

Colegio Rubén Darío

La Reina

Protocolo de Prevención frente a intento suicida.

Introducción

El suicidio es un problema complejo, que constituye multifactores, los que pueden llevar a un adolescente a tomar esta determinación.

Es por esto que es importante contar con una herramienta para prevenir conductas de riesgo.

Objetivo :

Sensibilizar, educar y entregar herramientas a la comunidad educativa, para el despliegue de una estrategia integral de prevención del suicidio, que incluya la promoción de un clima escolar protector, la prevención de problemas de salud mental, la educación y sensibilización en el tema, la detección y adecuado manejo frente a señales de alerta e ideación suicida.

I.- Definiciones generales :

La valoración de la vida, el respeto, la autoestima, el compartir en comunidad, permiten mejorar el clima escolar y las relaciones que se dan en cada rincón de los establecimientos educacionales. Con ello, se propicia el compromiso y la participación por una educación saludable y de calidad para todos.

Durante los años escolares, niñas, niños, niñas y adolescentes atraviesan una serie de cambios, transiciones, nuevas

experiencias, que interactúan entre sí y contribuyen a su desarrollo. Serán sucesivos retos de adaptación para cada estudiante, el cumplimiento de las nuevas tareas provenientes de los distintos entornos en que participa, el relacionarse con nuevas personas, los cambios psicológicos, físicos propios de la niñez y adolescencia, entre otros.

Gozar de una buena salud mental y de bienestar durante estos años, dependerá no solo de los recursos que posea la niña, le niño, el niño o adolescente, sino también de cómo los diferentes contextos de desarrollo actúan como agentes de protección, soporte durante cada uno de estos cambios y retos evolutivos, respondiendo a las necesidades que cada uno vaya presentando.

Los tres pilares básicos de protección y de autocuidado son la familia, la comunidad escolar y la sociedad.

Pilares de protección :

Familia :

Es el primer espacio de respeto e intimidad y el núcleo en donde cada persona es amada incondicionalmente. Tiene la responsabilidad de crear un ambiente afectivo y de apego para guiar y resguardar una trayectoria de vida segura, con sentido de pertenencia.

Es el lugar en donde hijas, hijes, hijos pueden desarrollar herramientas para formar un carácter emocional y social basado en la autoestima, el juicio crítico y el control de impulsos, habilidades fundamentales para enfrentarse a la vida.

Comunidad escolar :

Es el lugar de interacción cotidiana, permite aprender a convivir con otras, otras, otros, dialogar, razonar y así trazar un trayecto de vida personal.

La convivencia se enseña y se aprende, es un eje central en el sentido formativo de la tarea educativa. Da espacios a procesos de diálogo y participación democrática, propiciando el pensamiento crítico y reflexivo.

En este contexto, todas las normativas, regulaciones, protocolos, diagnósticos, planes de gestión y evaluaciones con los que cuenta la comunidad educativa, otorgan un sentido de pertenencia y valoración a las diferencias y particularidades de cada estudiante.

Sociedad :

La Organización de la Salud (OMS) reconoce que el suicidio es una prioridad de salud pública, procurando aumentar la sensibilización respecto del suicidio y los intentos de suicidio, es necesario otorgar a la prevención del suicidio, alta prioridad en la agenda mundial de la Salud Pública.

De vital importancia en el currículum nacional del Ministerio de Educación, es el desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales.

Principales factores de riesgo para conducta suicida en la etapa escolar:

Ambientales :

- Bajo apoyo social.

- Difusión inapropiada de suicidio en los medios de comunicación y redes sociales.
- Discriminación (LGBTI; pueblos indígenas, migrantes, etc.).
- Prácticas educativas severas o arbitrarias.
- Alta exigencia académica.
- Leyes y normas de la comunidad tolerantes al uso de sustancias ilegales, armas y etc.
- Desorganización y /o conflictos comunitarios.
- Barreras para acceder a la atención de salud y estigma asociada a la búsqueda de ayuda.

