

# ¿LA NARRATIVA ES UNA OPCIÓN TERAPÉUTICA PARA LA ATENCIÓN DE UN ADOLESCENTE CON IDEAS SUICIDAS?

*Mtra. Oralia Espinoza Montiel*

Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM

## RESUMEN

El suicidio es un fenómeno complejo multifactorial y contextual, cuyo estudio en adolescentes obedece al incremento en la tasa de suicidios de los últimos años. En México, se calcula que hubo un aumento de 150% en menores de 14 años y del 74% en jóvenes de 15 a 24 años en el periodo de 1990 al 2000 (Del Campo, González & Bustamante, 2013) por lo que esto lo convierte en un problema de salud pública. El abordaje del suicidio en adolescentes implica no sólo atender a los factores que lo precipitan, sino que es necesario conocer los modelos terapéuticos que posibiliten la intervención desde las etapas previas. En este tenor, la terapia narrativa es un modelo capaz no sólo de comprender los significados asociados al “querer morir”, sino una forma de resignificar el sentido de la vida. Se ilustra el trabajo terapéutico con un adolescente con ideación suicida.

*Palabras clave:* suicidio, narrativa, adolescentes, ideación suicida.

Profesora de Asignatura A en SUAYED Psicología. Es Doctoranda en Educación en INAEC, Maestra en Docencia (UDEMEX); Lic. en Psicología (FES Iztacala/ UNAM), Lic. en Pedagogía (FES Aragón/ UNAM); Diplomada en Psicodrama y Terapia narrativa y Diplomada en Terapia breve y familiar por parte de Psicólogos de México, A. C.

Correo: orysemontiel@gmail.com



Recibido: 30 de septiembre de 2021

Aceptado: 3 de noviembre de 2021

Cita recomendada:

Espinoza, O. (2021). ¿La narrativa es una opción terapéutica para la atención de un adolescente con ideas suicidas?. *Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja*, 3(2), 66-71. <https://doi.org/10.22402/j.redes.unam.3.2.2021.404.66-71>



## ESTUDIO DE CASO

DOI: <https://doi.org/10.22402/j.redes.unam.3.2.2021.404.66-71>

## Introducción

El suicidio, acto deliberado de autoinfligirse daño, es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) como un problema de salud pública, cuya incidencia y prevalencia lo convierten en la segunda causa de muerte a nivel mundial. De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021) en la región de las Américas y en específico en México, hubo un incremento de la tasa de suicidio del 16 % en adolescentes de 15 a 19 años durante la última década.

El suicidio, es antecedido por la ideación suicida, es decir por una serie de pensamientos intrusivos y fugaces sobre el deseo de morir y por fantasías autodestructivas y planes para consumar el acto de quitarse la vida. Para Sánchez, Villarreal & Musitu (2013) la ideación suicida es un acto prístino, que puede ser precipitado por factores psicológicos, factores contextuales y sociales interrelacionados, entre los que destacan: abuso sexual, eventos estresantes, consumo de drogas, una historia familiar con antecedentes de suicidio, problemas académicos, escasa comunicación entre padres e hijos y pocas habilidades sociales. Para Del Campo, González & Bustamante (2013) el comportamiento suicida tiene una condición multifactorial, sin embargo, existe una disfunción del sistema serotoninérgico, es decir una pobre producción de serotonina que explica la sensación de vacío y desesperanza que experimentan los individuos con esta condición.

Ahora bien, es importante señalar que el confinamiento producido por la COVID 19 se convirtió en un factor de riesgo para los y las adolescentes, en tanto dejaron de realizar actividades que les producían sensación de placer, como era convivir con sus pares.

El caso que se presenta corresponde a un adolescente de 12 años que se vio afectado por el encierro, pues dejó de realizar las actividades que cotidianamente disfrutaba; dejó de sonreír, tenía insomnio y presentaba ideas recurrentes sobre quitarse la vida,

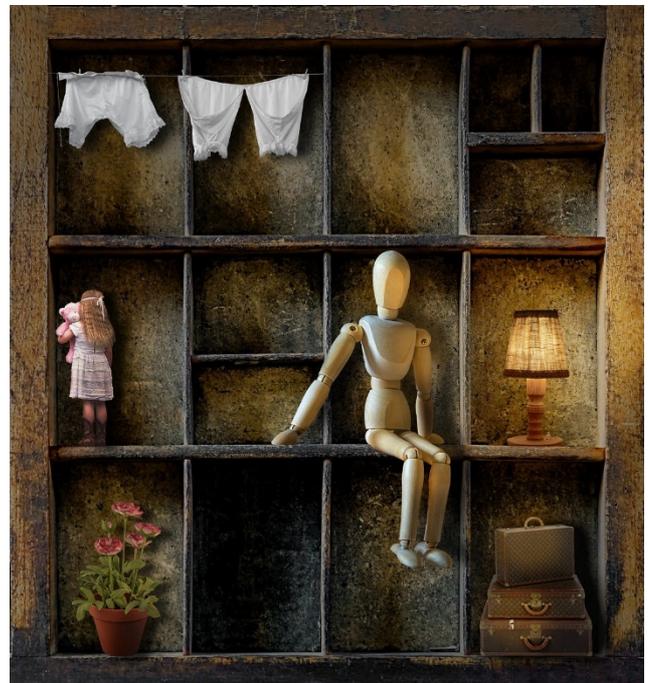
mismas que se le presentaban con una “imagen del colgado” en su cabeza. Se realiza intervención desde la terapia narrativa y se describe la importancia del apoyo familiar para contrarrestar ideas asociadas al suicidio.



