



PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LA DETECCIÓN DE RIESGO, INTENTO Y CONSUMACIÓN DE SUICIDIO

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LA DETECCIÓN DE RIESGO, INTENTO Y CONSUMACIÓN DE SUICIDIO

El presente protocolo entrega los lineamientos de actuación para la detección de riesgo, intento y consumación de suicidio en estudiantes. Para la elaboración de este protocolo se consideró el “Programa Nacional de Prevención de Suicidio” del Ministerio de Salud.

Las personas encargadas de activar este protocolo serán el Equipo Psicosocial, cuya función será recibir los reportes de casos de riesgo, intento y consumación de suicidio y aplicar el protocolo de actuación.

En caso de que la/s persona/s encargada/s no se encuentre/n presente/s, esta función será asumida por la Directora del establecimiento o a quién ésta designe.

Detección de estudiantes con riesgo de suicidio

Los pensamientos suicidas pueden ser parte del proceso de desarrollo en la infancia y adolescencia. Sin embargo, se vuelven anormales cuando la realización de estos pensamientos parece ser la única salida para enfrentar las dificultades del niño, niña o adolescente (NNA).

Existe entonces un serio riesgo de suicidio (Organización Mundial de la Salud, 2001).

La ideación suicida no debe ser ignorada o desvalorizada, por lo que es importante detectar a los/las estudiantes que la presentan.

Evaluación de riesgo de suicidio

Existen diversas pautas y test para evaluar este riesgo, pero muchas veces no es necesario ser un/a profesional del área para detectarelementos que permitan hablar de éste.

La persona que lo detecte puede darse cuenta por el relato explícito del/la estudiante, por conductas que le llamen la atención o alguna producción escrita o artística que contenga elementos en la línea de un riesgo suicida.

Quien detecte el riesgo puede ser un/a docente, un/a compañero/a, un/a amigo/a, un/a psicólogo/a, un/a apoderado/a o cualquier miembro de la comunidad puede considerar que algún/a estudiante se encuentra en riesgo.

Factores de riesgo suicida en la infancia

- Presencia de enfermedad mental en los padres.
- Clima emocional caótico en la familia.
- Presencia de conducta suicida en alguno de los progenitores.
- Maltrato infantil y abuso sexual de los padres hacia los hijos.
- Trastornos severos del control de impulsos en el niño/a.
- Niños/as con baja tolerancia a la frustración.
- Niños/as muy manipuladores, celosos, que asumen el papel de víctima.
- Niños/as excesivamente rígidos, meticulosos, perfeccionistas.
- Niños/as con extrema timidez, con pobre autoestima.
- Existencia de amigos que han hecho intentos de suicidio.

Factores de riesgo suicida en la adolescencia

- Intentos de suicidio previos.
- Identificación con familiares o figuras públicas que cometen suicidio.
- Alteraciones en el comportamiento sexual como precocidad, promiscuidad, embarazos no deseados u ocultos, abortos, que haya sido víctima de abuso sexual o violación.
- Variaciones en el comportamiento escolar, como deterioro del rendimiento habitual, fugaso deserción escolar, desajuste vocacional, dificultades en las relaciones con docentes, violencia y *bullying* entre compañeros, inadaptación a determinados regímenes escolares.
- Compañeros de estudio con intento de suicidio.
- Dificultades socioeconómicas severas.
- Permisividad en el hogar ante conductas antisociales.
- Falta de apoyo social.

- Acceso a drogas y/o armas de fuego.
- Aparición de enfermedad mental especialmente trastorno del humor y esquizofrenia.
- Pertener a un grupo en riesgo; estudiantes LGTB, pueblos originarios.

Señales de alerta directa

Habla o escribe sobre:

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

Busca modos para suicidarse:

- 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.

Señales de alerta 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.
- Cambio de carácter, ánimo o conducta, pudiendo mostrarse inestable emocionalmente, muy inquieto o nervioso.
- Deterioro de la autoimagen, importante baja en la autoestima o abandono/ descuido de sí mismo.
- Cambios en los hábitos de sueño o alimentación.
- Muestra ira, angustia incontrolada, o habla sobre la necesidad de vengarse.

A continuación se detallarán los pasos a seguir en distintas situaciones relacionadas con el suicidio:

I. Identificación de estudiantes con riesgo de suicidio

a) Recepción de la información y derivación

La información puede ser entregada por compañeros/as, apoderado (a), docente o asistente de la educación que hayan detectado ideas o conductas preocupantes en algún otro compañero/a, o por el/la estudiante afectado/a.