Familiares :

- Trastornos mentales en la familia.
- Antecedentes familiares de suicidio.
- Desventajas económicas.
- Eventos estresantes en la familia.
- Desestructuración o cambios significativos.
- Problemas y conflictos.
- Cambios habituales de casa y de colegio.

Individuales :

- Trastornos de salud mental
- Abuso del alcohol y otras drogas
- Intento/s suicida /s previo/s.
- Acontecimientos vitales estresantes (quiebres, duelos, conflictos familiares).
- Suicidio de un par o referente significativo.
- Desesperanza, pesimismo.
- Maltrato físico y/o abuso sexual.
- Víctima de bullying.

- Conductas autolesivas.
- Ideación suicida persistente.
- Discapacidad y/o problemas de salud crónicos.
- Dificultades y/o retraso en el desarrollo.
- Dificultades y/o estrés escolar
- Amigos con comportamiento suicida o que aprueban como solución el suicidio.

[Programa Nacional de Prevención del Suicidio. Minsal]

Las conductas suicidas abarcan un amplio espectro de conductas, conocido también como suicidad, que van desde la ideación suicida, la elaboración de un plan, la obtención de los medios para hacerlo, hasta el acto consumado (MINSAL, 2013; Organización Panamericana de la Salud & Organización Mundial de la Salud, 2014). Es fundamental considerar el riesgo que cada una de estas manifestaciones conlleva, pues todas estas conductas tienen un factor común que es urgente acoger y atender, abordar el profundo dolor y malestar psicológico que impide continuar con la vida y del cual no se visualizan alternativas de salida o solución (OMS, 2001).

En estas conductas puede existir una clara y consciente intención de acabar con la vida, aunque no necesariamente siempre ocurre así. En algunos casos puede suceder que este presente una alta ambivalencia con una mezcla de sentimientos en torno a cometer el acto. De todas formas, la mayoría de las veces no existirán deseos de morir, sino el sentimiento de no ser capaz de tolerar estar vivo (OMS, 2000). Por esta razón es importante clarificar que la intencionalidad de las conductas suicidas puede ser altamente dinámica e inestable, pudiendo estar presente en

un momento, para luego ya no estar en otro (Barros et al., 2017, Fowler, 2012; Morales et al., 2017).

Las conducta suicida se puede expresar mediante las siguientes formas :

Ideación suicida :

Pensamientos acerca de la voluntad de quitarse la vida, con o sin planificación o método.

Abarca un continuo que va desde pensamientos sobre la muerte o sobre morir (“ me gustaría desaparecer”), deseos de morir (“ ojala estuviera muerto”), pensamientos de hacerse daño (“ a veces tengo ganas de hacerme daño con un cuchillo”), hasta un plan específico para suicidarse (“ me voy a tirar desde mi balcón”).

Intento suicida :

Conductas o actos que intencionalmente busca el ser humano para causarse daño hasta alcanzar la muerte, no logrando la consumación de ésta.

Suicidio consumado :

Término que una persona en forma voluntaria e intencional hace de su vida. La característica preponderante es la fatalidad y la premeditación.

Imitación :

Es el proceso por el cual un suicidio ejerce un efecto de modelo imitable sobre suicidios posteriores.

[Prevención del Suicidio Adolescente en el sistema educativo chileno, MINEDUC]

Señales de alerta :

Directa :

Busca modos para matarse :

- Búsqueda en internet (páginas web, redes sociales, blogs).
- Intenta acceder a armas de fuego, pastillas u otro medio letal.
- Planifica o prepara el suicidio (lugar, medio, etc.)

Realiza actos de despedida :

- Envía cartas o mensajes por redes sociales.
- Deja regalos o habla como si ya no fuera a estar más presente.

Presenta conductas autolesivas :

- Cortes, quemaduras o rasguños en partes del cuerpo como muñecas, muslos u otras.

Habla o escribe sobre :

- Deseo de morir, herirse o matarse (o amenaza con herirse o matarse).
- Sentimientos de desesperación o de no existir razones para vivir.
- Sensación de sentirse atrapado, bloqueado o sufrir un dolor que no puedo soportar.
- Ser una carga para otros (familia, amigos, etc.) o el responsable de todo lo malo que sucede a su alrededor.

