



## Protocolo de Prevención para el Riesgo de Suicidio y Conductas Autolesivas

De acuerdo al concepto de salud mental en Chile, asociado a “Un estado de equilibrio emocional, cognitivo y conductual que permite al individuo desenvolverse de manera responsable en su entorno familiar, social y laboral, así como gozar de bienestar y calidad de vida” y las alarmantes cifras de personas que sufren algún trastorno asociado, como depresión y ansiedad, entre otros, es que se ha planteado la necesidad de un plan de prevención en el área Escolar enfocado **en la de** Conductas autolesivas y en la ideación suicida, que esté de la mano con el Protocolo del Plan de Convivencia, ya que se considera el ámbito educativo como una instancia dispuesta para desarrollar actividades preventivas al respecto.

Es importante mencionar que la **Conducta autolesiva**, apunta a una conducta destinada a producirse daño físico en el propio cuerpo, no necesariamente con la intención de suicidarse, sin embargo, son conductas que buscan provocarse daño, tal vez castigarse, marcar un hecho o incluso reducir un dolor emocional. Por lo tanto, dichas conductas estarían precedidas por un intenso y agudo afecto negativo y que la conducta Autolesiva lograría disminuir, convirtiéndose así en un reforzador de manera automática. Es decir, disminuir temporalmente el malestar. (Franklin et al., 2013)

Por otro lado, respecto a la **ideación Suicida**, cabe mencionar un acto que intencionalmente infrinja un daño o cause la muerte a sí mismo. La conducta Suicida comprende un continuo que abarca desde la ideación hasta el suicidio consumado pasando por el intento de Suicidio, lo cual constituye una importante preocupación de salud Mental a nivel mundial. (C, Martins P, Mann J, Sunkenberg., 1997)

Para ello, es que se han implementado estrategias que permitan Prevenir situaciones que podrían ser de carácter relevante, advirtiendo contextos en que los alumnos del Colegio pudieran verse afectados con características asociadas a conductas autolesivas o ideación suicida, contando con información y contención necesaria para un abordaje oportuno.

### I. Visión Multidisciplinaria

Dado que la prevención tanto de Conductas Autolesivas o suicidio requiere una mirada global del contexto para cada persona es que, como Colegio, se plantea que los distintos estamentos del escenario Educativo, como profesores, distintos departamentos, equipo Directivo y todos quienes sean parte de la Comunidad Educativa, participen activamente, de manera complementaria para la atención de los alumnos, siendo agentes activos en y para el desarrollo de éstos. De manera tal que la información oportuna, respecto a la promoción para la prevención y la responsabilidad ante la detección de algún riesgo, sea responsabilidad de todos.



Para ello, se ha ejecutado un Plan de acción que permita llevar a cabo la función preventiva:

- Comunicación oportuna de información relevante respecto a realidad Nacional en cuanto a suicidio, como factores de riesgo
- Estilos de vida saludables (en su globalidad)
- Programas de educación Emocional
- Relación existente entre éxito escolar y equilibrio emocional, programas para necesidades específicas de apoyo educativo
- Educación inclusiva
- Problemas asociados a factores multifuncionales, causales o de historias familiares
- Sufrimiento patológico
- Incrementar la resiliencia emocional, de manera de reducir la vulnerabilidad
- Conocimiento de redes de apoyo

Es así que, anticipando de manera preventiva y a su vez la detección precoz de factores asociados a Suicidio, se pretende abordar como Colegio dicha problemática. Enfatizando, a su vez en:

Coordinación con:

- Prevención primera con Alumnos
- Equipo directivo
- Coordinación con profesores jefes de cursos
- Coordinación con Departamentos de Convivencia escolar
- Entrevistas con padres y apoderados.
- Trabajo en Red

Por lo tanto, la estrategia de prevención estaría sujeta al ámbito educativo, de manera coordinada con el alumnado, profesorado, asistentes de la educación y familias como se plantea en un inicio, para su promoción y ejecución.

