

ENTREVISTA >

Francisco Villar, psicólogo: “Los adolescentes se suicidan por lo mismo de antes, pero ahora las redes les asfixian la vida”

El experto catalán en la salud mental de los menores es partidario de que hagamos con las redes sociales como con la llegada de los coches: limitar el acceso a partir de cierta edad

NOELIA RAMÍREZ

04 MAR 2023 - 05:30 CET

    51 



Francisco Villar, este invierno en Barcelona.
MASSIMILIANO MINOCRI

[En 2021 se suicidaron en España 314 menores de edad](#). Según los últimos datos disponibles del Instituto Nacional de Estadística (INE), 22 de esos fallecidos eran menores de 15 años, un 57% más que en 2020. Por cada suicidio consumado, hay entre 100 y 200 intentos de cometerlo. “Solo hay una cosa peor y más grave que te digan que tu hijo ha fallecido: que la persona que más quieres en este mundo haya matado a la persona que más quieres en este mundo”, cuenta Francisco Villar, psicólogo clínico de 46 años que cumple este 2023 una década como coordinador del programa de atención a la conducta suicida del menor en el Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona. Nunca se visualizó desempeñando ese puesto, pero desde que este barcelonés atendió a la familia de un menor en cuidados intensivos tras haberse precipitado al vacío, entendió que ese era su camino. El de escuchar y detectar las problemáticas concretas que están provocando que cada vez más chavales quieran quitarse la vida.

MÁS INFORMACIÓN

Marta Peirano: “No sabes si puedes dejar a tu hijo de 15 años solo con las redes”

Para arrojar luz sobre esta realidad creciente, Villar ha publicado [Morir antes del suicidio. Prevención en la adolescencia](#) (Herder, 2021), un manual para desmontar mitos y nombrar lo que muchos quieren hacer ver que no existe. “Cuando empecé en esto no tenía ningún hijo y ahora tengo cuatro. Supongo que enfrentarte a la muerte te da más ganas de vivir la vida”, recapacita, prácticamente al alba, en las oficinas de Herder, donde ha programado esta entrevista antes de empezar su jornada laboral.

PREGUNTA. ¿Qué le motivó a escribir este libro?

RESPUESTA. Que no existiese ninguno. Muchas veces se habla del suicidio como una cosa multifactorial, multicausal, como algo complicadísimo. Entendí que me hubiese hecho falta para mi práctica diaria. También que tenía que transformar ese dolor que solo se comparte con las familias en prevención para al futuro. Cuando algo está muy silenciado, te quedas solo con tu sufrimiento. No tiene por qué ser así.

P. Aclara que el suicidio no es una enfermedad. Quiere derribar el mito de que todos los suicidas son enfermos mentales.

R. ¿Cómo una problemática que es la principal causa de muerte entre los jóvenes, para tratarla, parecía que había que pasar por todos los circuitos de salud? El suicidio estaba por debajo de la salud mental, en primera instancia, y de la depresión, en segunda. Pero, por ejemplo, si el suicidio está relacionado con el *bullying*, que es una problemática concreta, ¿por qué todo tenía que pasar por una patología mental? El acoso no es un trastorno mental, como tampoco lo son los abusos sexuales o el maltrato. El suicidio puede derivarse de un trastorno, pero no es una enfermedad.

P. ¿Por qué cree que se suicidan más los adolescentes?

R. Los adolescentes se suicidan por las mismas cosas de antes, pero ahora las redes les asfixian la vida. No quiero sonar muy pesimista, pero las redes están acabando con ellos. Estamos en nuestro peor momento: tenemos que seguir haciendo el trabajo que teníamos pendiente, pero las pantallas y cómo afectan al neurodesarrollo en la infancia han hecho muchísimo daño y nos ha desbordado.



Francisco Villar Cabeza, en Barcelona este invierno.
MASSIMILIANO MINOCRI

P. ¿En qué términos?

R. Piensa en el *bullying*. Antes a ese chaval le acosaban cuatro cafres en el entorno escolar y ya era grave, pero ese chico volvía a casa angustiado y allí encontraba el apoyo de sus padres. Un respiro para contarlo. Ahora resulta que, mientras dormía, alguien de 12 años le ha hecho un meme, y esa burla brutal está colgada en las redes y no sabe qué extensión tiene. Sienten que el acoso les persigue por todos los sitios, no les da descanso.

P. Queremos pensar que los nativos digitales saben lidiar mejor con estas situaciones.

R. Eso es absurdo. Las redes sociales son como las máquinas tragaperras, están programadas para generar adicción. Y están fomentando, y sin poner freno para remediarlo, porque muchos se están enriqueciendo con ello, la anorexia y el suicidio.

P. ¿Qué propone?

R. No abogo por un apagón general, pero si la llegada del vehículo cambió la organización social, y se estipuló que no se podía conducir hasta los 18, con las redes deberíamos operar igual. Si yo dejo mi coche a mi hija de ocho años y ella mata a alguien, ¿de quién es la culpa? No te puedes imaginar el nivel de satisfacción que tienen los chicos con las cuentas en redes pro suicidas. Da igual que estén en Huelva o en Alicante. Esos chavales tienen más contactos y, a la vez, están más solos que nunca.

MÁS INFORMACIÓN

Redes sociales: cuando compartir es humillar

P. Incide en la necesidad de perfección que sienten muchos adolescentes. ¿Les estamos exigiendo demasiado?

R. Muchas veces, lo peor que le puede pasar a un chico es que se le dé bien algo. El modelo competitivo y de consumo en el que socializamos nos hace estar en un nivel de insatisfacción perpetua. Ya no necesitamos un jefe persecutorio, nosotros ya somos el explotador y el explotado. Y eso, a los

adolescentes, los destroza.

P. Aboga por espacios seguros para reflexionar sobre las ideaciones de suicidio. En no hacer caso omiso de las mal etiquetadas como “llamadas de atención”.

R. ¿Qué consigue alguien diciendo que se quiere matar? Si yo hago una pataleta porque quiero un regalo y me lo compran, consigo algo. ¿Qué consigues diciendo que vas a acabar con tu vida? Consigues que tu pareja te deje, que tus amigos se distancien de ti, que tus padres se conviertan en un ente persecutorio. Nadie mejora su vida amenazando con matarse. Están pidiendo ayuda.

P. El problema es que de esto no se habla. Y muchas veces no se cuenta, como se ha hecho en los medios, por el miedo al efecto del contagio social.

R. En las escuelas, por ejemplo, estaba proscrito hablar del suicidio. Me he encontrado con profesores que llevan dando clases 20 años y no han tratado el tema. ¿Cómo puede ser que les haya pasado por delante sin hacer nada? El suicidio se puede entender de forma muy sencilla. No le quita impacto, y yo entiendo el respeto y el miedo que impone, pero, más allá del efecto contagio, entenderlo de forma clara nos puede ayudar a intervenir y prevenirlo.

P. ¿Y qué les diría a los que abogan por la libertad de decidir acabar con su vida?

R. Aquí creo que cabe distinguir entre eutanasia y suicidio. No es lo mismo y hay que diferenciar las cosas para saber tratarlas. Mi trabajo es intentar doblegar esa supuesta libertad de elegir frente a un chico que me diga que quiere morir. No estaré de acuerdo con esa decisión. Soy intransigente con esto: quizá, lo que me está queriendo decir es que quiere matar una forma de vivir, no matar la vida.