Indirecta :

- Alejamiento de la familia, amigos y red social o sentimientos de soledad. Se aísla y deja de participar.
- Disminución del rendimiento académico y de sus habilidades para interactuar con los demás.
- Incremento en el consumo de alcohol o drogas.
- Cambios de carácter, ánimo o conducta, pudiendo mostrarse inestable emocionalmente, muy inquieto o nervioso.
- Deterioro de la autoimagen, importante baja en la autoestima, o abandono o descuido de si mismo.
- Cambios en los hábitos de sueño o alimentación.
- Muestra ira, angustia incontrolada, o habla sobre la necesidad de vengarse.

II.- Normativa legal vigente :

Resolución Exenta N° 482, de 2018, de la Superintendencia de Educación.

“...los establecimientos deben considerar la ejecución de acciones que fomenten la salud mental y de prevención de conductas suicidas y otras autolesivas, vinculadas a la promoción del desarrollo de habilidades protectoras, como el autocontrol, la resolución de problemas y la autoestima, de manera de disminuir los factores de riesgo, como la depresión.

De la misma forma, debe definir procedimientos para la derivación de casos de riesgo, a la red de salud, así como también para el adecuado manejo ante situación de intento suicida o suicidio de algún miembro de la comunidad educativa”.

III.- Estrategias y medidas preventivas frente a situaciones de ideación suicida y autolesivas.

Se implementan estrategias y acciones necesarias, lideradas por el Equipo Directivo, no solo para abordar oportunamente la posible vulneración de derechos de los niñas, niños, niñas y adolescentes, sino que con el propósito de identificar las condiciones de riesgo que puedan existir y los recursos disponibles en el contexto de niña, niño, niño o adolescente, para así reforzar y disminuir los factores de riesgo, por medio de medidas y estrategias de prevención, con la finalidad de brindar protección a los derechos de los estudiantes y anticipar estrategias para abordar posibles situaciones de vulneración de derechos.

Medidas preventivas :

La Familia :

Debe estar alerta ante las señales de suicidio, constituyéndose en un factor protector :

- Detectar a tiempo cambios en el estado de ánimo y conductas de la persona.
- Asegurarse que la persona no se quede sola, no se aíse y participe de espacios en que se sienta acogida y escuchada.
- Fortalecer el sentido de pertenencia al grupo familiar, reforzando que su persona es vital para el bienestar de la familia.
- Reforzar lo importante y valioso que es como persona y así, potenciar su seguridad y autoestima.

- Compartir las preocupaciones, que genera la posibilidad de suicidio, con su entorno.
- Involucrar a otros miembros de la familia, amigos o compañeros, pues ayuda a planificar en conjunto diversas estrategias para mantener a la persona segura.
- Compartir con su círculo de confianza la situación.
- Acompañar a las visitas médicas (psiquiatra, psicólogo) o centro asistencial.
- Hacer seguimiento y/o supervisión de las indicaciones médicas.
- Fortalecerse internamente para enfrentar de mejor manera los momentos de adversidad y abordarlos de modo tal que su efecto no comprometa la propia salud emocional.

El colegio :

Debe incluir en su cultura escolar la prevención de la conducta suicida, movilizándolo hacia la protección y el cuidado de la salud mental de todos sus integrantes, incluyendo acciones específicas para la promoción de su bienestar y la prevención de problemas o situaciones que ocurren al interior del colegio y que pudieran afectar la salud de las, los estudiantes, profesores, profesoras, asistentes de la educación, las familias y el equipo directivo.

- Plan de Convivencia escolar actualizado, con el objetivo de propiciar un ambiente escolar en el que todos se sientan a gusto, seguros, valorados y aceptados.
- Programas destinados a desarrollar habilidades tales como el autoconocimiento, la autorregulación, respeto de límites, resolución de problemas y las habilidades sociales.
- Colaboración de Redes de Servicios de Apoyo. Charlas informativas, derivaciones, etc.

