



## **INSTRUCTIVO FRENTE A CONDUCTAS DE RIESGO SUICIDA EN EL COLEGIO**

### **El contexto escolar y la salud mental infanto-adolescente**

### **Prevención, detección e intervención del riesgo suicida en el ámbito educativo**

#### **I. INTRODUCCION**

El Colegio es un agente protector que promueve la salud mental, fomenta estilos de vida saludable, y gestiona la capacidad de los estudiantes para aprender a convivir sanamente con otros, desarrollando estrategias para sobrellevar el estrés y prevenir conductas de riesgo.

La prevención de la conducta suicida en el colegio Almenar de Pirque, involucra la participación de toda la comunidad educativa -estudiantes, sus familias, docentes, asistentes de la educación, Equipo Directivo y otros miembros del colegio- que actúan fomentando conocimientos y comportamientos relacionados con estilos de vida saludable desde una lógica preventiva, identificando y manejando activamente conductas de riesgo que pudiesen apreciarse al interior de la comunidad.

#### **II. COMPRENDIENDO LA CONDUCTA SUICIDA**

El paso inicial en cualquier iniciativa preventiva implica necesariamente conocer acerca del fenómeno, sus características, cuáles son los factores que están interviniendo y cómo distinguirlo.

Las conductas suicidas abarcan un amplio espectro de conductas, conocido también como suicidalidad, 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: un profundo dolor y malestar psicológico que impide continuar con la vida y del cual no se visualizan alternativas de salida o solución (OMS, 2001).

De esta forma, la conducta suicida se puede expresar mediante las siguientes formas:

##### **IDEACIÓN SUICIDA**

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

##### **INTENTO DE SUICIDIO**

Implica una serie de conductas o actos con los que una persona intencionalmente busca causarse daño hasta alcanzar la muerte, no logrando su consumación.



### **SUICIDIO CONSUMADO**

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

### **SEÑALES DE ALARMA**

<b>SEÑALES DE ALARMA DIRECTAS</b>	<b>SEÑALES DE ALARMA INDIRECTAS</b>
<p><b>Busca modos para matarse:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda en internet (páginas web, redes sociales, blogs).</li> <li>• Intenta acceder a armas de fuego, pastillas u otro medio letal.</li> <li>• Planifica o prepara el suicidio (lugar, medio, etc.).</li> </ul> <p><b>Realiza actos de despedida:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Envía cartas o mensajes por redes sociales.</li> <li>• Deja regalos o habla como si ya no fuera a estar más presente.</li> </ul> <p><b>Presenta conductas autolesivas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cortes, quemaduras o rasguños en partes del cuerpo como muñecas, muslos u otras.</li> </ul> <p><b>Habla o escribe sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deseo de morir, “desaparecer o estar muerto”, herirse o matarse (o amenaza con herirse o matarse). Relato o mención de despedidas descontextualizadas, o indicaciones para “cuando ya no esté”.</li> <li>• Sentimientos de desesperación o de no existir razones para vivir.</li> <li>• Sensación de sentirse atrapado, bloqueado o sufrir un dolor que no puede soportar.</li> <li>• Ser una carga para otros (amigos, familia, etc.) o el responsable de todo lo malo que sucede.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alejamiento de la familia, amigos y red social o sentimientos de soledad.</li> <li>• Se aísla y deja de participar.</li> <li>• Disminución del rendimiento académico y de sus habilidades para interactuar con los demás.</li> <li>• Incremento en el consumo de alcohol o drogas.</li> <li>• Cambios de carácter, ánimo o conducta, pudiendo mostrarse inestable emocionalmente, muy inquieto o nervioso.</li> <li>• Deterioro de la autoimagen, importante baja en la autoestima, o abandono/ descuido de sí mismo.</li> <li>• Cambios en los hábitos de sueño o alimentación.</li> <li>• Muestra ira, angustia incontrolada, o habla sobre la necesidad de vengarse.</li> </ul>



### III. NIVEL PREVENTIVO DEL COLEGIO.

#### OBJETIVO:

Incorporar estrategias de prevención de conductas suicidas, que incluya la promoción de un clima escolar protector, la prevención de problemas de salud mental, educación y sensibilización en el tema, junto a detectar señales de alerta directas o indirectas de suicidio, junto a mantener coordinación con la red de salud.

