



**PROTOCOLO PREVENCIÓN
DE
CONDUCTAS SUICIDAS Y AUTOLESIVAS**

ÍNDICE

I.	Introducción	3
II.	Objetivos	3-4
III.	Factores de riesgo de conductas suicidas en etapa escolar	5-6
IV.	Señales de alerta	6
V.	Estrategias preventivas	7
VI.	Protocolo de acción	7-13

I. INTRODUCCIÓN

Los establecimientos educacionales están llamados a generar comunidades educativas que formen a niños, niñas y adolescentes en una convivencia y participación responsable, tolerante, solidaria, democrática y activa en la comunidad, contribuyendo al desarrollo del país.

En ellos se llevan a cabo la mayor parte de las interacciones sociales cotidianas; son ámbito propicio y estratégico para promover la salud mental, fomentar estilos de vida saludables, aprender a convivir sanamente, propiciar estrategias para superar el estrés y prevenir conductas de riesgo.

En este contexto, los establecimientos educacionales deben participar de la prevención de la conducta suicida y autolesiva en niños, niñas y adolescentes. Esto involucra la participación de toda la comunidad educativa que fomenta conocimientos y comportamientos relacionados con estilos de vida saludables desde una lógica preventiva, identificando y manejando activamente conductas de riesgo que pudiesen apreciarse al interior de la comunidad.

Todo intento de prevención debe considerar una estrategia integral de prevención, que incluya promoción de un clima escolar protector, prevención de problemas de salud mental, educación y sensibilización en el tema, detección y adecuado manejo ante señales de alerta y coordinación con redes de salud.

II. OBJETIVOS:

OBJETIVO GENERAL:

Promover en la comunidad escolar el conocimiento y uso de acciones preventivas frente a los riesgos de suicidio y autolesiones que pueden existir en la comunidad escolar, a través de la promoción constante del autoconocimiento, trabajo en redes y una gestión colaborativa entre todos los miembros para contribuir al propio bienestar socioemocional, y también, en el de quienes se encuentran alrededor.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conocer los factores de riesgos y protectores para la conducta suicida y autolesiva.
- Reconocer síntomas de ideación suicida; conductas, estados emocionales que puedan estar reflejando la presencia de este riesgo.
- Promover el trabajo en red con instituciones asistenciales de la salud.
- Sensibilizar a los distintos estamentos de la comunidad escolar como agentes fundamentales en la prevención, detección y actuación, que por efecto inciden a cuidar la convivencia escolar positiva.
- Promover conductas de autocuidado y bienestar emocional.
- Conocer la forma idónea de actuación del colegio frente a situaciones asociadas al suicidio y autolesiones.

La conducta suicida se expresa mediante las siguientes formas:

1. **Ideación suicida:** Implica pensar en atentar contra la propia integridad, también considera la sensación de estar agotado, cansado de la propia vida, creencias de desesperanza, no tener ganas de vivir, desmotivación generalizada, deseos de no querer despertar del sueño. Corresponde a la voluntad de querer quitarse la vida.
2. **Planificación del suicidio:** Se refiere cuando una persona comienza a tener pensamientos del punto anterior con mayor fuerza, por lo que comienza a idear un plan o un método. Implica idear cómo llevar a cabo el plan, qué utilizar y dónde.
3. **Intento de suicidio:** Acción que atenta contra la propia integridad física sin llegar a la consumación.
4. **Suicidio Consumado:** Término que una persona, en forma voluntaria e intencional, hace de su vida. La característica preponderante es la fatalidad y la premeditación.

Se entiende por:

Conductas autolesivas: Actos intencionales y directos de daño sobre el propio cuerpo sin una clara intención de acabar con la vida. A través de la sensación provocada por las autolesiones se busca aliviar el intenso malestar psicológico vivido por la persona. Este tipo de conducta puede no provocar lesiones importantes, provocar lesiones o provocar la muerte de manera no intencional (Manitoba's Youth Suicide Prevention Strategy & Team, 2014; OPS & OMS, 2014).