- Difusión de material informativo que transmita de manera didáctica información sobre la conducta suicida, lugares donde recibir ayuda e inclusive testimonios.
- Educación y sensibilización para madres, padres y apoderados.
- Educación y sensibilización para el equipo docente, asistentes de la educación y directivos.
- Incluir en el Plan de Seguridad Escolar restricciones al acceso a métodos letales.
- Postvención : Acciones e intervenciones posteriores a un evento autodestructivo destinadas a trabajar con las personas, familia o instituciones vinculadas a la persona que se quitó la vida. Estar alerta a la posible vulnerabilidad de las y de los estudiantes ante el efecto de contagio de suicidio.

IV.- Protocolo de actuación :

La detección de estudiantes en riesgo resulta una estrategia con muy buenos resultados, identificando a estudiantes que manifiestan señales de alerta directas o indirectas de conducta suicida.

Educadoras, educadores de aula, tutoras, tutores, asistentes de la educación, equipo directivo, psicóloga, son agentes claves para desarrollar el rol de facilitador comunitario, son quienes deben abrir protocolo e informar a la familia.

Cuando la familia es quien ha detectado el evento y se ha contactado con especialistas, es importante comunicarse con la profesora tutora o profesor tutor, quien informará al equipo directivo, psicóloga, a profesoras y profesores de asignaturas, con el propósito de seguir las recomendaciones de apoyo y

seguimiento. Es vital la comunicación directa de tutoras/res y psicóloga con el especialista tratante.

Etapas :

1.- Detección :

- Responsables

Quién realice primer abordaje (profesora(or), tutora(or), directiva, psicóloga.

- Medidas

Mostrar interés y apoyo, continuar la conversación preguntándole qué está pensando, sintiendo. Manifestarle que se le comunicará a la familia.

Informar a la dirección, a la psicóloga.

- Plazos : Inmediato

2.- Activación :

- Responsables

Encargado de convivencia y psicóloga, tutora, tutor, directiva.

- Medidas

Recepcionada la información se activa el Protocolo.

Abrir un expediente, dejando registro de toda la información entregada por quien recibe el relato por parte del estudiante.

En conjunto, reflexionarán y tomarán decisiones acerca de las acciones a seguir.

- Plazos : Inmediato

3.- Encuentro con la familia :

- Responsables :

Encargada de convivencia y psicóloga , tutora, dirección.

- Medidas :

Explicar a la familia que de acuerdo a la situación previsional de la/el estudiante, debe solicitar hora en el centro de atención primaria que le corresponde o centro de salud en el que se atiende.

- Plazos : 24 hrs. Desde que se activa el protocolo.

4.- Seguimiento :

- Responsables :

Encargada de convivencia y psicóloga, tutora , dirección

- Medidas :

Con autorización de la familia apoyar el proceso , compartir información con el especialista que realice atención profesional.

- Plazos :

A partir de 48 hrs. Desde que se activa el protocolo

5.- Evaluación del evento :

- Responsables :

Encargada de convivencia y psicóloga , tutora, tutor, dirección.

- Medidas :

Estudiantes con riesgo Medio o Alto, en caso de que la/el estudiante , después de este primer abordaje , no se encuentre en condiciones de volver a clases por estar emocionalmente afectado, se debe contactar a su familia para coordinar su retiro del establecimiento para que tomen medidas de protección en el hogar mientras accede a la atención en salud.

En caso de riesgo inminente se debe llevar a la persona al Servicio de Urgencias más cercano y comunicar paralelamente a madres y padres.

- Plazos :

Inmediato

6.- Cierre de protocolo

- Responsables :

Encargada de convivencia y psicóloga, tutora, tutor, dirección

- Medidas :

Verificado el progreso de la/el estudiante y la ausencia de nuevas situaciones de vulneración. Se procederá a cerrar el protocolo.

- Plazos :

30 a 60 días y se continua con el seguimiento.

7.- Seguimiento

- Responsables :

Encargada de convivencia y psicóloga, tutora, tutor, dirección

- Medidas :

Realizar el seguimiento del caso, asegurarse que la/el estudiante haya recibido la atención necesaria.

Una vez que la/el estudiante esté de vuelta en clases se debe estar atento a nuevas señales, así como también a necesidades de mayor acompañamiento y cuidado.