#### MEDIDAS PREVENTIVAS

- Clima Escolar Protector: Nuestro Proyecto Educativo contempla el permanente cuidado en nuestra comunidad afianzando el respeto, el apoyo social, la inclusión y el cuidado mutuo. Esto se materializa a través de las diversas acciones trazadas en el Plan de Gestión de la buena convivencia escolar.
- Prevención de Problemas y Trastornos de salud mental: Los problemas y trastornos mentales son uno de los principales factores de riesgo para la conducta suicida. Aproximadamente, dos de cada diez estudiantes chilenos presentan algún tipo de problema o trastorno de salud mental (De La Barra et al., 2012). Debido a esto, el Colegio busca desarrollar competencias socioemocionales y habilidades sociales a través del plan de Orientación, donde se enmarca el Proyecto de Afectividad del Colegio. Además, a través de intervenciones del Equipo de apoyo y de Instituciones externas se entrega mayor información respecto a la salud mental, alfabetizándolos al respecto. A su vez, es tarea constante el proporcionar bienestar psicosocial a los profesores y asistentes de la educación, estableciendo espacios de contención y apoyo, junto a estar constantemente evaluando su estabilidad emocional.
- Educación y sensibilización sobre suicidio: Es necesario que todos los miembros de la comunidad se familiaricen con la conducta suicida. Para lo cual se planifican y ejecutan capacitaciones para docentes y asistentes de la educación, talleres para estudiantes e informativos para las familias en sensibilización, detección, manejo de señales de alerta.
- La detección de estudiantes en riesgo resulta una estrategia que busca identificar a los estudiantes que manifiestan señales de alerta directas o indirectas de conducta suicida.



## **IV. NIVEL DE INTERVENCION**

### **A. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRENTE A CONDUCTAS DE RIESGO SUICIDA**

#### **Consideraciones importantes en cualquier caso de ideación o riesgo suicida**

- No abordar el tema en grupo.
- Estar siempre alertas, aunque sea un comentario que parezca no tener mayor relevancia.
- Tener máxima discreción y **no exponer** al alumno/a a otros compañeros/as que desconocen su situación o a otros adultos del colegio.
- Tener un comportamiento tranquilo y eficiente por parte del adulto (psicóloga) para que el alumno/a pueda explicar qué está haciendo y los posibles motivos de su comportamiento, para definir el tipo de apoyo y acciones que se llevarán a cabo.

#### **A continuación, se describen los pasos a seguir:**

##### **1. RECEPCIÓN DE INFORMACIÓN**

- Cualquier miembro de la comunidad escolar (estudiante apoderado, administrativo, docente, etc.) que vea, escuche o sospeche alguna situación de riesgo, que involucre a algún estudiante, tiene la obligación de informar inmediatamente al Director y/o a cualquier miembro del Equipo Directivo, Convivencia Escolar, así como también informar al profesor jefe. Según amerite la situación se deja registro en la hoja de vida del libro de clases o en hoja de registro de entrevista, resguardando la privacidad del alumno.

##### **2. CONTENCIÓN INICIAL CON EL ALUMNO/A EN RIESGO**

- La persona quien reciba esta información debe presentar una actitud contenedora y calmada.
- Agradecer la confianza del o la estudiante.
- Mencionar directamente que está en riesgo su integridad física y psicológica, por lo cual es necesario pedir ayuda profesional (Psicóloga del Colegio), así como también, informar a los padres y/o apoderado/a.
- Si él o la estudiante pide que se resguarde el secreto, es necesario decirle que no es posible, ya que para cuidarlo hay que pedir ayuda a otros adultos.

##### **3. DERIVACIÓN**

- Se derivará el caso a la Psicóloga, quien deberá entrevistar de forma inmediata al estudiante, tomando acta escrita del relato, con fecha y firma. Esta entrevista, si lo amerita, puede realizarse con la presencia del Profesor Jefe, Encargado de Convivencia Escolar u otro miembro del Equipo Directivo.
- En la entrevista se deberá dar a conocer al estudiante de la obligación que tiene el establecimiento de informar esta situación, al apoderado/a o adulto responsable que resulte pertinente.



