

Orientaciones para la prevención del suicidio

Es una de las principales causas de muerte no natural en nuestro país, una cifra que, en los últimos años, no ha parado de aumentar. Se registran mayores tasas de suicidio entre varones que entre mujeres. La realidad entre los más jóvenes es alarmante.

El aparato psíquico se constituye alrededor de una falta. Una falta fundamental que nos causa el deseo. Es por esto que tenemos objetivos y proyectos en la vida, en el ámbito laboral, amoroso, familiar. Somos seres deseantes. Sin embargo, los animales que viven en la naturaleza no desean, simplemente buscan cubrir sus necesidades biológicas de la manera que les marca su instinto. Nosotros no estamos regulados por un instinto, lo que hace que se nos complique la vida ya que el deseo es cambiante y bastante torcido, difícil de dilucidar. Por ejemplo cambiamos de objetos con frecuencia aunque cumplan su función a la perfección, por el simple hecho de desear otros distintos. Esto sucede con la ropa o el teléfono móvil. También podemos desear algo o a alguien y eso no tiene por qué ser así para siempre. Es bastante habitual cambiar de pareja amorosa, cambiar de trabajo o profesión. También es común estudiar algo y luego no dedicarse a ello, etc. Incluso muchas veces no sabemos qué queremos o qué debemos hacer. A veces deseamos a alguien que no nos desea, o queremos ser amigos de alguien que no nos soporta o viceversa, lo que nos genera cierto malestar o sufrimiento. Los animales no tienen estos problemas y complicaciones con el amor, con el lazo social y con el deseo. Ellos están en armonía con la naturaleza, nosotros no. Vivimos porque podemos sostener la ilusión permanente de que, en algún lado y en algún momento, podremos atrapar lo que nos falta. El ser humano vive bajo esa pretensión. Entonces tenemos la falta y lo que suponemos vendría a completarnos. Por ejemplo para un deportista de élite llegar a ser el número 1.

Hay circunstancias en la vida que pueden trastabillar esa ilusión al punto de poner en riesgo la dinámica psíquica que incesantemente busca dicho objeto que falta. Así, el deportista podría tener un accidente, no pudiendo cumplir su deseo y sufrir una pérdida, de salud en este caso.

Ahora bien, frente a estas circunstancias hay quienes lloran, se deprimen, caen en adicciones o, incluso, pierden el sentido completo de su vida. Tanto es así que, llegado el caso, no pueden soportar una existencia. Motivo por el cual se suicidan. Esto mismo se puede constatar ante rupturas sentimentales que llevan al amante a suicidarse por la pérdida de su amada.

El suicidio es un acto violento contra uno mismo que ocurre en un estado melancólico desencadenado tras la pérdida de un ser amado, de la propia salud, de un trabajo, o de un objeto valioso como por ejemplo una casa. Después de toda pérdida es necesario realizar el duelo correspondiente pero algunas personas en vez de realizar este duelo, desarrollan una melancolía. Voy a explicar la diferencia entre ambos.

El duelo intenso se caracteriza por: un estado de ánimo profundamente doloroso, una

cesación del interés por el mundo exterior, la pérdida de la capacidad de amar o de elegir un nuevo objeto amoroso (lo que equivaldría a sustituir al desaparecido), la inhibición de todas las funciones del yo y al apartamiento a toda actividad no conectada con la memoria del ser querido.

Comprendemos que esta inhibición y restricción del yo es la expresión de su entrega total al duelo que no deja nada para otros propósitos o intereses. Si el duelo no nos parece patológico es tan sólo porque nos lo explicamos perfectamente. Al final de la labor del duelo vuelve a quedar el yo libre y exento de toda inhibición.

¿Qué es la melancolía? La pérdida que causa la melancolía, el enfermo sabe a quién ha perdido pero desconoce lo que ha perdido.