La persona que reciba la información debe mantener la calma tanto en su lenguaje verbal como corporal, mostrar una actitud contenedora y comprensiva, no enjuiciar ni sermonear al estudiante. Debe agradecer la confianza del/la estudiante, preguntarle si ha hablado con alguien más sobre el tema, y si se encuentra en tratamiento con especialista externo por algún motivo.

Además, se le debe decir al/la estudiante que debido a que está en riesgo su integridad es necesario solicitar ayuda de un especialista, por lo que se debe informar a la psicóloga del colegio para que brinde su apoyo y orientación. Si el/la estudiante solicita que se guarde el secreto, es necesario explicarle que no es posible porque hay que resguardar su seguridad.

Posteriormente, el adulto que recibe la información debe poner en conocimiento a la psicóloga y efectuar la derivación formal del/la estudiante **el mismo día** que recibe la información. A la vez debe informar a Dirección Académica, Subdirección Académica o Inspectoría General.

b) Entrevista psicológica

La especialista entrevista al/la estudiante, le explica que el objetivo es apoyar y orientar para pensar en otras soluciones, y pedir la ayuda necesaria. La especialista debe indagar mediante diversas preguntas el grado de riesgo en el que se encuentra el/la estudiante. convenientes para apoyar al/la estudiante. Se mantendrá contacto directo con los padres y el/la estudiante para evaluar su proceso.

II. Estudiantes que presentan intentos de suicidio dentro del establecimiento escolar

a) Intervención en crisis

La persona que detecte la situación de un/una estudiante intentando suicidarse debe quedarse con el/la estudiante, no dejarlo (a) solo (a), y debe enviar a otra persona a buscar a la psicóloga para que realice una intervención en crisis (pauta detallada en Anexo n°1), dando aviso a Inspectoría General, subdirección o dirección.

Se sugiere seguir las siguientes recomendaciones:

- No dejar al estudiante solo. Debe permanecer junto al estudiante mientras llega el apoderado.
- No hacerle sentir culpable.
- No desestimar sus sentimientos.
- Expresarle apoyo y comprensión.
- Permitirle la expresión de sentimientos.

b) Traslado al centro asistencial

Paralelamente a la intervención en crisis, Inspectoría General debe solicitar ayuda de forma inmediata al Sistema de Atención Médica de Urgencias (SAMU) para solicitar el traslado del estudiante y seguir sus orientaciones telefónicas. Además, Inspectoría General debe dar aviso al apoderado o algún familiar que pueda acudir al establecimiento o centro de salud de traslado.

Por su parte, si el estudiante no presenta pulso, y se observa pérdida total de conciencia, no debe ser movilizado, debiendo esperar para su traslado al SAMU.

c) Intervención grupal de contención en aula

Según lo sugerido por el MINEDUC (2019), y dependiendo de la situación particular y la necesidad

de los demás estudiantes, la psicóloga del establecimiento podría realizar una intervención grupal con el curso del estudiante afectado. Esta intervención estaría enfocada en canalizar las emociones de los demás estudiantes y reflexionar sobre la temática, de este modo se podría generar una consciencia colectiva que podría servir de protección para el grupo. Es importante consultarle al/la estudiante afectado/a si quiere o no participar de esta instancia.

III. Estudiantes que presentan intentos de suicidio fuera del establecimiento escolar

a) Informe al establecimiento escolar

El apoderado del/la estudiante debe dar aviso al establecimiento educacional lo antes posible sobre el intento de suicidio realizado por el/la estudiante. Se sugiere que en esa reunión esté presente Dirección o Subdirección Académica, Inspectoría General y la Psicóloga.

Si el/la estudiante no se encuentra en tratamiento externo, el establecimiento solicitará atención psiquiátrica y psicológica de manera inmediata. Además, se solicitarán documentos que acrediten dicho tratamiento y que se encuentra en condiciones psicológicas para incorporarse a clases.

b) Reincorporación del estudiante al establecimiento

Cuando el/la estudiante se reincorpore, la psicóloga realizará seguimiento del caso asegurándose que el/la estudiante esté en tratamiento externo. Además, se alertará a los adultos que se relacionan con él/ella a estar atentos ante cualquier señal. También, se contactará a especialista externo y se seguirán las recomendaciones que se estimen convenientes para apoyar al/la estudiante. Se mantendrá contacto directo con los padres y el/la estudiante para evaluar su proceso.

c) Intervención grupal de contención en aula

Según lo sugerido por el MINEDUC (2019), y dependiendo de la situación particular y la necesidad de los demás estudiantes, la psicóloga del establecimiento podría realizar una intervención grupal con el curso del estudiante afectado. Esta intervención estaría enfocada en canalizar las emociones de los demás estudiantes y reflexionar sobre la temática, de este modo se podría generar una consciencia colectiva que podría servir de protección para el grupo. Es importante consultarle al/la estudiante afectado/a si quiere o no participar de esta instancia.