- Posteriormente al relato, la Psicóloga procederá a redactar un breve reporte de la situación, mientras la Encargada de Convivencia Escolar cita al/la apoderado/a o adulto responsable en calidad de urgencia.

#### **4. INFORMAR A APODERADO/A**

- Manifestar la preocupación del establecimiento educacional y ofrecer ayuda.
- Determinar en conjunto la información que puede ser transmitida a los profesores y estudiantes, contrastando la información que maneja el establecimiento educacional sobre lo ocurrido.
- Preguntar si han sido testigos presenciales de alguna conducta o situación de riesgo de suicidio recientemente. Identificar si hay elementos en el contexto escolar que generen problemas o si deberían ser cambiados (por ejemplo, bullying, presión escolar o discriminación).
- Saber qué esperan los padres y el o la estudiante del Colegio y afirmar claramente qué es posible realizar en el contexto escolar.
- Preguntar si la ayuda profesional está disponible para él o la estudiante. En caso de no, ofrecer apoyo para contactarles con la red de apoyo cercana al Colegio. Tiene la responsabilidad como tutor legal de llevar de forma inmediata al estudiante al Servicio de Urgencia, Hospital Sótero del Río, portando el reporte emitido por el Colegio, para ser atendido por especialistas pertinentes.
- Se da un plazo máximo de 48 horas, dentro de las cuales deberá presentar comprobante de atención, que especifica las vías de abordaje a seguir.
- El apoderado debe comprometerse a seguir las orientaciones médicas y/o el tratamiento indicado. Informar oportunamente al colegio, a través de documentos que acrediten modificaciones, eventos relevantes y/o alta médica.
- En caso de que el apoderado no se presente a la citación, el colegio dará un plazo máximo de 24 horas para hacerlo. Si no asiste, se informará a la Oficina de Protección de Derechos de Pirque, para consultar cómo proceder con el caso.
- La Dirección del colegio en conjunto con su equipo multidisciplinario deberá realizar seguimiento y apoyo, informando de cualquier situación relevante a quienes resulten pertinentes.

#### **5. ORGANIZAR REUNIONES CON EL EQUIPO ESCOLAR**

- Informar sobre lo sucedido a los docentes y asistentes de la educación del establecimiento, con el fin de contar con una versión única para comunicar a la comunidad educativa y evitar rumores.
- Mantener confidencialidad de información sensible sobre el estudiante y/o su familia, por ejemplo, orientación sexual, embarazo, entre otros.
- Entregar información respecto de dónde pueden encontrar apoyo aquellos que se han visto más afectados con la situación.



## **6. ORGANIZAR UNA CHARLA EN CLASE**

- Ofrecer información a los compañeros del estudiante afectado sobre dónde pueden conseguir apoyo en situaciones complejas, y con quién pueden hablar si lo necesitan.
- Esta acción también se puede realizar con otros cursos, en caso de que el establecimiento educacional lo estime necesario.
- Si el estudiante y sus padres lo permiten, hablar en clase sobre el incidente, principalmente sobre su estado de salud actual y las formas de brindarle apoyo. Nunca deben darse detalles sobre el intento de suicidio (por ejemplo, el método o el lugar).
- Se deberá dar información general sobre la conducta suicida y a continuación entregar recomendaciones para informar en clases sobre el intento de suicidio de un o una estudiante.
- Considerar el punto de vista de los estudiantes, de manera que se pueda empezar desde sus creencias o necesidades.
- Preguntar a él o la estudiante afectado si prefiere asistir a la charla o no.

