



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Trabajo comunal rompe el silencio sobre el suicidio en la zona de Los Santos

Estudiantes e investigadores de la UCR abren espacio para hablar sobre salud mental en cantones con altas tasas de intento de suicidio.

26 OCT 2018 Salud

Investigadores y estudiantes de la UCR trabajan en la prevención del suicidio en los cantones de Dota, Tarrazú y León Cortés de la zona de Los Santos, una de las regiones del país con un alto índice de incidencia de este fenómeno

social (foto: archivo ODI).

Las montañas de la zona de Los Santos ocultan una realidad de la que poco se habla, pero que un proyecto de Trabajo Comunal Universitario (TCU) de la Universidad de Costa Rica (UCR) busca visibilizar.

Por medio del TCU-654: Promoción de la salud para la prevención del suicidio en la zona de Los Santos, investigadores y estudiantes de la UCR tratan el tema del suicidio en los tres cantones de la región: Dota, Tarrazú y León Cortés.

La labor del TCU se desarrolla principalmente en Dota, el cantón con la tasa de intentos de suicidio más alta del país, según datos del Organismo de Investigación Judicial (OIJ) y del Ministerio de Salud.

El proyecto se basa en tres líneas principalmente, en primer lugar buscan romper el silencio que hay sobre el tema en esta zona, donde se han presentado casos de suicidio desde hace décadas.

A través de espacios de escucha, tanto estudiantes capacitados como el equipo profesional visitan casa por casa para escuchar a las personas que quieran contar sus experiencias personales o familiares.

“Lo básico que trabajamos son los mitos acerca del suicidio. Es muy importante romper el silencio sobre el tema, que la gente pierda el miedo a hablar porque es un tema sobre el que existe un gran tabú”, comentó Adriana Maroto Vargas, profesora de la Escuela de Psicología y una de las coordinadoras del proyecto.

Algunas veces se han topado con puertas cerradas, pero también han logrado escuchar historias de muchas personas. Según Maroto, algunas personas les confiesan sus intenciones suicidas en el mismo momento de sentarse a escucharlas.

“En algunos casos encontramos personas que terminan comunicándonos su intención suicida. Que terminan diciendo 'yo la estoy pasando mal', 'yo lo he pensado'; gente que nos cuenta que ha hecho intentos suicidas”, contó la investigadora.

Por medio del TCU
Promoción de la salud para la
prevención del suicidio en la
zona de Los Santos, se han
organizado en Santa María de
Dota actividades recreativas y
culturales dirigidas a toda la
comunidad (foto: archivo
ODI).

En momentos así han tenido que reaccionar de inmediato. Los estudiantes del TCU están capacitados para intervenir en una situación de crisis, pero también cuentan con apoyo de profesores en caso de que la situación se salga de las manos.

Habilitar espacios de escucha permite que el suicidio no se perciba como un tabú, sino como una realidad de la que se debe conversar para poder prevenirla.

“Nos encontramos mucha gente que tiene historias que contar. Al ser un lugar tan pequeño, por cada suicidio que hay es una muerte que toca a un montón de personas”, mencionó la profesora.

La idea es mantener estas visitas periódicas a personas que se detectan en riesgo, pero se dificulta por limitaciones de recurso humano y económico.

Un segundo eje de trabajo es la promoción de la salud a través de actividades lúdicas y festivas que promuevan mayor interacción social. La toma del espacio público en Dota es escasa, pues la gente tiende a quedarse en sus casas y evitan participar, según Maroto.

La organización comunitaria es el tercer punto de la estrategia, para esto se estableció una red interinstitucional con la participación de varios entes locales, con el fin de crear conciencia sobre la prevención del suicidio y detectar posibles casos.

Roxana González Cerdas es una de las estudiantes que ha participado en el proyecto. Para ella, este TCU ha dejado importantes aportes en la zona.

“Es un tema bien sabido, bien conocido de la comunidad, pero poco comentado y poco trabajado. Se habla más del chisme, pero no hay un proceso de apoyo”, afirmó González. La UCR ha contribuido con este proceso de apoyo y se han llevado talleres a colegios de la zona.

El equipo de investigación de la UCR identificó algunas características que podrían explicar el fenómeno del suicidio en Dota, entre estas algunas que se remiten a la fundación del cantón, hace 155 años (foto: archivo ODI).

Según la estudiante, el mayor aprendizaje del TCU es comprender el abordaje del tema, la importancia de reconocer lo colectivo del problema y el papel de las redes de apoyo.

Este TCU cuenta con el trabajo de aproximadamente 30 estudiantes de áreas como Ciencias Sociales, Salud, Economía, entre otras. Parte de la metodología es que son ellos mismos quienes proponen actividades para tratar el tema, con la aprobación del equipo docente.

“Es muy importante romper el silencio sobre el tema, que la gente pierda el miedo a hablar porque es un tema sobre el que existe un gran tabú”. Adriana Maroto Vargas, profesora de la Escuela de Psicología.

El suicidio es multicausal

A partir de charlas con personas de la comunidad y del proceso como tal, el equipo investigador identificó algunas características de la zona que pueden explicar este fenómeno.

Por ejemplo, una de ellas remite a la historia misma de la fundación del cantón de Dota que tiene 155 años de historia. La familia fundadora presentó rupturas a raíz de problemas y enemistades, que perduran hasta el día de hoy en sus descendientes.

Una segunda causa parece ser su geografía. El pueblo de Santa María y sus alrededores se localizan en medio de un valle que, al menos desde fuera, se percibe agradable y de gran atractivo turístico.

Sin embargo, desde adentro sus pobladores experimentan una sensación de encierro. “Una sensación de que para cualquier lado que yo vea lo que tengo es una montaña encima y como que eso marca un límite”, explicó Maroto.

Las personas de la zona también identifican la moral y los valores como otra posible causa. Existe una sensación de control social fuerte por ser una población pequeña, a través de roles de géneros y el conservadurismo religioso, que genera una percepción de no cambio.

“La gente nunca nos llegó a explicar los suicidios por problemas individuales, siempre llegó a explicarnos el suicidio por estas dinámicas comunitarias”, agregó la docente de la UCR. Esta característica llamó la atención del equipo, pues se aleja de las explicaciones más comunes del suicidio y se trata más bien de un problema psicosocial.

Se refiere al suicidio desde los vínculos sociales, que emerge frente a una falta de un tejido social y comunitario. Los investigadores insisten en que el suicidio es multicausal, es decir, no existe una única causa sino varias que se unen, aunque sí puede existir un hecho detonador.

Sin embargo, si se cuenta con una red de apoyo es más fácil evitarlo. Por esa razón el consejo número uno que siempre ofrece este TCU es escuchar a la persona en riesgo, no juzgarla, y buscar ayuda profesional en caso de ser necesario.

[Francisco Ruiz León](#)

Periodista Oficina de Divulgación e Información

francisco.ruizleon@ucr.ac.cr

Etiquetas: [#bienestarcolectivoucr](#), [salud mental](#), [suicidio](#), [cu](#), [dota](#), [tarrazu](#), [leon cortes](#), [los santos](#).