



CONCURSO


# Somos lo que NO S PASA V

PERFILES Y RETRATOS

En agradecimiento a los  
participantes de  
**"Somos lo que nos pasa"** por  
volcar su conocimiento y sus  
reflexiones en el concurso.



[www.securitasuruguay.com](http://www.securitasuruguay.com)

 /SecuritasUruguay

 @securitasuy



ALFREDO, LILIÁN Y RUBENS SE ENFRENTARON CON EL SUICIDIO Y SE CONVIRTIERON EN APOYO Y GUÍA DE SUS VECINOS CON LA ONG ÚLTIMO RECURSO. EN EL OESTE, LA ZONA CON MÁS MUERTES POR ESTA CAUSA DE MONTEVIDEO, ELLOS SE DEDICAN A SALVAR VIDAS. CON SU HISTORIA, LA PERIODISTA FERNANDA MUSLERA GANÓ EL CONCURSO DE PERFILES Y RETRATOS QUE COORGANIZAMOS CON SECURITAS.

# LOS SALVADORES DEL CERRO

Es otro día frío y nublado de una primavera que quiere parecerse al invierno. En la Iglesia Nuestra Señora de Fátima, en el Cerro, unos niños juegan al fútbol en la cancha de cemento. Frente a ellos, un grupo de mayores entra a un salón y se acomoda en ronda. Todos se conocen, salvo por una cara nueva: la de un hombre menudo, de más de 70 años, de campera azul y ojos claros, que parece mirar desde un lugar lejano, ajeno, solitario. Cuenta que viene de Carrasco, que tuvo una hora y media de viaje, y todos le dan la bienvenida. La reunión comienza y se van desgranando las historias. Cuando llega su turno, el hombre dice:

—Abracé la idea del suicidio. No veo nada que pueda sacarme de este pozo. Suspendí por 15 días la decisión de matarme porque le voy a dar el beneficio de la duda al grupo.

Se hace un silencio corto y los rostros no denotan sorpresa. Después de todo, ese salón con escenario, globos colgados y claves de música dibujadas en los pizarrones alberga una vez por mes los talleres de la ONG Último Recurso, fundada por el sacerdote franciscano Pedro Frontini en 1989, con la misión de prevenir el suicidio en el país.

Calmó pero rápido de reacción, Alfredo Rodríguez, un vecino del Cerro pocos años menor que el hombre de mirada ajena, inclina su cuerpo para verlo de frente y le dice:

—Algunos nos fijamos una fecha, pero tuvimos la suerte de que alguien nos acercara hasta acá. Nosotros vivimos lo tuyo, te vamos a entender, y vas a encontrar, estoy seguro, ese horizonte que buscás.

El hombre asiente y no emite palabra, pero la voz del vecino transmite seguridad y empatía, la de una persona que sufrió el suicidio de su padre y una depresión que lo llevó al borde de su propia aniquilación:

—Hoy me ves acá y me siento invadido de satisfacción por formar parte de este grupo. Como primera medida, alargá el plazo. Abrí el pecho y tiré toda la basura que tengas —agrega, sin perder el contacto visual y emocional con el hombre.

Alfredo le pide que diga unas palabras a Rubens Masanti, el amigo de 81 años que se sienta a su lado, y él pronuncia una de las frases-emblema de Último Recurso: “El que se quiere suicidar no quiere morir, quiere dejar de vivir así”.

El hombre de Carrasco cuenta que es viudo, que sus dos hijos viven en el extranjero, que llegó a Último Recurso porque su sobrino descubrió las cartas de suicidio pegadas en la heladera. Lilián Peña, otra vecina del Cerro, lo mira con los ojos bien abiertos y dice:

—No te das idea del dolor que dejás; nosotros nos sentimos tocados, imaginate tus hijos.

La mujer sabe bien de lo que habla: su hijo de 23 años se suicidó hace nueve, sin palabras de despedida, sin explicaciones, sin haberle pedido ayuda. Ella aún se pregunta por qué.

Alfredo, Rubens y Lilián son, en la actualidad, los tres principales referentes vecinales de Último Recurso en el Cerro. Pese a continuar con sus terapias, colaboran con el trabajo que realiza la ONG, tanto acercándoles vecinos en los que hayan identificado factores de riesgo de suicidio como brindando a sus congéneres comprensión y apoyo para que no sufran lo que ellos padecieron.