## CASO

Adolescente de 12 años, que cursa el primer grado de educación secundaria, con un desarrollo normal según comenta la madre y quien en la primera sesión de consulta manifiesta llanto espontáneo sin saber explicar lo que le ocurre, sólo habla de un temor intenso de quitarse la vida, pues relata que la imagen del “colgado” se le presenta todo el tiempo y que no lo deja en paz. De igual modo, señala que tiene migraña, insomnio, que no come y que no tiene ningún interés en la escuela. La madre narra que duerme con ella, y que le demanda no acuda al trabajo porque “el colgado” lo invita a planear y a pensar en cómo morir. El “chino” como le gusta que le digan, cuenta que no tiene ningún contacto con sus compañeros de escuela y también dejó de frecuentar a los pocos amigos que tenía. El “chino” dice que siente un enorme vacío en su corazón.

acto, definiendo “al cuate” como si fuera un “extraterrestre” que le nublabla la vista, el oído, el gusto y el olfato y que le estaba controlando la mente para hacerlo sentir que nadie lo quiere. Tanto “chino” como la madre, hablaron de las “armas” que poseía “el cuate”, y éstas se vinculaban con arrinconarlo, alejarlo de la familia, para hacerle sentir que estaba solo y que nada tenía sentido en esta vida.



## Intervención

Haciendo uso de la externalización, como medio a través del cual, las personas pueden narrar su propia historia para liberarse, y de esa forma comprender los significados inherentes a su relato, se le solicitó “al chino” que “moldeara” con plastilina la imagen del colgado que le hablaba de la muerte y que le pusiera un nombre. El chino lo llamó “cuate” porque afirmaba tenerlo siempre pegado a su cabeza como si fuera un líquido viscoso que se le adhería como un casco. La madre, que siempre se mostró colaborativa, también participó en este

Para ampliar este ejercicio de externalización, se emplearon preguntas que facilitaron la objetivación, como, por ejemplo: ¿puedes decirme si el “cuate” tiene alguna debilidad? ¿Cómo podrías vencerlo? ¿Qué castigo podríamos darle para que no te vaya a visitar? ¿Habrá alguna manera de deshacernos de él? “El chino” con ayuda de la madre decidió encerrarlo en el cajón del escritorio, no sin antes, golpearlo con un martillo de juguete que “chino” portaba en un llavero. En este acto, le despojaron de una “lanza” que, a decir de la madre, es con la que atormentaba a su hijo.

De igual modo, escribieron una carta al “cuate” para expresar todo el malestar que en la familia les generaba su existir y le hablaron de los “días buenos”, es decir de aquellos momentos en los que “el cuate” no se aparecía en sus vidas y se fue ideando una “historia alternativa” donde “chino” con apoyo de su familia, se mostraba vencedor frente a la batalla que libraba contra este enemigo.

En la carta, expresaron lo siguiente:

*“Querido prisionero: te escribimos para hacerte saber que si sales de ese cajón nos quitas dinero, plastilina, felicidad, paz, hambre, sueño... estando tú allí nos sentimos bien, dormimos bien, comemos bien, el sentido del humor vuelve y yo, puedo escuchar música y sentirme más tranquilo, puedo jugar, compartir tiempo con mi familia, jugar lotería, dominó, Xbox... estamos haciendo planes para hacer un torneo de Marvel vs Capcom y estoy aprendiendo a hacer cosas, como gelatina y ensalada, por eso queremos decirte que tienes prohibido el acceso a nuestras vidas, a nuestras mentes. Debes quedarte en ese cajón oscuro todo el tiempo” ...*



Las excepciones, como puede deducirse, se encontraron en recuperar aquellas actividades que “chino” realizaba antes de la llegada del “cuate” y en ese sentido, desempolvó los instrumentos que tocaba, volvió a invertir tiempo en ensayar, así mismo la madre y más adelante la hermana, también verbalizaron las acciones y estrategias que implementarían en caso de que el “cuate y sus poderes telepáticos” pudieran atormentar a “chino”. Los poderes con los que contaba la familia eran el amor, la paciencia, el apoyo y la solidaridad. Principalmente la hermana decía que, si de pronto notaba la presencia del “cuate”, lo que haría sería acompañar a su hermano a la calle para caminar, dar un paseo y comprar un helado.

