El Norte de Castilla
VALLADOLID

Fecha:	15/09/2024	Audiencia:	66.983	Sección:	LOCAL
Vpe:	2.294 €	Tirada:	20.174	Frecuencia:	A
Vpe pág:	4.370 €	Difusión:	19.138		
Vpe portada:	885 €	Ocupación:	80,92%		

Pág: 8

«Los familiares de quienes se suicidan son los grandes olvidados de la salud mental»

Laura González Fraile recuerda a su hermana Elena, pintora cuya obra se expone para sensibilizar sobre la salud mental y la prevención de las conductas suicidas

VÍCTOR M. VELA

VALLADOLID. «Esta exposición nace a raíz de la muerte de mi hermana Elena», dice Laura González Fraile (Valladolid, 1977), mientras su mirada se pasea por una serie de estampas atmosféricas de Barcelona, de paisajes castellanos y mediterráneos, de limones en lienzos llenos de un color que Elena vio cómo se difuminaba en sus últimos días de vida. Tenía 45 años cuando decidió que ya no más. Elena se suicidó en mayo. Y ahora, apenas unos meses después, su memoria revive no solo a través del recuerdo de su hermana, del cariño de su familia, sino en el testimonio directo de las decenas de cuadros que dejó.

Parte de su inabarcable obra se exhibe en estos primeros días de septiembre en el centro cívico José Luis Mosquera. El 17 de diciembre recalará en el Canal de Castilla (de La Victoria). La muestra cuenta con el respaldo de El Puente Salud Mental y se ha convertido en una vía para sensibilizar sobre la prevención de la conducta suicida y visibilizar el duelo que viven las familias. El inmenso dolor, a veces también la culpa, de los que se quedan aquí.

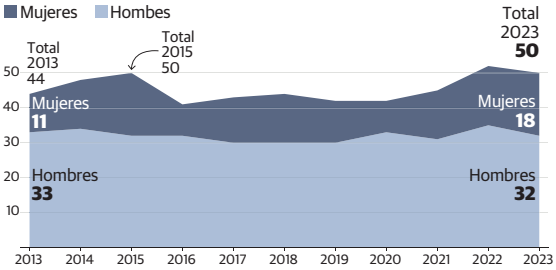
«El duelo por suicidio es muy complicado, mucho más difícil de elaborar que cualquier otro tipo. Al hecho de ser una muerte autoinfligida se añade que sea repentina e inesperada. Inexplicable para los familiares y allegados», asegura Rosa Calderón, psicóloga de El Puente Salud Mental Valladolid. «La familia es la gran olvidada», reconoce Raquel Barbero, presidenta de la entidad, quien añade que en ocasiones asaltan preguntas desasosegantes. ¿Se podría haber hecho más? ¿He sido consciente de los síntomas de alarma? Eso puede llegar a afectar seriamente a las personas más cercanas a quien se ha quitado la vida. La gran referencia en este tipo de situaciones es la Unidad de Supervivientes de Duelo por Suicidio del hospital Río Hortega. Allí han acudido Laura y especialmente su madre. «Le está ayudando mucho. Es un espacio que te permite dar forma a lo que sientes a través de la palabra, una manera de ir aceptando el duelo y ser escuchado sin prejuicios ni consejos». Pero eso no siempre es suficiente. «Nosotros también contamos con grupos de apoyo a familias, pero nos gustaría llegar de forma específica a los familiares de personas que se han suicidado. Ojalá hubiera más líneas de financiación para este tipo de acciones», reconoce Pablo Moreno, director de El Puente.

Laura González Fraile, frente a los cuadros que pintó su hermana Elena. RODRIGO JIMÉNEZ

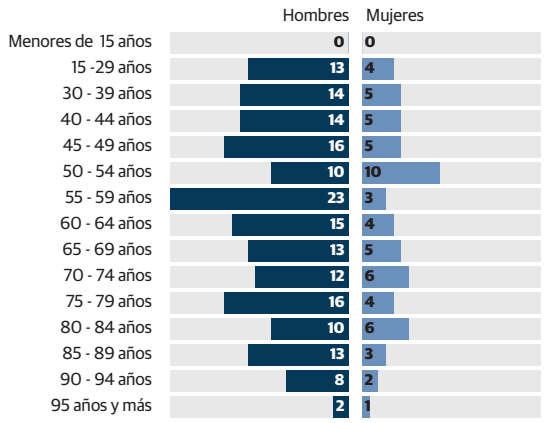
«Es imprescindible», añade Laura. «El dolor lo vas a tener siempre ahí, no se va a pasar, pero hay que vivirlo de una forma sana. Al sentimiento de angustia, culpa, tristeza... sumas lo perdida que te encuentras, la falta de información y de recursos. No sabes qué hacer ni dónde acudir». Porque el entorno de las personas que presentan un problema de salud mental también se ve afectado y, aunque se dice mucho, es fundamental cuidar también al cuidador». Laura tuvo como compañero durante gran parte de su vida un trastorno depresivo severo. «El último tratamiento la dejó muy limitada. Se sentía inútil. Se veía lenta, refería temblores, era como una especie de robot», rememora Laura, quien prefiere recordar otras etapas más luminosas en la vida de su hermana Elena.

«Era una artista en su vida y su obra. Iba en contra de las normas y de las imposiciones. Le gustaba la libertad». Y eso se ve en sus trabajos. Primero estudió diseño de interiores en la Escuela de Arte y allí descubrió esa vena artística que le sirvió durante lar-

Número de suicidios en Valladolid provincia



Suicidios por edad en Castilla y León EN 2022



Fuente: INE