Luego de la crisis de 2002, cuando las tasas de suicidio se dispararon en el país por la crisis económica, la Intendencia de Montevideo le pidió a la ONG, dirigida por la psiquiatra Silvia Peláez, el primer Plan de Prevención de Suicidio en Uruguay. Desde 2004 se radica en el Oeste de la capital (Cerro, Casabó, La Paloma, Pajas Blancas, Rincón del Cerro, Cibils y la Boyada, Villa Esperanza, Nuevo Amanecer y la Teja), área que sigue siendo la más afectada del departamento. Las adicciones y el factor económico son los principales motivos que llevan a sus vecinos a quitarse la vida, en un país en el que todos los días mueren por esta causa entre una y dos personas.

Hoy Último Recurso trabaja en Cardona (Soriano), donde se registró a mitad de año una ola de suicidios: viven 4.600 personas y hubo siete en menos de dos meses. Cuenta, además, con una línea telefónica de crisis para todo el país que atiende las 24 horas y tiene cinco puestos “centinela” en el Oeste de Montevideo, que reciben entre 10 y 15 personas por día.

No obstante, uno de los aportes más significativos de la ONG es el trabajo con los referentes barriales. Patricia Wels, profesional de la institución, destaca que la solidaridad en el Cerro facilitó el trabajo con ellos y ayudó a la

prevención de suicidios. “Son gente con mucha dedicación al otro. Esto no lo hemos visto en otras zonas”.

Fue el 16 de julio de 1973, fecha del aniversario del Maracanazo, recuerda Alfredo. Esa mañana su padre despertó como cualquier otro día. “¿Comemos puchero?”, le preguntó a su mujer y salió a hacer los mandados. Cuando regresó dijo no sentirse bien, se acostó y le pidió a su esposa que le alcanzara un té con dos aspirinas. La caldera comenzaba a entrar en calor cuando el disparo sonó desde la habitación.

La relación de Alfredo con su progenitor nunca había sido buena: alcohólico y golpeador, se iba de la casa por días y volvía sin dinero, hasta que una vez se fue del todo. Tres años después apareció sin que nadie osara preguntar por qué. Algo había cambiado: no volvió a pegarle a su mujer. Casi una década después se quitó la vida.

“Nunca superé el suicidio de mi padre, no supe hacer el duelo. De ahí en más comenzó mi carrera depresiva”, confiesa Alfredo, jubilado como conductor de ómnibus y encargado de zapaterías, padre de dos mujeres y abuelo de varios nietos que viven en Estados Unidos, hermano mayor de un hombre que murió hace dos años por causa del alcoholismo, otra indeseada herencia paterna.

Con los ojos verdes y una calvicie completa que, paradójicamente, disimula sus 68 años, Alfredo es una cara conocida en Villa del Cerro y no es difícil comprobarlo. Hablar con él en el patio de su casa sobre la calle Berna implica la aparición continua de personas con las que intercambia saludos. “Hola, vecino, ¿qué tal está usted? ¿Vio qué linda temperatura?”.

A su regreso de Argentina tuvo la peor caída de todas. Hace tres décadas Alfredo se fue a vivir al barrio de Chacarita, en Buenos Aires, con su mujer y sus dos hijas adolescentes, donde se hizo cargo de un almacén con vivienda. Aunque rápidamente el esfuerzo de trabajar casi sin descanso dio réditos, pasado un año decidió mover otra vez a su familia a Uruguay. Los problemas para documentar a sus hijas y la mala salud de sus suegros motivaron el regreso. Lo realmente insoportable fue la culpa.

De allí en más las cosas empeoraron. De manera gradual, comenzó a dejarse estar. Se le hizo costumbre levantarse a almorzar y volverse a acostar, hasta que la depresión fue tan profunda que no quería salir.

—También pasé la “etapa de chanco”, la de no asearme. Mi mujer me llevaba a la ducha. Tengo una compañera de fierro; con otra seguramente no hubiera salido —dice Alfredo sobre Alicia, con quien lleva 50 años.

Con la voz hecha un hilo y por fin fumando el cigarrillo que sostuvo sin encender por más de una hora, llega al momento clave:

—Tuve el revolver acá —cuenta y se señala la sien—. Sentí el caño frío. No me dio el coraje. Algunos dicen que es cobardía, otros que fui valiente. No sé qué pasó, pero no pude hacerlo. ¿Y si mis hijas hubieran vivido lo que yo viví después del suicidio de mi padre?