Seguir las recomendaciones de apoyo que sean entregadas por el equipo de salud, a través de los apoderados o directamente.

Preguntar a la/el estudiante y a sus padres y cuidadores como ven sus progresos.

- Plazos :

El tiempo que sea necesario.

V.- Instituciones relacionadas al resguardo de derechos y la protección del menor.

Existen diferentes programas públicos y organizaciones que cuentan con canales de ayuda orientados a entregar apoyo a personas que están atravesando dificultades en su salud mental u otras situaciones complejas.

Consulta de salud general :

- Realizar un primer diagnóstico
- Derivar a un especialista de salud mental, como un psicólogo o psiquiatra.
- Activar prestaciones GES, en caso que corresponda.

Canales de ayuda

- Salud Responde 6003607777, responde a necesidades de información, específicamente para salud mental, cuenta con psicólogos para entregar orientación profesional y ayuda en situaciones de crisis.
- Fonos Drogas y Alcohol 1412
- Fono Orientación y Ayuda Violencia contra las mujeres 1455, es gratis y se puede llamar sin saldo en el celular.
- Fundación Todo Mejora : entrega apoyo y orientación para la prevención del suicidio adolescente y bullying homofóbico a jóvenes LGBT (apoyo@ todo mejora.org).
- Minsal : Programa Salud Integral “Adolescentes y Jóvenes”

VI.- Dar a conocer el Protocolo a la comunidad :

- Responsable :
Dirección , tutores ,encargada de convivencia y Psicóloga.
- Medios y espacios :
Consejo de profesores y reuniones con funcionarios.
Reuniones de madres, padres y apoderados.
Publicación en la página web del colegio.

Plazos :

A partir de Agosto 2022 en adelante.

VII.- Protocolo actuación 27 de Junio 2022 :

Al recibir la noticia, por parte de la madre, del suicidio de un alumno de 4 medio, ocurrida fuera del colegio, en un día feriado, se llamó a madres y padres del curso, para que fueran ellas,

ellos, quienes le comunicaran a sus hijas, hijes, hijos, lo ocurrido y pudieran contener en familia.

Se comunicó al profesorado y a toda la comunidad escolar. Se suspendieron las clases.

Al día siguiente se realizó una reunión en el colegio, con alumnas, alumnes, alumnos, madres, padres de 4 Medio, con todo el profesorado, con el fin de contener a todas las personas y acompañarse. Se mantuvo una comunicación constante con toda la comunidad escolar.

29 junio 2022 se acompañó en velatorio y funeral a la familia del alumno Anibal Gladding, participando con alumnas, alumnes, alumnos de 4 medio y sus respectivas familias. La comunidad educativa expreso su sentir mediante delegadas, delegados de cada curso.

Julio 2022 (vacaciones) Trabajo con educadoras, educadores, auxiliares del colegio a cargo de Mesa de Prevención del Suicidio, Minsal, Zona Oriente.

Julio 2022 (vacaciones) Trabajo de intervención en crisis con educadoras, educadores a cargo de Psicólogas Pamela Toledo y Cristina Fuentealba

Julio 2022 (vuelta a clases). Se realizó reunión en cada curso del colegio para compartir información sobre suicidio de compañero de 4 Medio ocurrida el 27 de junio de 2022. Se ofreció contención a cada estudiante.

Julio, Agosto 2022 Trabajo con alumnas, alumnes , alumnos de 4 Medio de intervención en crisis, Autocuidado, prevención, vínculo, a cargo de psicólogas Pamela Toledo y Cristina Fuentealba.

Junio, Julio, 2022 Envío de información a todas, todos apoderados del colegio, sobre suicidio Adolescente, aportada por Minsal

Julio , Agosto 2022 Curso “Prevención suicidio adolescente para funcionarios de establecimientos Educativos” SEREMI de Salud RM.

Agosto 2022 Creación de Protocolo de Prevención de suicidio adolescente por Directiva del Colegio.

Revisado por Gabriela Lagos Fernández, Psicóloga Educativa.