

# Estigmatización que mata; cómo el Estado falla en garantizar el derecho a la salud cuando ignora la salud mental

Escrito por:

Ivonne Valdés Garay



**El suicidio es un problema de salud pública en Coahuila, estado del norte de México que en 2021 presentó una tasa de 13.1 suicidios por cada 100 mil jóvenes de entre 15 y 29 años.**

Apenas hace un mes, Fer intentó quitarse la vida. Sus manos sujetan sus muñecas inquietamente, pero habla con tal determinación que hace que cada palabra perfore con valentía entre las recolecciones de una historia que tal vez, cualquier otra persona, contaría entre

murmullos. Pero no Fer, no después de que las ganas de morir la llevaron a un estado tan plagado de silencio que solo le quedó osar levantar su voz.

De acuerdo con cifras reportadas por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en 2021

hubo 8 mil 351 fallecimientos por lesiones autoinfligidas en México, esto representa una tasa de 6.5 por cada 100 mil habitantes. El suicidio es la cuarta causa de muerte entre personas de 15 a 29 años, según las últimas estimaciones de la OMS.

Fernanda Alvarado tiene 19 años y vive en Saltillo, Coahuila, una ciudad donde ha dejado de sorprender cuando un suicidio más acapara los titulares de noticias como “Imparable ola de suicidios; en menos de 5 horas tres personas se quitan la vida”.

“Yo me encuentro en un punto muy liberal en este momento. Porque siento que es muy difícil para chavos sobrellevar esto. Estoy en un punto donde quiero platicarlo para que los demás piensen y para que sepan que esto está pasando”, expresó la estudiante de Psicología.

Fernanda narra sus experiencias como una digna representante de aquella generación disruptiva -la generación Z tiene actualmente entre 10 y 25 años- más atenta a la ética de los mensajes de las cosas que hacen y consumen y más centrada en poder expresar su individualidad.

Mientras la sociedad se cuestiona: ¿qué está causando el aumento de la ola de salud mental a la que nos empuja la Generación Z?, su excesivo compartir de todo lo que les aflige nos recuerda que la pregunta correcta demanda una respuesta más contundente. ¿Cómo falla el Estado en incluir la salud mental como extensión del

derecho a la salud?

## **La responsabilidad del Estado**

El Protocolo Adicional a la Convención Americana sobre Derechos Humanos en materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales establece que toda persona tiene derecho a la salud, entendida como el disfrute del más alto nivel de bienestar físico, mental y social, e indica que la salud es un bien público (artículo 10).

Del mismo modo, ha establecido que: [...] los Estados son responsables de regular y fiscalizar la prestación de los servicios de salud para lograr una efectiva protección de los derechos a la vida y la integridad personal.

El suicidio no es una epidemia, porque no abarca solo a cierta población y no es contagioso, pero sí es una conducta imitativa, así lo planteó Rocío Martínez, especialista en tanatología, instructora certificada en suicidología y fundadora del grupo basado en Saltillo ‘Abraza tu Vida’ que brinda apoyo a personas luchando con ideación suicida, sobrevivientes de intención suicida y acompañamiento a familiares de personas que fallecen por suicidio.

“Está mal visto por la iglesia, culturalmente, socialmente y hasta en el área de la salud hablamos de un problema. Esto nos hace esconder las cifras que hay de intentos de suicidio”, explicó Martínez quien perdió a su hermano en enero de 2021 porque se quitó la vida.

Existen precedentes sobre cómo los Estados miembros son responsables por el bienestar psicológico de sus poblaciones. La Corte Interamericana ha sido clara al establecer la relación que existe entre el derecho a la integridad personal y el derecho a la salud y en las conclusiones de la Sentencia del 1 de septiembre de 2015 en el Caso Gonzales Lluy y otros Vs. Ecuador, se responsabilizó al Estado por la violación de los derechos de la integridad psíquica y moral.

## **El contexto mexicano**

La Convención Americana sobre Derechos Humanos fue aprobada en Costa Rica en 1969. México ratificó esto -también conocido como Pacto de San José- en 1981 y desde ese momento se hizo parte del orden jurídico mexicano.

“En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en

esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección”, se publicó en 2022 en el Diario Oficial de la Federación.

Siendo más fácil decirlo que hacerlo, la experiencia de Fernanda exhibe las omisiones en el sistema de salud mexicano que, para ella, pudieron significar la diferencia entre la vida y la muerte pero que fueron fatales para las 293 personas que fallecieron por suicidio en su mismo estado (Coahuila) tan solo en el 2021.

## **Informar para romper el estigma**

“No sé ni cómo manejé pero al llegar a mi casa me dolía el pecho. No escuchaba nada, nada más escuchaba lo que estaba dentro de mi cabeza: ‘por eso no apruebas las materias’, ‘por eso tus papás no te quieren’. Se me venían comentarios de mi niñez bien negativos. Sentía como si me aplanaran el pecho”, narró sobre el día que intentó quitarse la vida.