El caso de Alfredo refleja los riesgos a los que se enfrentan los “sobrevivientes” del suicidio: así se denomina a aquellos que perdieron por esta causa a una persona significativa. De acuerdo a Peláez, el duelo por suicidio es uno de los más difíciles de resolver, porque viene cargado de culpa y rabia, a lo que se suma la fantasía de que la muerte podría haberse evitado, el temor a sentirse acusado y no asumir que es el otro el que tiene que procurarse lo que necesita. “Uno no tiene que sentirse culpable porque no hizo algo que ignoraba”, señala la psiquiatra. “También está el riesgo de la conducta aprendida: ¿si mi familia lo hace por qué no lo voy a hacer yo?”.

Por consejo de un amigo, Alfredo aceptó internarse en la Colonia Etchepare, donde recibió electrochoques. Una vez fuera, continuó con la terapia, pero no fue hasta que conoció Último Recurso que pudo revertir su situación. Fue Peláez quien lo atendió en su primera consulta y, en lugar de los 20 minutos que le dedicaban en su mutualista, estuvo con ella una hora y cuarto.

Comenzó a ir a los talleres de Último Recurso, donde conoció a Rubens —otro referente del Cerro; para Alfredo, su “ídolo”— y allí empezó a entender de qué manera podía ayudar a sus vecinos, aquellos que conocía de toda la vida, pues en su barrio muchos son propietarios y las casas van pasando de generación en generación. Alfredo comienza a contar la historia de unos y otros, y estremece la cantidad de personas que se han quitado la vida o estuvieron a punto de hacerlo en ese puñado de calles.

Ya sea mediante la ONG o por sus vecinos, Alfredo se entera de personas con riesgo de suicidio en la zona e intenta llegar a ellas y ofrecerles su apoyo y compañía.

—En algunos casos no lográs convencer. Yo he ido a buscar a una víctima de violencia doméstica con hijos drogadictos. Tres veces fui, pero ella no quiso salir de su casa por miedo al marido.

Otras veces esa ayuda ha dado resultado, como con Enrique, quien vive a unos metros de Alfredo y estuvo al borde del suicidio luego de separarse de su mujer.

—Lo que me salvó fue haber conocido a Alfredo, mi hijo y la Iglesia Evangélica —asegura el hombre de piel curtida y dentadura incompleta, ya sin ánimo de quitarse la

vida pero con la soledad aún acurrucándolo en su laberinto.

Franqueado por un par de platos, cuelga de la pared anaranjada de la casa de Alfredo el Premio Francisquito, una artesanía de madera con la figura tallada de San Francisco de Asís, que realiza Rubens y Último Recurso otorga a los referentes que se hayan destacado por su trabajo. Una frase del Talmud está inscrita en la pieza y en el corazón de este vecino del Cerro: “Quien salva una vida, salva la humanidad toda”.

El Francisquito de Lilián, de 56 años, quien vive en una casa coqueta a un par de cuadras de la terminal de ómnibus, también tiene una posición de privilegio en la pared del living de su casa. Lo obtuvo en 2013, cuatro años después de llegar completamente devastada a Último Recurso.