En esta nueva historia, donde “el cuate” ya no tenía cabida, la madre, la hermana y “chino” organizaron una pijamada, idas al cine, salidas de paseo y un cumpleaños que fue esperado por la familia, pues “chino” se sentía más tranquilo; ya dormía más y tenía un semblante diferente. Cabe apuntar, que cada integrante de esta familia, incluido “chino”, escribieron sobre sus compromisos y desde luego detallaron el cómo echarían a andar sus poderes en caso de que el “cuate” se escapara de su prisión. La psicoterapeuta les hizo saber que “ellos tenían recursos suficientes” para combatirlo en caso de que se presentara nuevamente, pero ella confía en que el prisionero se quede en ese cajón oscuro por toda una eternidad, pues además tiene un súper candado.

## Análisis

La terapia narrativa considera a la externalización como la técnica que permite que los individuos, no sólo se muestren como protagonistas de su historia al contar lo que les ocurre, sino que estos pueden identificar al problema que les aqueja como algo externo a ellos, dando con esto, la posibilidad de que puedan estructurar herramientas para liberarse de lo abrumador que pudieran ser interpretados los eventos (White & Epston, 1990).



En el caso de “chino”, la externalización favoreció que hablara, que objetivara y desde luego que identificara los “rasgos más débiles” del “cuate”, pero de la misma forma, hallara las excepciones y los momentos en los que él como “artífice” de su propia historia, pudiera vencer al enemigo.

La familia, en este sentido, se convirtió en un elemento clave para la mejoría de “chino”, pues la madre y la hermana le hicieron saber que la comunicación, el amor y la unión son ingredientes para afrontar cualquier situación; sobre todo le hicieron saber que no estaba sólo y que contaba con ellas en todo momento, tanto para objetivar el problema, como para buscar el modo de “acabar con el cuate” y elaborar una historia alternativa. Existe evidencia de que la familia, es un factor protector ante la ideación suicida y aunque también se ha investigado de que un mal funcionamiento familiar y problemas en los hogares pueden desencadenar comportamientos suicidas (Crestuzzo, 2018), con el caso de “chino” se puede ver que la familia, es todo lo contrario, es decir, es un factor social de apoyo.

## Conclusiones

El suicidio es un tema complejo y delicado. Su estudio amerita no sólo indagar en los factores que lo desencadenan, con el propósito de prevenirlo, sino que se hace necesario analizar los abordajes terapéuticos que permitan comprender los significados relacionados con las circunstancias angustiantes que llevan a las personas a idear quitarse la vida, sin que esto se encuentre asociado a un trastorno psiquiátrico.

Existe evidencia (Gómez & Rojas, 2021; Núñez, Maldonado & Rivera, 2018) de que los modelos construccionistas y narrativos, pueden contribuir, desde una lectura contextual y colaborativa, a comprender las historias de las personas y el modo en que ellas, pueden reescribir y reestructurar una historia alternativa a la hegemónica. La conversación, en este sentido es la herramienta primordial para la deconstrucción de creencias e ideas referentes a los problemas de las personas, que, en casos de comportamientos suicidas, son relatos saturados de dolor, donde los protagonistas carecen de herramientas para afrontar los problemas, sin embargo, como se ve en el caso del “chino”, también se puede hallar soluciones en la reconfiguración de las relaciones familiares y de ese modo, descubrir que pese al estar encerrado por el confinamiento, se puede volver a sonreír.

## REFERENCIAS

- Crestuzzo, F. (2018). Narrativas en torno a la historia de vida en pacientes hospitalizados por intento suicida. *Psiquiatría y salud mental*, XXXV (1/2). <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/06/998479/03narrativas-historia-de-vida-pacientes-hospitalizados-intento-87ogD3T.pdf>
- Del Campo, M., González, C. & Bustamante, J. (2013). El suicidio en adolescentes.

*Revista médica del Hospital General de México*, 76 (4).  
<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-del-hospital-general-325-articulo-el-suicidio-adolescentes-X0185106313687322>

Gómez, A. & Rojas, J. (2021). El construccionismo social en la conducta suicida: conversaciones narrativas con estudiantes universitarios. *Quaderns de Psicologia*, 23 (1).  
<https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1561>

Núñez, H., Maldonado, N., & Rivera, C. (2018). Modelo Construccionalista Narrativo como abordaje epistemológico para la prevención del suicidio. *Revista Griot*, 11(1), 53-69.  
<https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/11866>

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Es preocupante el aumento del comportamiento suicida en niñas, niños y adolescentes durante el 2020*.  
<https://www.paho.org/es/noticias/29-8-2021-es-preocupante-aumento-comportamiento-suicida-ninas-ninos-adolescentes-durante>

Sánchez, J., Villarreal, M. & Musitu (2013). Ideación suicida. En G. Musitu (Coord.), *Adolescencia y familia. Nuevos retos en el siglo XXI* (pp. 273-290). Trillas.

White, M. & Epston, D. (1990). *Medios Narrativos para fines terapéuticos*. Paidós.

Connell, R. W. (1997). La organización social de la masculinidad. En Valdés & Olavarría (eds). *Masculinidad/ es: poder y crisis* (pp. 31-48). Isis Internacional.