

# «Los policías se suicidan más porque tienen un arma cerca y no son robots»

**Manuel González**  
Plataforma Suicidio Zero Policial (SZP)



**AINHOA DE LAS HERAS**

✉ aheras@elcorreo.com

González achaca la mayor tasa de muertes autoinfligidas en la Policía a que los agentes viven como propios los dramas de los ciudadanos a los que asisten

**ERANDIO.** El año pasado se suicidaron 29 miembros de los cuerpos y fuerzas de seguridad del Estado, dos de ellos -ertzainas- en el País vasco. El Sindicato Vasco de Policía y Emergencias (SVPE) organizó ayer en Erandio una jornada para analizar un drama que afecta a toda la sociedad. Uno de los ponentes, Manuel González, es policía municipal de Bilbao desde hace 18 años y miembro de la plataforma Zero Suicidio Policial (ZSP).

– ¿Por qué la tasa de suicidios sube entre los policías?

– Porque tenemos la inmediatez de un arma de fuego. Cualquier ciudadano que se quiere suicidar, por ejemplo con pastillas o estampándose con el coche, tiene que planear una serie de acciones, lo que le da tiempo a reflexionar y decidir no hacerlo. El proceso cognitivo es más complejo. Durante ese periodo de tiempo, el impulso desciende y eres capaz de valorar que no es tan buena idea. Cuando tienes un arma al lado, basta con apretar el dedo índice para acabar con tu vida. Es muchísimo más fácil. Paso un mal rato, tengo la pistola aquí y 'pum'. Ya está.

– ¿Pero es ese el único factor? Estar en contacto con la desgracia humana y vivir situaciones límite, ¿les afecta emocionalmente?

– Antes que policías, somos seres humanos. Vives tus propias situaciones de estrés y también las de otras personas a las que ayudas. Si no tienes una ventilación emocional adecuada, todas esos dramas que vives en primera y en tercera persona acaban envenenándote.

– ¿Cómo se puede 'ventilar' uno emocionalmente?

– Con el discurso interior que tenemos con nosotros mismos. Somos benevolentes y tratamos a la gente de alrededor muy bien y a nosotros mis-

mos, fatal. Somos nuestros peores jueces. Si lo que coges de los demás también lo haces propio, todo va sumando. Es la teoría de las profecías autocumplidas. Si estás siempre pensando que todo es una mierda, estás en un estado de ánimo en el que cualquier cosa te parece mal. El pensamiento positivo, sin embargo, hace que las cosas salgan bien. Lo complicado es llevar la teoría a la práctica.

– El 71% de los suicidios fueron con el arma reglamentaria.

– Porque es lo más próximo que tenemos. Además, la mayoría de los suicidios se producen en el puesto de trabajo, antes de entrar o después de salir, no en casa.

– ¿Estas tasas tan elevadas no ponen en cuestión que los policías puedan dar seguridad a los ciudadanos?

– Yo creo que no. Lo que pone de manifiesto es que los policías son humanos y tienen las mismas emociones que las demás personas, no somos robots. Yo lo veo justo al revés, están tan implicados que llegan a acabar con su vida porque no se ven capaces de ayudar a los demás. Me llevo los problemas de los demás a casa y como no soy capaz de solucionarlo, acabo suicidándome.

– ¿Ha tenido casos cercanos?

– Sí, dos compañeros. Uno se pegó un tiro en la comisaría y el otro mató a sus padres y después se quitó la vida. Este último salía de trabajar del turno de noche cuando yo entraba, nos cruzamos. Habíamos cenado juntos. Nunca imaginé lo que iba a hacer. Lucía una sonrisa eterna. He pensado mucho sobre ello y he llegado a la conclusión, como otros compañeros, de que fue un homicidio por compasión. Sus padres tenían ambos Alzheimer. Después de trabajar doce horas de noche, pasó por la casa de ellos a visitarlos antes de irse a dormir. No sé qué se encontraría, pero por su cabeza pasó que lo mejor que podía hacer por sus padres era poner fin al sufrimiento. En el otro caso había habido una separación. Se disparó en el corazón y no en la cabeza. Era una forma de demostrar el daño que le había hecho el abandono.

**Máscara ante la presión social**

– ¿Cómo cae entre los compañeros?

– Hay sentimientos encontrados. Lo primero que piensas es 'por qué no me he dado cuenta, podía haber hecho algo para evitarlo'. Hay gente en la que adviertes cambios de actitud, más tristeza, ansiedad, que deja de asearse porque está cayendo en ese pozo, pero otras personas no transmiten nada de eso. La presión social hace que tengamos una máscara. En este mundo dominado por las redes sociales, estar triste es un motivo de vergüenza. No exteriorizamos los sentimientos, cuando deberíamos compartirlos y pedir ayuda. Si no tienes a nadie que se preocupe, te vas hundiendo y cada día es más negativo. La única salida que ven para dejar de sufrir es el suicidio.



Manuel González, en un momento de la entrevista. :: PEDRO URRESTI

– ¿Cuáles son las causas del suicidio policial?

– Familiares, personales, laborales... igual que en el resto. No somos distintos a los demás, tenemos dos brazos, dos piernas y un cerebro.

– Pero se supone que los agentes han sido seleccionados por su equilibrio mental, ¿no?

– Una cosa es enfermedad mental y otra trastorno emocional. Cuando te presentas a la prueba psicológica en la oposición, aún estás limpio de la carga emocional que arrastras después por el trabajo. Es como un cántaro que se va llenando. Si no eres capaz de descargarlo, al final se derrama.

– ¿La amenaza de ETA ha pasado factura?

– El miedo es una emoción muy fuerte. Permanecer en la hipervigilancia supone estar muerto en vida. Dejas de percibir estímulos agradables para estar continuamente alerta por si te ponen una bomba. Se trata de vivir súper bien, no sólo de respirar.

– ¿Existen protocolos en la Ertzaintza o las Policías locales, al igual que en la Guardia Civil, ante casos de riesgo de suicidio?

– No, y sería fundamental para la prevención. Cuando un agente tenga una intervención armada relevante y se crea que pueda tener consecuencias, habría que darle la opción de acudir a seguimiento psicológico y luego que los mandos, que deberían tener una formación, puedan identificar esos preíndices de suicidio.

– ¿Pasan los policías revisiones psicológicas?

– No, la primera y listo. Y si no estás bien, no puedes servir al ciudadano.

LUNES,  
2 de diciembre,  
a las 20.00 h.

En el Salón El Carmen  
Plaza de Indauchu  
BILBAO

Entrada libre  
hasta completar  
aforo.

## AULA DE CULTURA EL CORREO

FUNDACIÓN VOCENTO Y EDITORIAL PLAZA&JANÉS

fundación  
vocento

Presenta:

Con pajarita y sin tapujos

Intervendrán:



D. Inocencio F. Arias  
Diplomático

D. Santiago González  
Periodista

Con la colaboración de:



**«Cuando un agente tenga una intervención armada relevante, debe acudir al psicólogo»**