La melancolía comparte todos los caracteres descritos en el duelo y añade un carácter que no hayamos en este último: una extraordinaria disminución del amor propio, o sea un considerable empobrecimiento de su yo. En el duelo, el mundo aparece desierto y empobrecido ante los ojos del sujeto. En la melancolía es el yo lo que recibe estos rasgos según palabras de la propia persona. Ésta nos describe su yo como indigno de toda estimación, incapaz de rendimiento valioso alguno y moralmente condenable. Se dirige amargos reproches, se insulta y espera la repulsa y el castigo. Se humilla ante todos los demás y compadece a los suyos por hallarse ligados a una persona tan despreciable e indeseable.

En el melancólico observamos el carácter contrario, o sea el deseo de comunicar a todo el mundo sus propios defectos, como si en este rebajamiento hallara una satisfacción. Carece de toda importancia que la persona tenga o no razón en su autocritica, y que ésta coincida más o menos con nuestra propia opinión de su personalidad. Es indudable que quien llega a tal valoración de sí mismo y la manifiesta publicamente, está enfermo, ya diga la verdad o se calumnie más o menos. Lo esencial es que describe exactamente su situación psicológica. La persona ha sufrido la pérdida de un objeto, pero de sus manifestaciones podemos inferir que la pérdida ha tenido efecto en su propio yo. Este punto establece la diferencia entre el duelo y la melancolía.

Los reproches dirigidos hacia sí mismo, corresponden en realidad a otra persona, a un objeto amado, y han sido vueltos hacia el propio yo. La mujer que compadece a su marido por estar ligado con un ser tan inútil como ella, reprocha en realidad al marido su inutilidad., cualquiera que sea el sentido que dé a esas palabras. No se avergüenzan ni se ocultan, porque todo lo malo que dicen sobre sí mismos se refiere en realidad a otras personas.

Voy a reconstruir este proceso. Partimos de la existencia de una relación de objeto (el objeto puede ser una persona o un objeto) donde hay una libido puesta en juego. Surge una conmoción en esta relación de objeto, cuyo resultado no es el normal, o sea la sustracción de la libido de este objeto y su desplazamiento hacia uno nuevo. La libido libre no fue desplazada sobre otro objeto sino retraída al yo, sirviendo para establecer una identificación del yo con el objeto perdido o

abandonado. La sombra del objeto cayó así sobre el yo y éste último, a partir de este momento, pudo ser juzgado como ese objeto perdido o abandonado. De este modo se transformó la pérdida del objeto en una pérdida del yo.

Las situaciones que dan lugar a la melancolía van más allá del caso transparente de la pérdida por muerte del objeto amado, y comprenden todas las situaciones de ofensa, postergación y desengaño, que pueden introducir, en la relación con el objeto, sentimientos opuestos de amor y odio e intensificar una ambivalencia preexistente. Cuando el amor al objeto abandonado llega a refugiarse en la identificación narcisista, recae el odio sobre este objeto sustitutivo, humillándolo, haciéndolo sufrir y encontrando en este sufrimiento una satisfacción sádica. El tormento, indudablemente placentero que el melancólico se inflige a sí mismo significa, la satisfacción de tendencias sádicas y de odio, orientadas hacia un objeto, pero retrotraídas al yo del propio sujeto. Este sadismo aclara el enigma de la tendencia al suicidio que tan peligrosa hace a la melancolía.

Freud define a la transferencia como una serie de sucesos psíquicos que cobran de nuevo vida en los nuevos lazos, simples reproducciones. Desarrollar vinculaciones emocionales tanto afectuosas como hostiles que proceden de la relación parental. La transferencia, encausar la transferencia en los espacios clínicos, pero también desde el rol docente nos permite modificar, transformar esa forma de hacer lazo para cada sujeto.

La transferencia puede ser positiva, el amor, o negativa, el odio. Hay un odio que es la otra cara del amor, un odio que surge de las decepciones del amor. En el amor, uno pide, cuando el otro no da lo que se espera ese amor puede transformarse en odio.

El odio así presentado, tiene límites. Pero hay otro odio, aquel que no surge del amor y no es analizable, que apunta al ser del otro, a la destrucción de otro, es el odio de la violencia en su estado más puro, como por ejemplo el odio hacia las mujeres en los feminicidios donde el agresor mata a su mujer y luego se suicida.