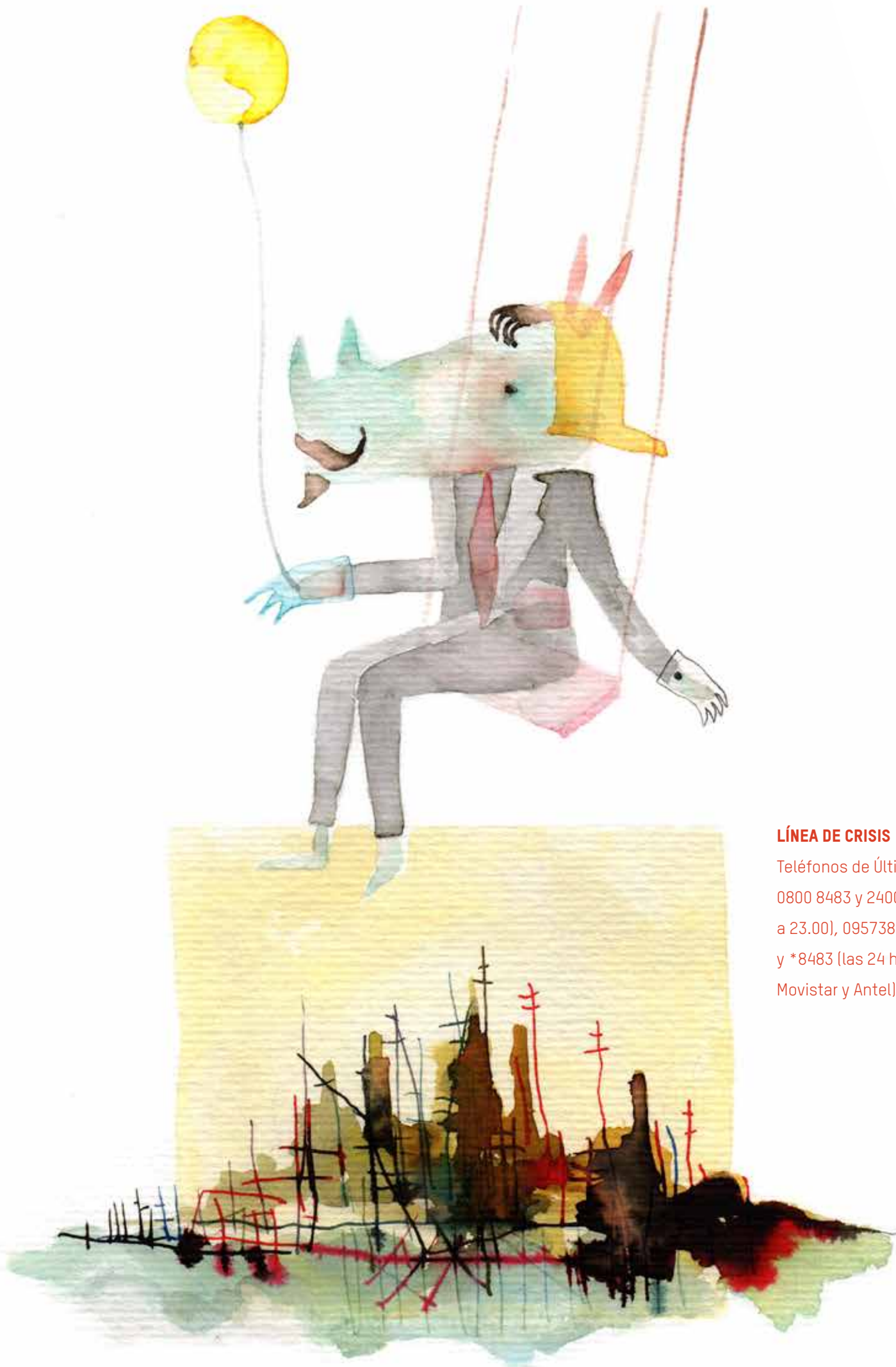
Fiel a su modo de ser cálido, Lilián me invita con el almuerzo, mientras sus tres perros le hacen compañía en la cocina y su marido pinta en silencio una de las habitaciones.

—El día en que no volvía me dije “Gonzalo no viene más”. Casualmente también estábamos pintando la casa y desde esa vez no lo volvimos a hacer. Él me había ayudado con el techo del comedor un viernes de tarde y a la noche salió. ¿Vos sabés que preparé la pintura de la pared de un gris oscuro? Entonces vino mi hija y me dijo “mamá, qué color tan espantoso, ¿por qué hiciste eso?”. “No sé, me salió así”, contesté. Cuando vino la Policía a casa yo les dije: “Está muerto, no me den vueltas, mi hijo está muerto, ¿verdad?” —cuenta Lilián casi sin pestañear, como si el tiempo le hubiera ganado la batalla a las lágrimas, pero no al sufrimiento.

—Me costó cuatro años desarmar su cuarto. Ahora lo estamos pintando. El último que lo pintó fue él, de celeste. Nos animamos y lo cambiamos a amarillito.

Lilián describe a Gonzalo como un chico muy introvertido, que no tenía amigos. Estudiaba ingeniería y le iba muy bien en su carrera. Me muestra unas pocas fotos. Las guarda en un cajón, para evitar que el pecho se le comprima a cada rato. En ellas aparece un chico delgado, la tez pálida, el pelo corto. Llama la atención la seriedad en su rostro, pero cuesta descifrar si el gesto habla de quién era él o de cómo su cara de papel me interpela a mí.