## **7. PLAN DE INTERVENCIÓN Y CONTENCIÓN POSTERIOR A RIESGO SUICIDA**

- Retornar a clases y a las rutinas habituales será un componente vital del proceso de recuperación de él o la estudiante.
- La vuelta al Colegio debe ser conversada y analizada con los padres, el encargado designado, los profesores y el estudiante, y en conjunto acordar los apoyos que necesitará para que su regreso sea confortable (ej. parcelar calendarios de evaluaciones pendientes, definir a quien recurrir en caso de crisis o malestar, etc.).
- Analizar las estrategias pedagógicas y/o adaptar la metodología y criterios de evaluación para favorecer el éxito escolar del/de la alumno/a, propuesta que debe elaborarse con todos los profesionales que conforman el equipo de aula.
- Mantener una vigilancia y supervisión continua por parte del profesorado tanto en el aula, como en los desplazamientos al baño y recreos para garantizar la seguridad e integridad del alumno tanto en las actividades académicas como en los tiempos de ocio.
- No dejarlo solo, involucrando acompañamiento del personal docente, amigos/as y otros compañeros, sin que esto signifique que deba relatar o exponer su situación.
- Cualquier incidente relevante será comunicado al Equipo Directivo o Equipo de Convivencia Escolar.
- El colegio deberá seguir las instrucciones de los servicios de salud mental, apoyo y seguimiento.
- Limitar el acceso a posibles medios lesivos: retirar materiales peligrosos, hacer los pasillos y escaleras lo más seguros posibles, asegurar las ventanas limitando la apertura, reducir el acceso a sustancias químicas o medicinas.



- Mostrar empatía y comprensión por parte del profesorado, para prevenir las emociones negativas de fracaso y ansiedad delante de situaciones escolares, coordinados por el docente nominado como referente, que tenga mayor confianza y empatía con el/la alumno/a.
- Contener y orientar al/la alumno/a y/o grupo curso frente a eventuales situaciones que se presenten.
- Autorizar momentáneamente la salida del aula ante una situación de tensión, siempre bajo la supervisión del profesorado, y siguiendo los protocolos de derivación y gestión de espacios previstos.
- Consensuar con el grupo aula normas de convivencia y anti acoso, para crear un clima de convivencia positivo en el grupo que favorezca el apoyo y solidaridad entre iguales.
- Utilizar cronograma y agenda escolar para mejorar su organización y el rendimiento académico. En esta agenda es importante que el/la profesor/a ponga algo positivo antes de relacionar las tareas a realizar o cosas que hace falta mejorar.
- Hacer una supervisión a nivel individual de las instrucciones, comprensión, realización y finalización de las tareas escolares.
- Fomentar una participación activa en el aula, aprovechando sus intereses y dándole relevancia a sus capacidades para que se sienta más valorado/a.
- Hacer contención de las conductas disruptivas, utilizando gradualmente las siguientes estrategias: evitar la confrontación y recriminaciones en público, buscar siempre el refuerzo positivo, corregir en privado y felicitar en público, premiar conductas alternativas positivas.
- Unificar criterios de actuación: en el ámbito familiar, entre el equipo docente, así como entre los sistemas familiar y escolar.
- Realizar entrevistas frecuentes entre el Colegio, el alumno y la familia para hacer el seguimiento de la evolución del/ la alumno/a.
- Mantener contacto con especialista externo (psicólogo, psiquiatra, otro) para acordar estrategias de manejo en el colegio.

## **B. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN TRAS EL SUICIDIO DE UN O UNA ESTUDIANTE**

### **1. Activación del protocolo**

- El Director (o quien éste designe) del establecimiento educacional debe coordinar la activación del protocolo de forma inmediata y convocar una primera reunión con los actores relevantes, asegurándose incluir al mismo Director, los profesores de él o la estudiante, el Equipo de convivencia y personal administrativo.



## **2. Informarse de lo sucedido y contactar a los padres**

- El Director del establecimiento educacional o quien este designe debe primero verificar los hechos y estar seguros de la causa de la muerte, a través de la información oficial de los padres.
- La información sobre la causa de la muerte no debe ser revelada a la comunidad estudiantil hasta que la familia haya sido consultada sobre la información oficial. Si aún no existe claridad de lo sucedido. La Dirección o encargado designado debe informar que la situación está siendo evaluada y que será comunicado tan pronto como haya más información. Transmitir a los estudiantes y sus familias que los rumores que puedan circular pueden ser profundamente hirientes e injustos para la persona fallecida, su familia y amigos, y que incluso pueden ser información errónea o imprecisa.
- Si la muerte ha sido declarada como un suicidio, pero la familia no quiere divulgarlo, se debe designar a un miembro del equipo escolar que tenga mejor relación con la familia para ponerse en contacto con ellos con el objetivo de informarles que, dada la información que probablemente ya circula entre los estudiantes sobre lo ocurrido, el establecimiento educacional dispondrá de miembros del equipo formados en el tema para que traten el tema con la comunidad escolar, específicamente sobre el suicidio y sus causas. Se debe enfatizar a la familia que esto es sumamente necesario para ayudar a mantener al resto de estudiantes a salvo de posibles conductas imitativas. Igualmente, se debe ofrecer a la familia ayuda de parte del establecimiento educacional.
- A corto plazo, se deben resolver los temas administrativos pendientes entre el establecimiento educacional y la familia del/la estudiante de manera de asegurarse que la familia no vuelva a ser contactada por el establecimiento salvo en casos estrictamente necesarios.