Las consultas por tentativas autolíticas que llegan han aumentado considerablemente. Una escucha atenta a la entrada puede ser trascendente para captar lo que está en juego y actuar en consecuencia. Es evidente la profunda dificultad a menudo, de prevenir un acto como el del suicidio. ¿existen signos para una supuesta prevención? Parece que no, aunque algunas consideraciones para la distinción de lo que está en juego en la tentativa autolítica pueden ser útiles. No se trata del mismo acto si este es un modo de llamado al otro, o bien si se trata de una identificación al ser del objeto. No es lo mismo el suicido acting out (que es la actuación de una escena) como llamado al Otro, el cual sólo por torpeza es logrado. Por ejemplo ingerir un blister de pastillas diez minutos antes de que alguien llegue a casa, donde se trata que el otro me vea en esa situación y responda por ejemplo llevándome al hospital. No obstante y siguiendo con el ejemplo, si esa persona se retrasa por cualquier motivo, el suicidio será logrado pero este no era el objetivo.

Entonces no es lo mismo el suicidio acting out que el suicidio pasaje al acto (por ejemplo lanzarse al vacío desde un puente) donde se produce una separación radical respecto a ese Otro. Orientar la escucha en este sentido, permite evaluar el anuncio e incluso adivinarlo, en el punto en el que desaparecería cierto tipo de aviso. Precisar entonces la distinción que Jacques Lacan estableció entre el acto, el acting out y el pasaje al acto, puede ser un elemento importante para esclarecer la escucha de los sujetos en los que se produjeron tentativas autolíticas.

Acto

El pensamiento está en impasse respecto al acto existiendo entonces una antinomia entre el pensamiento y la acción. El suicidio como acto se inscribe en un rechazo a la palabra que lo precipita. Si la esencia del pensamiento es la duda, la esencia del acto es la certeza. Es en este sentido que Lacan dijo del suicidio que es un acto que procede de la decisión tomada de no saber ya nada separándose de los equívocos de la palabra y la dialéctica del reconocimiento. Cuando el pensamiento emerge el acto se desplaza. El acto tiene pues siempre el lugar de un decir. La ética no concierne a los pensamientos sino a los actos que son los que son susceptibles de un juicio.

Hay algo en el sujeto que es susceptible de no trabajar por su bien, más bien al contrario, trabaja para su destrucción. Esto se adecua al concepto de pulsión de muerte y a la cuestión del goce.

La pulsión es un concepto de Sigmund Freud, fronterizo entre la mente y el cuerpo, es un representante psíquico de los estímulos que provienen del interior del cuerpo. Hay dos vertientes de la pulsión: Eros o pulsión de vida (el amor y el deseo), lo que puja por la vida. Y Thanatos o pulsión de muerte, como la violencia, destrucción del mundo, las adicciones, suicidios y homicidios, contaminación del planeta. Cuando la acción destructiva de Thanatos se frena con el empuje vital de Eros, podemos decir que la situación no va del todo mal. Sin embargo, en ocasiones este equilibrio se rompe y es entonces cuando hemos de prepararnos para lo peor, es el triunfo de la pulsión de muerte.

A este displeasure Jacques Lacan lo llama goce. Inicialmente opone el goce al principio del placer, pero posteriormente, unifica el placer y el displeasure bajo el término goce. El placer y el displeasure no son sensaciones diferentes en su esencia y, menos aún, totalmente opuestas como se pretende. El displeasure puede ser un exceso de placer. Lacan utiliza para definir esta característica del goce una metáfora: “de las cosquillas a la parrilla”.

Te rascas por placer hasta que caes en la cuenta de que te has hecho sangre y has entrado en un malestar que puede incluso conducir a un proceso infeccioso muy molesto. Te sientas a disfrutar del placer de una buena mesa y, si no te pones un límite, puedes indigestarte. El placer de una buena copa exige un límite, el exceso conduce a la intoxicación, a la adicción y al alcoholismo. El sol, el baño en el mar, la actividad deportiva, el chocolate, el cordero, los placeres de la vida requieren

claros límites. Sin límites te conduces al exceso, al masoquismo, a la indigestión, al sufrimiento, a la patología de la angustia y de la depresión, a la pereza, al aburrimiento, a la violencia, al suicidio incluso.

