

## Reflexiones sobre lo que no tiene nombre, de Piedad Bonnett

Elegimos este libro para reflexionar sobre el suicidio, pero lo cierto es que es una pequeña joya que nos ha servido también para reflexionar sobre el duelo y la enfermedad mental.

En el libro Piedad nos habla sobre la vida de su hijo Daniel, diagnosticado durante su juventud de un trastorno mental grave. Lo describe como un joven tímido, inteligente, autoexigente, que quiere dedicarse a la pintura. Cuando aparece la enfermedad mental, el diagnóstico pesa como una losa para él, haciendo que se trunquen sus expectativas vitales y generándole un intenso sufrimiento tanto a él como a su entorno.

Piedad habla del dolor por la muerte de un hijo, un dolor inabarcable e insondable. Más aún, cuando sucede por un suicidio. Nos pareció destacable desde nuestra perspectiva cómo médicas de familia la frase “el dolor se apacigua al compartirlo con otros”. También rechaza expresiones del tipo “ahora ya descansa”, ya que no vive la muerte de su hijo como un tránsito, sino como el final.

Por otra parte, aborda el estigma que existe respecto a la enfermedad mental. Es una dolencia que se vive casi “en secreto”, ya que existe miedo al rechazo, a la incompreensión. Además, es una etiqueta que puede cerrar puertas y aislar a las personas que las padecen. También pone de manifiesto la falta de recursos y la poca cobertura sobre todo en cuanto a psicoterapia (si bien es cierto que hay que puntualizar que habla de otros sistemas sanitarios diferentes al nuestro). Llama la atención la forma en que describe el trato por parte de algunos profesionales sanitarios, muchas veces actuando de forma poco empática y olvidándose del sufrimiento de los familiares y de la importancia de acompañarlos en los momentos de crisis.

Por último, su visión sobre el suicidio y la muerte nos parece acertada y realista.

Critica el estigma que existe alrededor del suicidio, relatando como en el funeral de Daniel algunos familiares utilizaban eufemismos o directamente rechazaban mencionar la palabra suicidio de forma directa, especialmente aquellos más cercanos a la religión.

Existe la falsa creencia de que los suicidas no avisan y que cuando alguien lo hace, es con el objetivo de generar una respuesta en su entorno, pero que realmente no tiene intención de llevarlo a cabo. Sabemos que esto es completamente falso. Cuando una persona verbaliza ideas autolíticas o ha tenido intentos previos, tiene un riesgo mucho más elevado de volverlo a hacer. Creemos que esto queda muy bien reflejado en la novela. Se relata un intento previo y a lo largo de la novela, la autora hace hincapié en varios momentos al miedo constante y una especie de intuición de que ese iba a ser el final de su hijo.

Como conclusión, tenemos una tarea pendiente como sociedad de hablar más y visibilizar realidades como la enfermedad mental y el suicidio. Eliminar el estigma que todas estas palabras conllevan para poder acompañar a las personas que están sufriendo y no abandonarlas.