## II. Factores de Riesgo

Es preciso atender y observar factores que podrían ser propicios en el riesgo de ideación suicida, siendo atinente atender características como:

### II.I Individuales

- Intentos previos de suicidio, presencia de ideación suicida
- Antecedentes de trastornos mentales
- Enfermedad física, dolor o discapacidad
- Historia de maltrato físico, vulneración y/o abuso sexual



- Acoso Escolar
- Disminución en rendimiento académico, desinterés
- Pérdida de alguna figura significativa, ya sea duelo o separación
- Problemas relacionales o conductas disruptivas
- Consumo excesivo de drogas
- Cambios de la personalidad, carácter, animo, conductas en los distintos contextos en que se desarrolla el o la alumno(a)

## II.II Familiares

- Antecedentes, historias familiares de suicidio
- Antecedentes de suicidio en el entorno
- Presencia de eventos vitales estresantes
- Ausencia de apoyo familiar y social
- Efecto contagio
- Clima familiar caótico
- Dificultades económicas graves
- Presencia de enfermedad mental en progenitores o adulto responsable

Siendo dichos antecedentes fundamentales para el abordaje oportuno de situaciones que podrían ser indicadores tanto de autoagresiones, autocortes o autolesiones, así como de posible riesgo suicida, es que como Colegio la focalización del trabajo está sujeto a:

**Promover:** Tanto a los estudiantes como a todos quienes formen parte de la Comunidad educativa el cuidado de salud Mental, impulsando el desarrollo de herramientas socioemocionales, focalizados en un ambiente escolar positivo, cálido que brinde el mejor espacio para el desarrollo integral de las personas.

**Prevenir:** Situaciones que generen conflictos gatillantes de problemáticas asociadas a la salud Mental, interviniendo de manera oportuna ante cualquier riesgo y fomentando agentes de protección.

**Detección:** Siendo participes en el desarrollo global de los estudiantes, es posible estar alertas ante cualquier riesgo o indicador de alteración en la salud Mental.

**Apoyo:** La contención y un plan de acción que permita acompañar a los y las estudiantes, de manera individual y coordinada de trabajo en red, ya sea especialista particular, OPD u otra institución a cargo.

### **Detección riesgo Suicida o Autolesiones:**

A veces la evaluación de dichos aspectos es una tarea difícil, no obstante, ante la sola sospecha de alguno de los riesgos se deberá actuar según indique el presente protocolo y la activación de éste



puede efectuarse ante el relato explícito de un estudiante a algún miembro de la comunidad educativa o por la percepción de señales que alerten algún riesgo.

#### **Señales de alerta directa:**

- Búsqueda específica para quitarse la vida, puede ser a través de internet, medicamentos (pastillas) u otro medio letal (armas). Planificación para concretar el suicidio
- Presencia de cortes, rasguños, quemaduras, costras que no cicatrizan (ya que pueden ser extraídas voluntariamente)
- Habla o escribe sobre el deseo de morir, “desparecer”, dañarse. Sentimientos de desesperanza, sin motivos o razones para vivir, sensación de estar bloqueado(a), atrapado(a). Sentirse una carga para los demás (familia, amigos, etc). Sentirse culpable de todo lo malo que pudiera estar sucediendo a modo personal o en su entorno
- Actos de despedida, conversaciones en que se expresa como si ya no fuese a “estar más presente” mensajes por redes sociales o envía cartas, regalos

#### **Señales de alerta indirecta:**

- Cambio de carácter, puede ser oscilante, retraído(a), desanimado(a), eufórico(a), cambio en el ánimo y/o conducta que pueden observarse en inestabilidad emocional, nerviosismo, inquietud
- Cambios en los hábitos de higiene, alimentación y sueño
- Rabia, angustia descontrolada
- Disminución de autoestima, posible apreciar abandono, descuido de sí mismo, deterioro de autoimagen
- Aislamiento, mayor lejanía de la familia, amigos, por lo tanto, se asocian sentimientos de soledad, redes sociales disminuyen
- Disminución de rendimiento académico y social, conductual. Desinterés del mundo

#### **Procedimientos de Colegio:**

- 1) **Información:** cualquier miembro de la Comunidad Educativa que perciba o tenga formal conocimiento de algún alumno(a) con conductas Autolesivas o ideación Suicida, tendrá que informar de manera inmediata al Encargado(a) de Convivencia escolar o a dirección, con lo que se dará paso inmediato a la apertura de protocolo interno del Colegio.