Acting-out

Lacan analiza a la luz del caso De Freud “Psicogénesis sobre un caso de homosexualidad femenina” (1920). La joven llegó a su consulta a petición de los padres, había despertado en ellos una gran preocupación, por el cariño e interés que mostraba tener por una mujer mayor que ella y de según parece, no muy buena reputación. La chica no escondía su inclinación hacia la dama y ninguna vigilancia conseguía que no aprovechara cualquier ocasión para encontrarse con ella. La joven mostraba dos aspectos de su conducta en apariencia opuestos: uno la imprudencia con la que paseaba en compañía de su amiga y el otro la insistencia con que recurría a toda clase de engaños para salir de casa. La indignación del padre corría paralela al descaro con que la hija se mostraba en compañía de esta mujer. Un día el padre las encontró paseando por la calle y les dirigió una mirada de indignación, la chica separándose de la dama, se lanzó a las vías del tren.

El acting es algo que se muestra al Otro. En la escucha clínica esta consideración nos resulta de gran utilidad, ¿es posible escuchar en un relato clínico que la tentativa de suicidio está dirigida al Otro?

La escena en la que la joven se pasea por la oficina del padre con su estilo de desafío que Freud describe en su texto. Es en ese momento cuando se produce el encuentro con el padre quien le lanza una mirada cargada de irritación. La joven se lo cuenta a su amada, esta la abandona e inmediatamente después se arroja al puente. Entonces el acting out es ese mostrarse de la joven al padre con su conducta de pasearse con su amada. Se trata entonces en el acting out de una acción que viene al lugar de la palabra, una acción que irrumpe y que es demostrativa de algo. Hay una comunicación entre el acting out y el pasaje al acto que se presenta en este caso como un fracaso del primero.

Es por ello por lo que en otro lugar Lacan dirá que el acting out llama a la interpretación, y que muestra algo distinto de lo que es (en el caso de la joven ella le mostraba al padre en su representación del paseo con la amada, cómo debería él haberla amado a ella). Entonces el acting out muestra en su presentación algo que no es aquello que lo que es mostrado. Si se combinan los dos términos el de mostrar y el del deseo, se puede, señala Lacan, aislar un deseo cuya esencia es mostrarse como otro y así designarse de este modo.

Lo que está en juego en el acting out es la dialéctica del deseo, el sujeto en su llamado intenta decir lo que no puede decir de otro modo, a menudo se observa que los intentos autolíticos no son tanto una decisión incommovible, sino la preocupación del sujeto por si se produce la presencia del Otro que observa la escena y que responde por él. Se trata de un ¿puede perderme?.

Pasaje al acto

Siguiendo con el caso de la Joven, lo que Lacan plantea, es que si la joven se pasea con la amada por delante de la oficina del padre es para, de modo inconsciente, mostrarle como la debería haber amado a ella. Lo que ocurre después es que el padre la mira indignado y en esa mirada se cumplen dos condiciones, una la identificación de la joven con el objeto que es lo que se presentifica en la mirada del padre, y la otra la confrontación del deseo con la ley. “La confrontación del deseo del padre...con la ley que se presentifica en su mirada...Esto es lo que la hace sentirse definitivamente identificada con un objeto de deshecho...rechazada, expulsada, fuera de la escena. Y esto sólo puede realizarlo el dejar caer, dejarse caer”.

Lacan eleva así el intento de suicidio de la joven al paradigma de pasaje al acto. Se trata del movimiento en dirección a evadirse de la escena y esto es exactamente lo que distingue fundamentalmente el pasaje al acto del acting out, tratándose desde este punto de vista de dos conceptos opuestos.

Así pues, la conducta de la joven con la dama, elevada a la función de objeto, es el acting out, a la vez que la tentativa de suicidio es el pasaje al acto. Todo en el acting debe oponerse al pasaje al acto.

