



Resumen Ejecutivo

Abordaje Inicial de la Orientación ante el riesgo suicida en Centros Educativos

Expositor: MSc. Jorge Robles Murillo

Resumen: Lic. David Chavarría Venegas

“El que tiene un porqué para vivir, puede soportar casi cualquier cómo.”

Viktor Frankl

El expositor parte del Círculo de bienestar, el cuál según MEP (2017) en sus nuevos programas de Orientación, sirve como referencia para la prevención, ya que considera al ser humano en su totalidad (Físico, emocional, social, ético espiritual y vocacional) por lo que se hace un énfasis en la responsabilidad de las personas consigo mismas y con la sociedad como tal. Por lo que es importante a la hora de tratar el tema de suicidio partir de esta posición de prevención ya que no solo se debe actuar en el momento en que se da tal situación en la institución sino que es necesario fortalecer los factores protectores y conocer algunos conceptos importantes tales como:

- Lesión autoinflingida
- Pensamiento de muerte
- Ideación suicida
- Intención – conocimiento – voluntad
- Suicidio

Cada uno de estos conceptos es independiente y no necesariamente están relacionados entre sí.



Programa de Desarrollo Profesional Continuo

Ahora es pertinente entender el concepto de Suicidio, según De la Garza (2008) se define como “muerte autoinflingida con pruebas de que la persona tenía la intención de morir”, Por lo que se puede decir que es un problema complejo y multicausal.

Proceso de conducta suicida (Chávez 2008)

Este se inicia por medio de sentimientos y emociones tales como depresión, tristeza, soledad, aislamiento, dolor, ira, desesperanza, entre otros, ante diversas situaciones, dicho proceso va a pasar por diferentes etapas, estas son:

- Ideación suicida
- Amenaza verbal
- Gesto suicida
- Tentativa de suicidio
- Suicidio consumado

¿Cómo detectar que alguien presenta situaciones de riesgo?

Se parte del Modelo CASA (Chávez 2008, Mitchel 1991)

Cambios

Acciones

Sentimientos

Amenazas

Otro elemento que puede ser utilizado es la Escala de Evaluación P.A.L.I

Pensamiento de muerte, suicida y Plan

Aislamiento

Letalidad

Intentos previos o familiares

Cualidades para atender estos casos:

Es necesario que se desarrollen ciertas cualidades para poder hacer frente a este tipo de casos, según Mitchel (1991) y Chávez (2008) son las siguientes:

- Escucha activa
- Acompañamiento



Programa de Desarrollo Profesional Continuo

- Mostrar interés
- Comunicación asertiva
- Vocabulario adecuado
- Estar atento

Muchas de estas cualidades son inherentes a la persona Profesional en Orientación, sin embargo en ocasiones por un poco control emocional o por temor al abordar este tema, dejamos de lado cada una de ellas, razón por la cuál es indispensable tomar las cosas en serio pero con serenidad.

Intervención Inicial (Mitchel 1991 y Betancourt 2011)

Se establecen una serie de pasos para realizar dicha intervención, estos serían los siguientes:

1. Construya un puente entre la persona y usted: Busque la empatía, no juzgue e indague.
2. Abra la puerta y escuche: Busque que la persona pueda hablar y cuando ya lo ha logrado, escúchelo, trate de identificar el evento detonante y sino está seguro pregunte.
3. Evalúe la realidad: Utilice la escala P.A.L.I y no prometa confidencialidad al respecto.
4. Evalúe la intensidad: Pregúntese ¿Cuán fuertes son las emociones que la persona está viviendo? Para determinar si es un mal manejo de la ira o si realmente es un potencial suicida, examine los sentimientos.
5. Tome a la persona en serio: No subestime lo que la persona dice.
6. Haga las preguntas correctas: No tengas miedo de ser directo al preguntarle si se ha intentado suicidar, esto puede convertirse en parte del abordaje terapéutico. Puede realizar preguntas tales como:
 - a) ¿Han estado tan mal las cosas últimamente que has pensado hacerte daño a ti mismo?
 - b) ¿Cómo lo harás?
 - c) ¿Tienes los medios a tu disposición?
 - d) ¿Qué quieres lograr al hacerte daño? ¿Lograrán tus acciones tu propósito?
 - e) ¿Has intentado suicidarte alguna vez?
 - f) ¿Por qué has elegido hacer esto en este momento?
 - g) ¿Qué te ha mantenido vivo hasta ahora?
 - h) ¿Qué piensas con respecto al futuro? Que tiene reservado para ti?
7. Evalúe y movilice sistemas de apoyo: Indague sobre las relaciones familiares, amistades, compañeros, haga preguntas como ¿con quién les gustaría estar en este momento?, ¿Qué



Programa de Desarrollo Profesional Continuo

otras personas que lo conocen lo pueden apoyar en situaciones de crisis?, ¿Qué lo mantiene con vida? Según las respuestas de la persona, puede darle esperanza, enfóquese en lo positivo y no en lo negativo.