Los padres y apoderados deben seguir indicaciones otorgadas por el especialista del colegio y directivos, así como cumplir con tratamientos, sesiones, medicamentos, etc. que determine el médico tratante (especialista externo). Todo estudiante que presente riesgo suicida, independiente del grado, debe, al momento de incorporarse a clases, asistir con el documento de especialista externo que indique expresamente que se encuentra en condiciones para incorporarse.

Anexo n°1 “Pauta de intervención en crisis”

La ayuda psicológica de emergencia o intervención en crisis se basa en el establecimiento de una comunicación franca, para lo cual es recomendable comenzar llamando por su nombre a la persona en riesgo, para recordarle su identidad sutilmente.

Se debe develar el problema que generó la crisis, y ofrecerle ayuda para solucionarlo, tratando de adoptar una actitud positiva y recordándole que su familia y amigos se preocupan por él/ella.

Frente a un riesgo inminente de suicidio, se debe solicitar ayuda en forma inmediata (intentar llevar a la persona a un servicio urgencia o llamar a los Carabineros) y mientras tanto:

- No dejarle solo, es necesario que la persona en riesgo se sienta acompañada.
- No hacerle sentir culpable.

- No desestimar sus sentimientos.
- Expresarle apoyo y comprensión.
- Permitirle la expresión de sentimientos.

Las crisis suicidas se caracterizan por ser breves, y se diferencian de los procesos que llevan a ellas, los que suelen arrastrarse por tiempos más largos. Durante estas crisis es fundamental crear un espacio para el pensamiento y la verbalización de los sentimientos, de forma que la persona en riesgo lo pueda utilizar como un modo de mediar entre la desesperación y la acción, permitiendo cuestionarse la posibilidad de encontrar otra salida.

Lo fundamental es mantener con vida a la persona en riesgo, hasta que pase la crisis, por ello es necesario que todas las personas sepan cómo ayudar a una persona en crisis suicida:

- En primer lugar, SIEMPRE hay que creerle a la persona que manifiesta la intención o ideación suicida. No se deben banalizar ni despreciar las amenazas suicidas. Tampoco pensar que lo que quiere es llamar la atención. El 80% de los pacientes que se han suicidado habían expresado sus ideas de suicidio previamente. Cualquier amenaza de suicidio debe ser tomada en serio.
- No dejarle sola e intentar llevarla a un centro de salud o a un médico general o psiquiatra, según en el riesgo en que se encuentre. Enfatizar a la persona la necesidad de recibir ayuda.
- Tomar medidas para disminuir los riesgos, alejando los objetos que puedan servir para realizar el acto suicida.
- Generar un espacio de confianza, de escucha y de contención.
- No ser críticos frente a la situación.
- Reforzar los recursos de la persona, su potencial de vida.
- Garantizar la seguridad personal.
- Buscar respuestas alternativas, ayudándole a encontrar opciones a la autodestrucción, pero teniendo especial cuidado con aquellas alternativas que mencione la persona, pero que no pueda realizar inmediatamente (por ejemplo, “Voy a irme de la casa”, sin tener otro lugar donde vivir; “Me voy a olvidar de él”, como si la memoria fuera una pizarra, que se puede borrar en un momento y no quedar huellas de lo escrito; “Tengo que cambiar para que ella vuelva”, a pesar de que ella no desea nada más con él y ya tiene un nuevo amante; etc.)
- Ayudar a que la persona exprese sus sentimientos. Explorar el motivo de la intención de autoeliminación.
- No emitir juicios de valor.
- Hablarle en forma tranquila y pausada.

La clave en estas situaciones es escuchar atentamente a la persona en crisis y facilitar que se desahogue. Se deben usar frases cortas que hagan que la persona se sienta comprendida y tomada en serio (por ejemplo, “Me imagino”, “Entiendo”, “Es lógico”, “Claro”, “No es para menos”, etc.). El objetivo de esta primera ayuda es conocer cómo se siente la persona aquí y ahora.