Fer acababa de ser confrontada por su exnovio -con quien contó haber tenido una relación “tóxica” intermitente por al menos seis años- en

el estacionamiento de su universidad. Al llegar a su casa tuvo un ataque de ansiedad “como de una media hora” durante el cuál su abuela no tuvo acceso, por falta de conocimiento, a solicitar auxilio.

“Vi la botella y se me prendió el foco”. Fer tomó un trozo de vidrio quebrado y con la intención de “hacer un raspón para que se saliera el dolor”, se cortó la muñeca. Su abuela la encontró en su cuarto llena de sangre y llamó a su papá para apresurarse al hospital. La ambulancia nunca contestó.

Estimó haberse desmayado al menos tres veces en el trayecto y recordó que su papá y su hermana menor intentaron parar a una patrulla que se encontraron en el camino pero les dijeron que no podían hacer nada en un caso así.

Parte del diplomado que imparte Martínez aborda que, según la OMS, cualquier persona con el conocimiento previo puede dar primeros auxilios psicológicos. Sin embargo, falta capacitar a personal que usualmente son primeros respondientes, como paramédicos y policías, para emergencias de este tipo.

El Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales ha señalado

que todos los servicios, artículos e instalaciones de salud deben cumplir con requisitos esenciales como: Disponibilidad, que incluye personal médico y profesional capacitado y Acceso a la Información, que comprende solicitar, recibir y difundir información relacionada con la salud.

“La Línea de Ayuda nunca contesta. Lo intenté muchas veces y nunca contestó, siempre te lo platican en la televisión pero yo llamé antes, después y no. Suena, pero no contestan”, declaró Fernanda sobre el teléfono que el gobierno difunde como apoyo en emergencias de este tipo.

## **Heridas que nadie se preocupa en sanar**

Aún al llegar al hospital, los padres de Fer no recibieron indicaciones claras sobre cómo buscar un tratamiento efectivo para la salud mental de su hija. Frases como “por qué si estás muy bonita” se ofrecieron a manera de consuelo pero solo sirvieron para blindar la ignorancia de lo que sucede en la mente de una persona que intenta suicidarse.

La cicatriz aún enrojecida en la muñeca de Fer fue atendida y vendada por la obvia

afectación a su salud pero para atender su salud mental la siguiente ruta fue lo máximo a lo que se le encaminó:

Se les indicó buscar ayuda en la Clínica 2 IMSS (Instituto Mexicano del Seguro Social, la prestación pública de salud en México) que les resultó en casi 30 minutos de traslado, ahí 4 debía ver a un psiquiatra y recibir medicamentos. Esperó desde las 14:30 horas hasta las 19:00 horas para ser atendida. “Traía el papelito que decía urgencia. Fue mucho tiempo, ya se me había pasado el efecto del medicamento para el dolor, mi mano estaba hinchada y desde entonces perdí sensibilidad en mis dedos pulgar, índice y anular”.

Las excusas oscilaban entre la saturación de pacientes y que no era una verdadera emergencia.

En julio de 2012, la Asamblea General de la Organización de Estados Americanos enfatizó la calidad de los establecimientos, bienes y servicios de salud, lo cual requiere la presencia de personal médico capacitado, así como de condiciones sanitarias adecuadas. Las instalaciones saturadas incumplen con este requisito.

“Encuentras a alguien que intentó acabar con su vida, lo que hacemos es marcar al 911 si la persona ya no tiene signos vitales pues la dejan ahí para que se la lleve el Ministerio Público, pero si intentó acabar con su vida, llega el paramédico y si revisa y no encuentra daño físico, se retira. Pero estamos de acuerdo que una persona que intentó acabar con su vida no solo tiene un daño físico, también tiene un daño emocional y eso no lo miden”, señaló Martínez sobre lo que sucede comúnmente.

### **La lucha debe ser por querer prevenir**

“Ya había tenido pensamientos así antes, pero nunca lo había hecho”. Fer recordó ataques de pánico y crisis de ansiedad tan tempranas como desde que tenía 10 años. Relató un recuerdo de cuando preparó un show para el cumpleaños de su mamá pero cuando hubo un cambio de planes comenzó a sentir que le zumbaron los oídos y se escondió debajo de la cama. Sola. Hasta quedarse dormida mientras sentía que se asfixiaba por la falta de aire.

“La ruta suicida se maneja como espectro”, explicó Martínez, “Porque hay ideación suicida, pensamiento suicida,

conducta suicida, acto suicida y la consumación del hecho”.

Entre los años que expertos han denominado como el período de “desarrollo de la primera infancia” se acude a las escuelas para impartir charlas sobre sexualidad, prevención del acoso, nutrición y hasta acercamiento temprano a STEAM. Todo ello indudablemente aporta pero ¿cuándo ocurre el acercamiento a la inteligencia psicoemocional?, o simplemente ¿quién te explica que algún día no vas a estar bien y eso no está mal y no es el final?

Tras la implementación del Programa Estatal de Salud, el 9 de abril de 2019 nació la Ley de Prevención del Suicidio. Pero las cifras de muertes intencionadas no ceden. Ese mismo año el INEGI reportó 261 casos.