1.1) Ante el caso que sea el afectado quien otorga el relato a un adulto, miembro del equipo de trabajo del colegio (docente, inspector(a), asistente de la educación, etc.) éste deberá abordar la situación de la siguiente manera:

- Establece un vínculo de confianza con el/la afectado(a), llamándolo por su nombre de manera sutil, conteniéndolo(a)



- Actitud de empatía y respeto que permita la contención del estudiante
- No presionar para que deleve la situación que gatilló la crisis, pero sí darle confianza y ofrecerle su ayuda para la solución que sea por la cual cruza, adoptando una actitud positiva (en su justa medida) manifestándole que hay personas que se preocupan por él/ ella
- Identificar en el espacio físico factores que podrían ser un riesgo para la ideación suicida o autolesiva, es decir resguardar al estudiante dentro del entorno, pedir ayuda si es necesario de la manera más adecuada posible
- Así mismo determinar si hay un riesgo inminente de suicidio, procurar no dejar solo(a) a él/la estudiante
- Evitar hacerle sentir culpable, expresar apoyo, contención sin desestimar sus sentimientos, permitirle expresar tristeza, llanto, angustia

2) **Indagación:** una vez que él/la Encargado(a) de Convivencia Escolar inicie apertura de protocolo, él o la estudiante deberá ser evaluado por la psicóloga del equipo, siguiendo las indicaciones anteriores, pesquisando el grado de gravedad que presenta la situación (Leve, grave, moderada, extrema) y, así mismo, el/la encargado(a) de Convivencia Escolar o director(a) deberá citar al apoderado (de manera inmediata) para poner en antecedentes respecto de la situación y a su vez indagar en factores de riesgo, indicándole los pasos a seguir para un óptimo resguardo de el/la estudiante. Tales entrevistas podrían ser efectuadas en dupla y tendrán que ser registradas en una ficha del estudiante, no en el libro de calases para resguardar la identidad y situación acontecida, no obstante, en el libro de clases se indicara la entrevista y que el detalle queda en el documento anteriormente señalado.

Ante el caso que se tome conocimiento del riesgo que corre un estudiante una vez que éste haya finalizado su jornada escolar, se deberá contactar con el apoderado para informarle sobre la situación y tomar las medidas pertinentes.

3) **Medidas:** Encargado(a) de Convivencia Escolar se reunirá con el equipo directivo del Colegio para determinar bajada de información necesaria de acuerdo al caso. Es decir, para determinar actores de la comunidad a quienes es necesarios informar al respecto.

Posteriormente se procederá de la siguiente manera:

- Monitoreo de él/la estudiante
- Establecer o asignar persona de mayor confianza para él o la estudiante, de manera que pueda acudir en caso de ser necesario
- Derivación interna: Psicólogas y externa Psicóloga y/o Psiquiatra



- Recomendación de medidas de seguridad para resguardar a él o la estudiante en caso de espera para su atención externa (acompañamiento familiar, supervisión, limitar acceso a medios letales u otros)
- Ante el caso que la situación sea de conocimiento masiva dentro del Colegio, se ejecutara una reunión informativa, de manera que permita una única visión sobre el caso y evitar rumores. Indicando sobre la confidencialidad necesaria para el caso y la sensibilidad con la que se debe atender, sea cual sea el motivo
- Propiciar información y orientación a los compañeros de él o la estudiante respecto de apoyo ante la vivencia de situaciones complejas, contención y confianza que les permita cobijo de ser necesario. También se podría realizar en otros cursos, si el equipo directivo lo estima necesario

4) **Seguimiento:** El Departamento de Convivencia Escolar tendrán que asegurarse, mediante el seguimiento del caso, si él o la alumno(a) ha recibido la atención necesaria. De tal manera, deberá monitorear la adhesión de tratamiento externo, que le permita conocer avances de la intervención o proceso terapéutico, así como también el tipo de tratamiento (en el caso de medicación psiquiátrica) para estar en conocimiento. Por otro lado, conocer el compromiso de parte de la familia de él o la menor.

Además, se ejecutará acompañamiento con entrevistas al estudiante y su apoderado, ya sea en conjunto o por separado, de manera que permita reconocer avances o situación del proceso.

Atender las recomendaciones de apoyo otorgadas por el equipo externo de salud tratante. Información oportuna y constante a la dirección del establecimiento.