Ella intuía una fragilidad en su hijo que la atemorizaba, pero nada la preparó para ese día de octubre en que la Policía lo encontró muerto en un hotel. El siguiente año y medio Lilián lo pasó pegada al teléfono esperando la llamada de sus abogados, aferrada a la idea de que había sido un asesinato. Hasta que un día las pruebas no le dejaron otra opción que asumir que fue un suicidio.



**LÍNEA DE CRISIS**

Teléfonos de Último Recurso:  
0800 8483 y 2400 8383 (de 19.00  
a 23.00), 095738483 (todo el día)  
y \*8483 (las 24 horas, gratis, por  
Movistar y Antel).

0800 8483 y 2400 8383  
095738483  
\*8483

## MUCHO MITO Y Poca PREVENCIÓN

De acuerdo a datos de Último Recurso, el suicidio en Uruguay está en aumento desde hace cuatro décadas. En 1963 la tasa era de 10 cada 100.000 habitantes y en 2002, año con más muertes hasta la fecha, se duplicó. En zonas del Cerro, como Cerro Norte y La Boyada, el número se elevó a 40.

Según el Ministerio de Salud Pública, en 2014 la media de suicidios fue de 17,4 cada 100.000 habitantes, lo que equivale a 601 personas. El 77,5% eran hombres. Los que intentaron matarse fueron 3.395.

A nivel estatal existe un plan interministerial de prevención de suicidio, realizado en 2011, que ofrece un seguimiento profesional durante seis meses para las personas que han intentado quitarse la vida.

El área de Salud Mental del Ministerio de Salud Pública (MSP) presentó en diciembre un proyecto sobre salud mental. Por otro lado, se está diseñando un plan 2016-2020 sobre suicidio. Se trata de un plan ambicioso que prevé, en primera instancia, fortalecer la formación de los profesionales. Un estudio reciente del MSP sobre las percepciones de los recursos humanos en salud pública en relación a los intentos de autoeliminación en adolescentes verificó la falta de formación en suicidios y la presencia de mitos y estigmatizaciones (“el que se quiere matar no avisa”, “lo hace para llamar la atención”) en médicos y enfermeros. También se exigirá a los prestadores de salud una línea telefónica para las personas con riesgo de quitarse la vida.

Aunque Uruguay presenta la tasa de mortalidad por suicidio más elevada del continente junto con Cuba, la directora de Último Recurso advierte que hay que relativizar los números porque hay países que no llevan un registro adecuado. Por otro lado, sostiene, el índice en Uruguay es alto porque hay pocos programas de prevención. “La única línea de crisis que funciona es la nuestra. No podemos decir que es un país de suicidas si no se aplicaron medidas más intensas”.

En el Cerro, donde la ONG trabaja desde 2004, se observó un descenso en los suicidios. La tasa en mujeres durante ese año fue de 12 cada 100.000 habitantes y en 2006 pasó a 9,6. En hombres el número bajó de 38,3 en 2005 a 30,6 en 2006.

La ONG realiza un seguimiento diario del paciente cuando está en situación de riesgo, explica Patricia Wels. “Lo terapéutico no es simplemente la psicoterapia: hablar con un familiar, hacer una consulta a un abogado, ayudar a buscar en una bolsa de trabajo, en ocasiones son pequeñas cosas que destraban una situación”. II

—No hubo ni una carta ni un por qué. Para mi esposo y para mí nuestros hijos son el amor de la vida. Fueron a colegio católico, se criaron con buena gente. Si hasta no queríamos que trabajaran para evitarles esa presión.

Cuando aceptó que Gonzalo se había matado, Lilián comenzó a hacer terapia en su mutualista, pero no fue hasta que llegó a Último Recurso que pudo tolerar la pérdida.

—Encontré mucha contención, disponibilidad a cualquier hora, un abrazo cálido, palabras humanas. Me enseñaron a vivir con mi dolor, pero a vivir. También me ayudaron los compañeros, sobre todo Alfredo, que fue un referente para mí.

Se enteró de la existencia de Último Recurso por una vecina que le comentó de la ONG en la feria. Después de unos años comenzó a ayudar a personas con ideas suicidas, ya sea escuchándolas, dándoles comida y cobijo en su casa o acompañándolas a su internación.