“Todos somos potencialmente suicidas, porque no sabemos en qué momento se pueda presentar una crisis y nosotros sepamos resolverla de la mejor manera”, apuntó Martínez.

### **Rechazar la muerte tiene su precio**

Tras la consulta con el psiquiatra del IMSS, de alrededor de 30 minutos, a Fer le dijeron que

tenía depresión y ansiedad. Le recetaron medicamentos “no tan fuertes porque estaba empezando”.

“Estuve como dos días dormida porque mi cuerpo no lo estaba aceptando. Eso pasó el martes y hasta el jueves regresé a la escuela”, contó.

Sin indicaciones sobre cómo navegar los primeros días, Fer se reincorporó a clases donde, a pesar de que sus maestros son psicólogos formando psicólogos, se le presionó por sus calificaciones y se desmayó en el baño de la escuela.

De acuerdo con Martínez, uno de los errores más graves que se cometen en Saltillo es que no se canaliza adecuadamente a las personas en las primeras 72 horas tras el intento de suicidio.

“Amigas mías me han dicho que ya no quieren (vivir) y he encontrado amigas mías en el baño todas sangradas de los brazos”, admitió Fer. “Se va a escuchar muy feo pero yo no quiero ser una más del montón, por eso siempre decía que yo estaba bien, pero llega un punto donde la piedrita cayó y el vaso ya estaba demasiado lleno y se quebró el vaso”.

Como esfuerzo para recolectar normalidad en su vida, Fer

comenzó a asistir a clases de yoga que le cuestan \$300 pesos al mes, porque la instructora es su amiga y le hace descuento; las pastillas para dormir le cuestan \$1200 pesos si es patente y \$700 cuando no ajusta y compra el genérico; en el seguro le proporcionaron la sertralina que vale alrededor de \$500 pesos y le recetaron Clonazepam pero no lo toma porque se siente que “desgasta mucho y hacía dormir mucho”.

El Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales también ha señalado que se deberá contar con un número suficiente de establecimientos, bienes y servicios públicos de salud y centros de atención de la salud. Actualmente, Fer es tratada por psicólogos pagados de su propio bolsillo. No ha logrado agendar cita con psiquiatra pues le advirtieron de un tiempo de espera para hasta febrero o marzo de 2023. Su intento de suicidio sucedió en octubre de 2022, según relató.

## **Una solución llama a la puerta, el Estado no contesta**

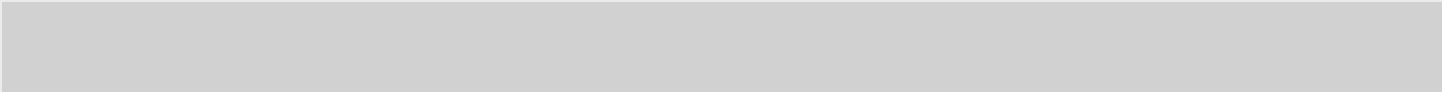
El panorama de la atención a la salud mental en México apunta a una crisis. Los factores de riesgo aumentaron

con el confinamiento por la pandemia de Covid-19 pero históricamente repuntan también en temporadas de crisis económica y en una ciudad con altos índices de fallecimientos por suicidio cada familiar o persona cercana a un caso se convierte en una persona en riesgo de imitar el comportamiento suicida.

El hermano menor de Martínez falleció por suicidio hace casi un año. Desde antes ella ya había recibido entrenamiento en suicidología pero narró que en ese momento no podía darse cuenta “porque no había indicios”.

“Es como un rompecabezas y probablemente tú tienes la parte que lleva al trabajo y la otra persona la parte de la casa. Todas esas cositas se van enganando ya cuando las personas mueren. Es cuando comenzamos a opinar de las actitudes que vemos día a día y armamos ese rompecabezas”, explicó.

Las escuelas, dijo, son un buen punto de partida para abrir un espacio para escuchar a las personas, y donde aprender a gestionar los obstáculos que conllevan a crisis psicológicas y emocionales. El grupo ‘Abraza tu Vida’ tiene un taller ya puesto en práctica para



trabajar con niños, en primarias y secundarias, pero se les han cerrado puertas a causa de la estigmatización que hay en el tema del suicidio.

“Nosotros ofrecimos un proyecto a Cruz Roja. Un consultorio 24/7 con una trabajadora social, con una psicóloga y lo manejamos con la Facultad de Trabajo Social y la de Psicología para que no generara costo alguno porque nos prestaban a los chicos para que hicieran ahí su servicio social”, detalló Martínez. “Se nos rechazó”, añadió.

Desde la sentencia de 4 de julio de 2006 en el Caso Ximenes Lopez Vs. Brasil, la Corte IDH considera que los Estados tienen el deber de regular y fiscalizar toda la asistencia de salud prestada a las personas bajo su jurisdicción, independientemente de si la entidad que presta los servicios es de carácter público o privado. Sin embargo, en México no hay una ruta clara que asegure en su totalidad uno de los derechos fundamentales: el derecho a la salud que incluya la salud mental.