Lacan ubica el pasaje al acto como prototipo del suicidio del melancólico. El melancólico no sabe bien lo que perdió con el objeto que ha perdido y por lo tanto no puede llegar a elaborar esta pérdida, es en este sentido tal como señala Lacan, que el objeto es el que triunfa. Retomando a Freud es la identificación con el objeto la que permite comprender la cuestión del suicidio “El análisis de la melancolía nos muestra ahora que el yo no puede darse muerte si no cuando el retorno de la carga de objeto le hace posible tratarse a sí mismo como un objeto; hostilidad que representa la reacción primitiva del yo contra los objetos del mundo exterior”.

Otro factor que puede conducir al acto suicida son los altos niveles de exigencia que desenbocan en sensaciones de impotencia y frustraciones ya que el sujeto siente que haga lo que haga, nunca será suficiente y que nunca consigue el objetivo. Esto constituye parte de una instancia psíquica llamada super yo por Freud. Lacan dirá que el super yo ordena gozar hasta morir, gozar en términos de goce, explicado anteriormente. Por ejemplo: el médico cardiólogo argentino Favaloro, inventor del baipás coronario, se quitó la vida con un disparo en el corazón, tras la imposibilidad de luchar contra la corrupción del país y con la clase política con el fin de que los organismos oficiales pagasen las deudas contraídas con la Fundación Favaloro.

Muchas personas que se suicidan, se encuentran solas. La soledad es estructural en el ser humano. Nadie nos va a entender a la perfección porque su perspectiva nunca será la de uno mismo, cada uno ve las cosas a su manera. No obstante el lazo social ayuda a hacer más llevadera esa soledad estructural. Toda actividad que fomente el relacionarse con otras personas, puede ayudar en

una posible prevención del suicidio. Es importante que estás personas estén dispuestas a hablar de lo que les sucede y las personas de su entorno a escucharles.

El suicidio es uno de los destinos de lo innombrable. Pasaje al acto violento como algo que siempre viene en el lugar de una palabra imposible de decir. Ausencia de palabra.

El aumento constatable de casos de adolescentes que consultan en los Centros de Salud Mental por tentativas autolíticas, decíamos es alarmante. Desde el psicoanálisis apostamos por el trabajo caso por caso y la atención a la singularidad de cada historia relatada. Esclarecer esta singularidad permite determinar mejor de que se trata en cada caso.

Cabe distinguir el acting-out de lo que aparece a veces como demanda de atención de un modo descarnado en forma de amenaza, atendiendo a lo que dijimos de que en al acting-out lo que se muestra es distinto de lo que es.

Por otro lado, es importante distinguir lo que también vía código riesgo suicidio llega a las consultas, adolescentes que se han realizado cortes en su cuerpo como en los brazos o piernas, que a menudo afirman que lo hicieron para cambiar un dolor psíquico por uno físico que soportan mejor. No hay en ello ninguna intención autolítica, de hecho, ellas mismas lo afirman cuando llegan a las consultas “no me quería matar”.

Determinar que algunas tentativas son un llamado al otro no significa en absoluto que no haya que hacerles caso, más bien al contrario, hay que tomarlo muy en serio, precisamente para que eso que sólo se puede mostrar con una tentativa autolítica pueda ser mostrado de otro modo. Que el pasaje al acto no sea un fracaso del acting out como vimos en el caso de la Joven de Freud.

También hay que tener en cuenta que hay ciertas personas a las que no es posible sostener y que acabarán por encontrar su destino, su destino de desaparición.

El psicoanálisis es una invitación para cada uno a hacer un esfuerzo de poesía. Si por poesía entendemos el esfuerzo de poner en palabras ese goce que perturba a cada ser hablante para hacer otra cosa distinta que la destrucción del otro y o de la autodestrucción. En situaciones de violencia, de desconcierto de herrancia siempre es aconsejable recordar los versos del poeta:

Si he perdido la vida, el tiempo, todo
lo que tiré, como un anillo, al agua,
si he perdido la voz en la maleza, me queda la palabra.

Miguel Iglesias
Psicólogo Psicoanalista