—Después de que él se murió, con mi marido nos dedicamos a hacer cosas por los demás. Lo que podemos, tanto sea adoptando un perrito, preparando comida para dar, juntando ropa. Esas cosas me hacen sentir bien, porque en general yo no soy feliz. Mi hijo tenía problemas y no los sabía expresar, no podía. Yo quedé tan comprometida con esto porque no quiero que nadie pase esta situación. Se puede revertir, se puede prever, la persona puede estar dando datos sin hablar —dice, y sus ojos continúan fijos y sin lágrimas.

Último Recurso también le dio a Lilián un espacio de contención y un lugar en el que no sentirse etiquetada como “la madre a la que se le mató el hijo”.

—Tengo vecinos de hace 30 años que cuando me ven cruzan la calle. Me llevé muchísimas decepciones. Estaba en un estado muy vulnerable y hubo amistades que se aprovecharon en lo económico. En la familia de mi esposo el nombre de mi hijo no se dijo nunca más. Yo lo nombro a propósito, como diciendo: él sigue vivo en mí, él existió.

**D**e vuelta al taller esa mañana fría de primavera el tema del encuentro son las amistades y los vínculos. Quienes llaman a la línea de crisis suelen ser personas que están solas, dice Viviana Bula, profesional de Último Recurso a cargo de esa sesión. La soledad también aparece allí, en ese salón en el que circulan galletitas y resuenan los ladridos de los perros. En el Cerro siempre ladran perros.

“Nunca tuve amigos”, comenta una señora de 63 años, de jogging gris y lentes. “Cuando iba a la escuela una vez le conté algo a una compañera y se enteraron todos”. Otra

mujer, unos 15 años menor, madre de dos hijos pequeños, de cabello rojo y llamativa verbosidad, narra que extraña la independencia monetaria de cuando trabajaba y que trata de paliar la soledad usando Facebook.

Al hombre de 58 años y barba candado que se sienta a mi lado, en cambio, le faltan las palabras. Dice que es portero de un edificio y que hace tiempo sufre el acoso laboral y sexual de un vecino, que su madre anciana, muy enferma, vive con él y que le cuesta abrirse a nuevas personas desde que un gran amigo fue asesinado por la dictadura.

Hace poco, sin embargo, se reencontró con unos colegas de la juventud. Uno de ellos, al que la vida le dio felicidad y riqueza, padece un cáncer terminal. Él lo va a visitar todos los días.

—Uno que se quiere morir ayuda a alguien que no se quiere morir. No sé qué va a pasar cuando parta.

Cuando Alfredo y Rubens toman la palabra, el hombre me susurra que los admira. Rubens, un hombre octogenario, y otro de los pilares del grupo, genera ese sentimiento no sólo en ese compañero sino en muchos otros que destacan su compromiso, su fortaleza, su capacidad de palabra. Ganador de un Francisquito que él mismo talló sin saber que era para él, cuesta creer que este hombre afable y jovial, de cabellera abundante y labios imperceptibles, haya estado al borde del suicidio por problemas con su esposa, en gran medida, por causa de la incomunicación.

—Estaba en la tesitura de querer quitarme la vida para perjudicarla —cuenta al término del taller—. No resistía sus quejas, pero nunca me vino a la cabeza por qué ella me echaba cosas en cara. Cuando llegué a Último Recurso, fui desentrañando asuntos que tenía adentro. Porque a veces te parece que un momento crítico es tuyo solo y no pensás que es de la familia. Sentía que no me querían y yo era el que traía el sueldo a casa. Empecé a dejarme estar, a tomar alcohol, a engañarla. Cuando comprendí eso, comencé a recomponer el asunto. En Último Recurso abrieron mi cabeza y también mi corazón.

**D**iez días después del taller vuelvo a pensar en el hombre de Carrasco y en que falta poco para que venza el plazo que se fijó. Llamo a Alfredo y me cuenta que lo llamó y lo escuchó bastante bien. Hace terapia dos veces por semana en la casa de Peláez.

—Lo más alentador —relata— es que le pregunté cuándo podíamos tomar un café y me dijo: “Tranquilo, entre todos me están cambiando las ideas. El café lo tomamos en el próximo taller”. II