## **Paso 3: Atender al equipo escolar: comunicación y apoyo**

- Tan pronto como sea posible, organizar una reunión con los docentes y asistentes de la educación del establecimiento educacional, en la que se comuniquen los hechos con claridad y los pasos a seguir.
- También es importante informar al equipo escolar acerca de dónde pueden conseguir apoyo psicológico o gestionar apoyo a través de la red de apoyo con la que cuenta la escuela.

## **Paso 4: Atender a los estudiantes: comunicación y apoyo**

- Los establecimientos educacionales deben cuidar a sus estudiantes, aspecto fundamental para la postvención, favoreciendo el proceso de duelo y reduciendo los riesgos de conductas imitativas.
- Ofrecer a los y las estudiantes la oportunidad para expresar sus emociones y entregarles información sobre estrategias saludables para manejarlas.
- Informar a los y las estudiantes sobre cómo conseguir ayuda y apoyo, tanto en el establecimiento educacional como fuera de éste. Lo más pronto posible y una vez





realizada la reunión con el equipo escolar, los profesores deben preparar una charla en clase.

- Los padres y apoderados de la comunidad escolar son figuras fundamentales dentro de la prevención, por lo que es necesario enviarles una nota informativa que dé cuenta del incidente (sin detalles de método o lugar) y por sobre todo informe sobre los posibles riesgos y las opciones de apoyo disponibles para sus hijos e hijas.

### **Paso 5: Información a los medios de comunicación**

- El suicidio de un o una estudiante puede atraer atención y cobertura de los medios de comunicación locales. Sólo en caso de que los medios de comunicación tomen contacto con el establecimiento educacional o con algunos de los actores de la comunidad educativa, se debe preparar un comunicado dirigido a los medios y designar a un portavoz de la institución.
- Se debe advertir a todo el equipo escolar del establecimiento que sólo el portavoz está autorizado para hablar con los medios. Aconsejar a los y las estudiantes que eviten entrevistas con los medios de comunicación.

### **Paso 6: Funeral y conmemoración**

- Según sean los deseos de la familia, se puede ayudar a difundir la información sobre el funeral a estudiantes, padres y apoderados, y equipo escolar, así como también autorizar la asistencia de estudiantes a los ritos que ocurran en horario escolar (velorio, funeral).
- En caso de que se decida como comunidad educativa asistir al funeral, es conveniente preparar con el equipo de convivencia escolar cómo se apoyará a los estudiantes mientras dure esto, al mismo tiempo que recomendar a los padres acompañen a sus hijos e hijas al mismo.
- Las redes sociales tales como WhatsApp, Instagram, Facebook y Twitter, son el principal medio de comunicación en todas las edades, más aún en estudiantes. Estos pueden ser una herramienta estratégica como parte de la respuesta del establecimiento educacional tras el suicidio ocurrido. Con este fin, se puede aprovechar la colaboración de algunos estudiantes que ejercen liderazgo en los medios y así monitorear la influencia de los mensajes circulantes en los estudiantes, al mismo tiempo que favorecer que éstos sean seguros, ofrezcan apoyo a estudiantes que se han visto muy afectados, y se pueda identificar y responder oportunamente a quienes pudieran estar en riesgo.
- Es importante entregar a los estudiantes recomendaciones generales sobre el uso de las redes sociales en estas situaciones, específicamente sobre qué información es recomendable publicar y cuales es preferible evitar.

### **Paso 7: Seguimiento y evaluación**

- El equipo a cargo de la implementación del protocolo, debe realizar seguimiento y evaluación de las acciones realizadas, aprender de los obstáculos y adaptar los procedimientos.