Ejemplo de conductas autolesivas, son el auto infringirse cortes en las muñecas, piernas u otras partes del cuerpo, quemaduras, rasguños, tirones de pelo, etc.

III. FACTORES DE RIESGO DE CONDUCTA SUICIDA EN ETAPA ESCOLAR

1. Ambientales:

- Bajo apoyo social.
- Difusión inapropiada de suicidios 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 favorables al uso de sustancias ilegales, armas de fuego, etc.
- Desorganización y/o conflictos comunitarios.
- Barreras para acceder a la atención de salud y estigma asociado a la búsqueda de ayuda.

2. Familiares:

- Trastornos mentales en la familia.
- Antecedentes familiares de suicidio.
- Desventajas socio-económicas.
- Eventos estresantes en la familia.
- Desestructuración o cambios significativos.
- Problemas y conflictos.
- Clima emocional caótico en la familia.
- El maltrato infantil y el abuso sexual de los padres hacia los hijos.

3. Individuales:

- Trastornos de salud mental (del ánimo, esquizofrenia, abuso de alcohol y otras drogas).
- Uno o varios intentos suicidas previos.
- Acontecimientos vitales estresantes (quiebre, duelo).
- Suicidio de un par o referente significativo.
- Desesperanza, estilo cognitivo pesimista.
- Maltrato físico y abuso sexual.
- Víctima de bullying.
- Conductas autolesivas.
- Ideación suicida persistente.
- Discapacidad y/o problemas de salud crónicos.

- Dificultades y retrasos en el desarrollo.
- Dificultades y/o estrés escolar.
- Trastornos del control de impulsos (que se expresa en altos niveles de disforia, agresividad y hostilidad).
- Baja tolerancia a la frustración (sin capacidad para aplazar la satisfacción de sus deseos, muy demandantes de atención y afecto).

IV. SEÑALES DE ALERTA

Señales de alerta directa:

- Busca modos para suicidarse.
- Búsqueda en internet (páginas webs, 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 puede soportar.
- Ser una carga para otros (amigos, familia, etc.) o el responsable de todo lo malo que sucede.

Señales de alerta indirectas:

- 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, descuido de sí mismo.
- Cambios en los hábitos de sueño o alimentación.
- Muestra ira, angustia incontrolada, o habla sobre la necesidad de vengarse.

V. ESTRATEGIAS PREVENTIVAS

Para contribuir al bienestar de nuestros estudiantes, es clave la atención y promoción del bienestar socioemocional de ellos. Por lo mismo, el establecimiento considera las siguientes instancias como mecanismos de prevención que, implica una labor formativa en lo siguiente:

- Promoción de un clima de convivencia escolar positivo.
- Promoción del buen trato entre todos los miembros de la comunidad escolar.
- Educación y sensibilización sobre el suicidio (factores de riesgo y protectores), combatiendo los mitos asociados.
- Orientación a los adultos líderes de la enseñanza en el establecimiento sobre la importancia de cuidar y prestar atención a las señales emocionales de los y las estudiantes.
- Promoción del desarrollo de competencias socioemocionales en los estudiantes, a través de intervenciones en aula a nivel grupal, individual, o en talleres y charlas.
- Seguimiento del estado socioemocional de los estudiantes.
- En lo posible, prevenir la aparición de problemas de salud mental mediante intervenciones oportunas, y consigo, la derivación pertinente a especialista.
- Apoyo y acompañamiento a los estudiantes que presentan alguna dificultad en su salud mental, mediante el desarrollo de un plan de intervención individual, el cual, contempla al equipo de formadores del establecimiento (Departamento de orientación-Coordiación).
- Promoción de conductas de búsqueda de ayuda.
- En estudiantes de riesgo; acceso restringido a espacios sin vigilancia.

VI. PROTOCOLO DE ACCIÓN

1) Frente a una sospecha de: Conducta autolesiva, ideación suicida, planificación o intento de suicidio.

Fase 1. Denuncia en el establecimiento y recopilación de información.