8. Póngase en acción: Tome acuerdos con la persona que lo ayude a cambiar su situación, tan pronto como sea posible debe alejarse a la persona de su contacto con el medio principal que lo motiva a querer suicidarse. Haga la referencia a la Caja Costarricense del Seguro Social.
9. Mantenga el enfoque: Debe dar seguimiento al caso a pesar de que la persona diga que ya se le ha pasado la crisis.
10. Ofrezca una mano de apoyo: Involucre a tantas personas positivas interesadas como sea posible, incluyendo profesionales. Brinde información acerca del apoyo que tiene la persona a disposición, haga el seguimiento respectivo para asegurarse de que la persona está recibiendo la ayuda necesaria y acompáñela el tiempo que considere necesario sin ser excesivo.

Lo que no se debe hacer

Existen una serie de acciones que como Profesionales no debemos realizar, entre las cuáles se mencionan las siguientes:

- Juzgar
- Entrar en una lucha de poder con la persona.
- Anular o negar la amenaza.
- Atender solo la persona.
- Minimizar las preocupaciones de la persona.
- Reaccionar en forma ofuscada o alterada.
- Prometer confidencialidad.
- Apresurarse y confrontar a la persona.
- Dejar sola a una persona suicida.
- Sentir que usted tiene que resolver los problemas de la persona.



Recomendaciones del expositor

ABC de la Ideación Suicida

- El o la estudiante lo comunica de forma indirecta o directa (se puede evaluar el riesgo suicida mediante la escala P.A.L.I.).
- Algún compañero(a) lo comunica (realizan comentarios, frases, cartas, estados en redes sociales, entre otros).
- La familia comunica posibles conductas de riesgo como desprenderse de objetos queridos o frases que utiliza relacionadas con la muerte.
- Lo comunica a algún funcionario(a) del centro educativo.

ABC de la Tentativa Suicida

- Llamar a padres, madres o encargados(as) para informarles la situación con él o la estudiante.
- Realizar evaluación P.A.L.I. inmediata del o la estudiante.
- Referencia del centro educativo a emergencias de la clínica más cercana indicando de forma clara y concreta lo identificado en la evaluación P.A.L.I.
- **Llamar al 911.** Al realizar esta llamada se activan los protocolos de emergencia. En el caso de que los(as) encargados(as) no quieran o no puedan, **un funcionario(a)** del centro educativo deberá acompañar al(a) estudiante al centro de salud en *ambulancia*. Si no se presentan las personas a cargo de la persona menor de edad se debe **denunciar negligencia ante el PANI** (al llamar al 911 se activa la comunicación al PANI). Es fundamental **dar seguimiento** a las citas en la clínica del estudiantado referido y pedir recibido de referencias enviadas. Es fundamental la vigilancia atenta de esta población estudiantil.
- Se debe exigir en el centro de salud la **atención psicológica o psiquiátrica** del o la estudiante. Velar porque este(a) **asista a las citas** en psicología o psiquiatría. El **director o directora del centro educativo debe conocer** la situación y apoyar en traslados y papeleos. Si él o la estudiante requiera **medicación**, es de gran importancia que diariamente estén recibiendo la medicación indicada. Por respeto a la imagen del o la estudiante, la situación debe ser abordada bajo el criterio de **confidencialidad, profesionalismo y discreción. Evitando la revictimización** del o la estudiante. Siempre se



Programa de Desarrollo Profesional Continuo

debe **realizar informes de actuación** de las situaciones que surjan y adjuntarlos al expediente acumulativo del o la estudiante.

ABC del Suicidio consumado

- Informar inmediatamente a las autoridades de la Institución.
- Llamar al 911.
- Docentes y personal administrativo deben procurar mantener la calma de la población estudiantil presente en la institución.
- Como medida administrativa suspender las lecciones y que el estudiantado regrese a sus casas para evitar afectar la escena, la victimización de la persona fallecida y posibles crisis ante la situación.
- Separar poblaciones
- Mantener intacta la escena donde ocurrieron los hechos.
- Coordinar con Fuerza Pública y el Organismo de Investigación Judicial (OIJ).
- Comunicarse con la familia de la persona fallecida.

Postvención

- Exploración de la situación: dirección-docentes-estudiantes-depto. Orientación
- Enfoque en la población: versiones de la situación-No replica-necesidades (General)
- Trabajo con personal en Intervención en Crisis
- Preguntas generadoras: inquietudes-necesidades
- Generación de Categorías: ambiente institucional, mejoras, académicas, etc
- Propuesta de trabajo: corto-mediano-largo plazo (estudiantes-personal-familia)
- Creación de categorías: empoderamiento del CE
- Reincorporación estudiantil: sensibilización-recreación (dirigido por los docentes)
- Seguimiento: corto-mediano-largo plazo (estudiantes-personal-familia)

Por último recuerde, tal como lo dice Viktor Frakl:

Si no está en tus manos cambiar una situación que te produce dolor, podrás escoger la actitud con la que afrontes ese sufrimiento.