Generalmente, las personas en crisis suicida se sienten muy solas, sin nadie interesado en entenderlas. Suelen sumergirse en un profundo aislamiento, lo que acrecienta los sentimientos de soledad. Con frecuencia consideran que la vida no tiene sentido alguno, y piensan que las demás personas estarían mejor si dejaran de existir. Se sienten pesimistas, creen que nada les ha salido, les sale, ni les saldrá bien en sus vidas y que sus dificultades no tienen solución.

Durante la crisis suicida, los pensamientos e ideas sobre el suicidio se hacen más fuertes y convincentes, pero al mismo tiempo, coexisten los deseos de seguir viviendo si “las cosas mejoraran”, si se les brindara un poco de ayuda. El escucharles, asistirles y acompañarles, es expresión de esa ayuda que están buscando.

Consumación del suicidio

Información a la comunidad escolar

La noticia del suicidio de un/a estudiante, siempre es dolorosa y compleja para la comunidad escolar. Frente a un hecho de este tipo, ocurrido tanto al interior del

colegio como fuera de éste, se deberá constituir un Equipo de Apoyo que esté a cargo de comunicarse con la familia del/la estudiante afectado/a, tomar las decisiones de qué informar, cómo hacerlo y diseñar una estrategia de intervención y contención al interior de la comunidad. Este equipo estará conformado por la Directora, Subdirector académico, Coordinadoras de Nivel correspondiente, Equipo Psicosocial y el/la Profesor/a Jefe.

La información que se entrega a la comunidad y las acciones a seguir, deberán considerar lo siguiente:

- a) Que sea el/la Profesor/a Jefe del curso del/la estudiante afectado/a quien, en conjunto con un integrante del Equipo Psicosocial, comunique lo ocurrido a los/las compañeros/as del/la estudiante y a los/as apoderados/as.
- b) Crear espacios adecuados y con contención para que los/as estudiantes puedan conocer, reflexionar sobre lo ocurrido y expresar sus sentimientos, temores y vivencias. Esto ayudará al grupo curso a aliviar el dolor, elaborar el evento y permitirá al/la docente identificar a los/as estudiantes más afectados/as.
- c) Generar acciones que puedan ayudar a contener a la familia afectada y a los/as más cercanos/as que lo requieran.
- d) Diseñar una estrategia para contener y acompañar a los/as apoderados/as del curso afectado en este proceso de pérdida y duelo.
- e) Considerar espacios para informar al resto de la comunidad educativa lo ocurrido, brindando la contención necesaria.
- f) Si hubiese medios de comunicación interesados en cubrir el evento, éstos deberán siempre contactarse con Dirección del establecimiento para su autorización.

Informe de lo ocurrido

El Equipo Psicosocial correspondiente, formulará un informe que dé cuenta del proceso de acompañamiento desarrollado con la comunidad educativa, el que estará disponible, en caso de ser solicitado por instituciones externas, lo que será evaluado directamente por la Dirección del establecimiento.

El mencionado informe debe contemplar los siguientes datos:

- a) Individualización del/la estudiante: Nombre, Rut, fecha de nacimiento, edad, nombre del padre, madre y/o apoderados/as y sus datos de contacto (dirección y teléfono).
- b) Antecedentes del hecho ocurrido.
- c) Antecedentes previos.
- d) Medidas adoptadas por el colegio.

Recomendación de acciones de seguimiento y acompañamiento

Un hecho de estas características genera un gran impacto en la comunidad. Por ello, es fundamental que el Área Socio-afectiva y Familia, a cargo de manejar la crisis, pueda evaluar la conveniencia de incorporar algunas de las siguientes acciones:

- a) Realizar un breve diagnóstico de cómo están los distintos estamentos de la comunidad: Con foco en el curso afectado, pero cuidando el estado en que se encuentran los/as docentes y otros/as estudiantes que pudiesen haber sido cercanos al/la estudiante.

- b) Diseñar una estrategia de intervención: Con grupos de estudiantes, con el curso afectado por la situación, con grupos de docentes y apoderados/as.
- c) Detectar si existen estudiantes particularmente afectados/as que requieran una mayor atención y sugerir de qué modo abordarlos/as.
- d) Determinar si existen estudiantes en riesgo y sugerir de qué manera intervenir y cómo informar a su/s padre/s, madre/s y/o apoderado/a.
- e) Esta intervención deberá contemplar varias etapas, considerando que el duelo es un proceso que no se resuelve fácilmente.

COLEGIO ANTUPIRÉN