El plazo para efectuar la denuncia (informar) en el establecimiento es de 24 horas. Quien reciba la información (cualquier miembro de la comunidad escolar) informará de manera inmediata al departamento de orientación, entregando su relato y si lo hubiera, todo medio de prueba existente.

Una vez efectuada la denuncia, el departamento de orientación activará el

presente protocolo, y será quienes comenzarán a liderar el proceso de recopilación de información para transmitirla en forma objetiva al apoderado (a) y posteriormente, velarán por una derivación oportuna a un especialista externo (en el caso que no esté siendo atendido/a por uno).

Es muy importante que quien reciba esta información, sea una conducta autolesiva, ideación, planificación o intento de suicidio, mantenga la calma, muestre una actitud contenedora, no sobrealarmarse, mantenga un lenguaje corporal y verbal de tranquilidad.

Fase 2. Información al apoderado y posible derivación.

En un plazo de 48 horas hábiles (desde la toma de conocimiento), el departamento de orientación, convocará a una entrevista al apoderado del estudiante para informar de la situación y dar aviso de estos procedimientos realizados y los importantes a seguir, del mismo modo, se solicitará y orientará a la familia sobre el indispensable cuidado responsable que debe tener la familia por la información que se le ha otorgado en el momento. Se debe realizar derivación a especialista externo o bien a un centro competente para que el estudiante reciba un tratamiento pronto e idóneo.

Si el estudiante ya se encuentra en tratamiento de salud mental, se enviará información al especialista.

Fase 3: Acompañamiento y seguimiento.

El departamento de orientación será el responsable de efectuar seguimiento directo del caso al interior del establecimiento y entregará la información necesaria a coordinación académica y a los docentes.

Si el estudiante continúa como alumno regular, será imprescindible el seguimiento a través de entrevistas periódicas con el estudiante y apoderado (a) con el objetivo de fortalecer el desarrollo y manejo de estrategias de protección. Esto, comprendiendo y respetando la integridad, confidencialidad y responsabilidad en el abordaje y estrategias de acercamiento con el estudiante.

Si a través de las entrevistas, se evidencia que continúa el riesgo de suicidio; se promoverán acciones de solicitud de informe o certificado del especialista tratante, para resguardar que efectivamente está siendo atendido e ingresado a un sistema de apoyo y protección emocional. También, se podrá generar contacto directo con el especialista para colaborar con entrega de información necesaria. En este mismo objetivo, se solicitará coordinación para abordar el

caso de la manera más óptima posible al interior del establecimiento.

Los acuerdos tomados con el apoderado, quedarán registrados y firmados por escrito, de no cumplirse las fechas o aspectos abordados, el establecimiento velará por el bienestar del estudiante y realizará la denuncia por vulneración de derechos.

Se informará a los padres que como medida excepcional establecida en este protocolo y para el cuidado del o la estudiante y de su comunidad, podrá reintegrarse una vez que el especialista determine que está en condiciones de asistir al colegio a través de un certificado que advierta si el estudiante está en disposición de reintegrarse a la vida escolar, y entregue sugerencias para que el colegio pueda apoyar y acompañar al alumno/a. En este caso se asegurará el derecho a la educación a partir de las sugerencias que el especialista entregue y las medidas que el establecimiento pueda adoptar en este sentido, ya sea mediante la entrega del material de trabajo o estudio semanalmente a los apoderados, asistencia solo a evaluaciones (de ser necesario serán recalendarizadas por coordinación académica).

2) En caso que un intento de suicidio o autolesiones se produzcan en el Colegio, se deberá:

- Si es posible, se prestarán los primeros auxilios que el Colegio pueda brindar.
- Se llamará inmediatamente al 133 (Ambulancia) o traslado al servicio público de urgencias más cercano.
- Se llamará inmediatamente a un familiar o adulto responsable del o la estudiante.
- Cada grupo de alumnos, teniendo en cuenta su edad, recibirá información y contención de parte de un adulto docente, mientras esté dentro del establecimiento educativo.

