

Coincidiendo con el **Día Mundial de la Prevención del Suicidio**, vio la luz el libro «**Adiós, suicidio, adiós**» del autor **Antonio Piñar Gallardo**.

Continuar adentrándose en el campo de la conducta suicida no solo es conveniente, sino sumamente necesario. Entristece constatar el gran reguero de vidas perdidas día tras día a nivel mundial. No es descabellado decir que se trata de «un problema de salud pública», mirado de reojo por muchos Estados, por el que no se hace todo lo que se debiera sobre todo en prevención. De continuar la tendencia, la cifra de un millón de humanos muertos por suicidio anualmente podría alcanzarse en pocos años. Pero también podría reducirse el tiempo actual de que cada 40 segundos se suicide una persona.

El germen de la obra «Adiós, suicidio, adiós» se comenzó a gestar varias décadas atrás, cuando el autor trabajaba en una clínica, como psicólogo especialista en Psicología Clínica, y las demandas de ayuda en consulta de pacientes por problemas relacionados con la conducta suicida aparecían con relativa frecuencia. A pesar de todo, en esa etapa de su vida profesional nunca le dio forma escrita al proyecto que bullía en su mente y del que ahora hace su aportación.

Tendrían que pasar los años y estar en otra etapa de su existencia, como escritor, y ya alejado de la clínica psicológica, pero con el peso de la experiencia, cuando fue invitado en 2024 a asistir como ponente en las «I Jornadas Jiennenses de la Conducta Suicida» del Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Oriental para hablar sobre «Conducta Suicida y Educación. Claves para su Prevención en el Ámbito Educativo».

Un contexto, el de la Educación, en el que había pasado gran parte de su vida profesional en interacciones con adolescentes, jóvenes y adultos, y en el que la presencia de la conducta suicida está.

La idea de escribir sobre un tema tan sensible como es la conducta suicida, hacerlo en forma de novela/ensayo y que todos los personajes que intervienen en esta sean mujeres, puede resultar llamativo y mal entendido, sobre todo, cuando la tasa de suicidios en hombres es tres veces mayor que en las mujeres, principalmente en nuestros contextos. ¿Entonces?

La querencia a que las protagonistas en sus obras sean mujeres es intencional y conlleva un afán reverencial y reivindicativo por sus trayectorias de lucha y vida a lo largo de los tiempos. Tendencia que ya ha quedado reflejada en otros de sus anteriores publicaciones.

Son trece las mujeres que aparecen como protagonistas en la obra. Personajes ficticios creados por el autor, pero nacidas como fruto de experiencias clínicas a lo largo de su vida. Todas ellas comparten una variable común: un intento de suicidio previo al que sobrevivieron. Un «factor de riesgo» sumamente relevante a tener en cuenta cuando hablamos de conducta suicida y queremos prevenirla.

Las historias de vida reflejadas por las protagonistas de la obra no dejan de ser trasuntos complejos de las realidades plausibles en la que nos desenvolvemos los humanos y con los que múltiples veces nos encontramos. Factores de riesgo, vulnerabilidades y factores desencadenantes para que se produzcan conductas suicidas siempre existieron y, tristemente, continuarán existiendo.

Pero la prevención, la intervención, la escucha, la ayuda, la pertenencia a redes de apoyo, el aumento del número de profesionales, el adecuado uso de la «posvención con familiares», las autopsias psicológicas y tantas otras variables positivas evitarán sin duda nuevos desenlaces no deseables y reducirán las horribles tasas en las que nos encontramos en la actualidad.

Durante la escritura de la obra se han dado la mano las experiencias previas de vida del autor, sin faltar en ningún momento la apuesta clara y el intento por el rigor científico y la evidencia en los hechos relatados, empero de que, en algunos pasajes de la obra, con el fin de hacerla asequible y amena la lectura, al público en general, la creatividad literaria haya dado paso a la creación en la trama de estilos peculiares de las personalidades en los personajes.

Ciertamente, también podría resultar llamativo el sutil buceo intencional en los pensamientos psicológicos no solo de la protagonista, sino también en el conjunto de los otros personajes de la obra, acordes con sus formaciones, intereses y edades del intervalo: 18-28 años. La intencionalidad de tejer una red mental en el lector, de acuerdo con la variabilidad de los estilos de vida del elenco de las trece mujeres que pasan por las páginas de la novela, no es otra que mostrar una idea básica: «la conducta suicida puede estar presente en cualquier ser humano», indistintamente de su condición. ¡Basta ya de endosar el suicidio con bastante exclusividad a los llamados trastornos mentales!, aunque exista correlación.

Es importante referir que, en los contenidos de «Adiós, suicidio, adiós» y en muy diferentes proporciones, aparecen la deseabilidad, la psicología, la moral, las creencias, los estilos de vida, la importancia de la pertenencia a un grupo, los valores, el vivir en sociedad siendo diferente...

Vaya por delante, en un tema tan sensible como el que nos ocupa, el respeto máximo del autor a quienes se acerquen a la lectura de estas páginas con otros criterios y teorías muy diferentes en relación a la conducta suicida, pero sí habrá coincidencia en el hecho de que informar hay que informar, adecuadamente, y ventilar el anquilosado tabú y su estigma de esta conducta multifactorial.

Es de necesidad y debe aclararse que, en esta obra, y desde un punto de vista también «preventivo», se ha intentado cuidar al máximo el hecho de no reflejar aspectos morbosos de los personajes, ni pautas de métodos suicidas, a sabiendas que poco o nada construyen, al contrario. Hecho importante para comunicadores, cuando informen acerca de pérdidas humanas derivadas de este gran problema social.

Es de destacar también, que no solo se trata de «desmontar los mitos relacionados con el suicidio», algo clave en este libro sino también abrir la puerta para que salga el silencio que mata y que con frecuencia se ciñe y repite en torno a la conducta suicida. También, cómo no, potenciar el poderoso «efecto Papageno», la historia de aquellos tres niños de la obra «La flauta mágica de Mozart», que, con sus palabras, disuadieron a Papageno de su suicidio planificado, apelando y mostrando que tenía poderosos motivos para vivir.