han anat creixent estos darrers anys i que han permès poder crear debat i diàleg al voltant del suïcidi malgrat el silenci forçat al voltant d'esta qüestió.

Amb tot, Coello reconeix que hi haurà morts que no es podran evitar: **"Hi ha patologies mentals que, malgrat posar totes les eines a disposició del malalt, del suport familiar, de les amistats, de l'escola i dels professionals de la salut, són resistents, i el suïcidi serà molt difícil que es puga evitar"**.

La comunitat és la clau

Tortosa Redacció

Amb motiu del Dia Mundial de la salut mental, la Fundació Pere Mata a les Terres de l'Ebre va dur a terme una iniciativa per a reivindicar la necessitat de prendre consciència al voltant de la importància de la salut mental i combatre els estigmes que encara avui hi ha al voltant d'estes patologies. Amb el lema 'En salut mental, la comunitat és la clau', la

fundació va instal·lar diverses portes de color verd a la via pública, a Tortosa, Amposta i Móra d'Ebre, perquè els veïns poguessen escriure-hi amb retolador la seua opinió sobre quina és la clau en la lluita contra les malalties mentals. A Tortosa, la porta es va instal·lar a la plaça Barcelona i també al campus de les Terres de la URV; a Amposta, va estar a la plaça del Mercat; i, en el cas de Móra d'Ebre, als accessos del complex espor-

tiu i la piscina coberta.

D'altra banda, la Taula Salut Mental Terres de l'Ebre també va organitzar, este passat dilluns -dia 10- una jornada especial de lectura i conscienciació al voltant de les malalties mentals. En diferents biblioteques municipals de les Terres de l'Ebre es va poder consultar tot un recull bibliogràfic al voltant de la salut mental i les patologies associades. Es van poder consultar, en un expositor

a banda, amb la finalitat de poder ajudar a difondre més informació amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental. A banda, alguns centres també van organitzar activitats adreçades al públic familiar, com és el cas del conta contes *Fuig, Bèstia!*, que va tenir lloc a les biblioteques de Ginestar, Corbera d'Ebre, Benifallet, Jesús, Les Cases d'Alcanar i Riba-Roja d'Ebre.

També als instituts d'educació se-

cundària del territori es va plantejar de nou el concurs de disseny de cartell del Dia Mundial, amb el lema "Benestar emocional és la prioritat", adreçat a alumnes de cinquè i sisè de primària i també de tots els cursos de l'ESO.

L'objectiu és conscienciar la població més jove de la necessitat de treballar la salut mental i també trencar els tabús i els estigmes que hi ha al voltant de les malalties mentals.