3) Ante un riesgo de fallecimiento al interior del Colegio:

- Ante la descompensación emocional con riesgo de suicidio de una persona, se debe llamar inmediatamente al 134 (ambulancia), o bien, si la evaluación de la situación lo estima, llamado inmediato para solicitar la presencia del

apoderado, o bien, se gestionará traslado al servicio de urgencia más cercano.

- De ser posible, se prestarán los primeros auxilios que el colegio pueda brindar.
- En todo momento se velará por no dejar solo al estudiante.
- Cada grupo de estudiantes, teniendo en cuenta su edad, recibirá información y contención de parte de un adulto docente, mientras esté dentro del establecimiento educativo.
- Si la situación lo amerita, se llamarán a los padres o adultos responsables para retirar a los estudiantes del establecimiento.
- De ser necesario se habilitarán salidas hacia el exterior del establecimiento, pero que estén lo más alejado posible de la escena en que la situación se encuentra ocurriendo.

4) Actuación tras suicidio de un estudiante

a) Paso 1: Activación del protocolo

La directora o funcionario del establecimiento que designe, coordinará la activación del protocolo inmediatamente y convocará a una primera reunión con actores relevantes y pertinentes a la situación, incluyendo Directora, Equipo Directivo, Profesor Jefe y Docentes del estudiante, Departamento de orientación, Encargado de Convivencia Escolar y Personal Administrativo que se requiera.

b) Paso 2: Informarse de lo ocurrido y contactar a los Padres.

- La directora o quien se designe eventualmente, debe primero verificar los hechos y establecer certeza sobre la causa de muerte, a través de la información oficial, de preferencia de primera fuente, los Padres.
- La información sobre causa de muerte no debe revelarse a la comunidad estudiantil hasta que la familia haya sido consultada sobre la información oficial. De no existir claridad de lo sucedido, Dirección o el funcionario designado debe informar que el hecho está siendo evaluado y se comunicará en cuanto exista más detalles.
- La institución debe ser clara y directa al transmitir a los estudiantes y familias y toda la comunidad que rumores que circulen pueden ser hirientes, dañinos e injustos, incluso erróneos e imprecisos.

- Si se declara oficialmente suicidio, pero la familia no quiere divulgarlo, se designará a un miembro de la Comunidad Escolar que tenga relación más cercana con la familia. Él debe contactarse con ella para informarles que dada la información que ya debe estar circulando entre las estudiantes sobre lo ocurrido, el Instituto dispondrá miembros del departamento de orientación formados en el tema para que expongan a la comunidad escolar sobre suicidio y sus causas. Esto es fundamental que lo entienda la familia, porque de este modo se colabora en mantener al resto de las estudiantes a salvo de posibles conductas imitativas y preparadas para reconocer posibles conductas de riesgos.
- El establecimiento deberá ofrecer a la familia los apoyos y ayudas que la familia requiera en cada caso.
- Resolver a corto plazo los temas administrativos pendientes entre la familia y el establecimiento, asegurando que el entorno familiar del o la estudiante no vuelva a ser contactada por el establecimiento, salvo en caso estrictamente necesario (entrega de materiales y pertenencias; detener cobranzas y notificaciones por correo electrónico de reuniones y/o informativos, etc.).

c) Paso 3: Atender al equipo escolar; comunicación y apoyo.

- Organizar, lo más pronto posible, una reunión con docentes y asistentes de la educación del establecimiento, en que se comuniquen los hechos con claridad y los pasos a seguir.
- Informar a la Comunidad Escolar que se indagará instituciones de apoyo que ofrezcan ayuda psicológica y emocional, en caso de que algunos miembros lo requieran, estableciendo una red de acompañamiento y reparación.
- Una situación como esta resulta ser tan compleja que impacta seriamente en docentes, asistentes de la educación, equipo directivo, administrativos, auxiliares, padres, apoderados y familias.

d) Paso 4: Atender a los estudiantes: comunicación y apoyo.

- El establecimiento debe velar por el cuidado a sus estudiantes, aspecto clave para la aceptación adecuada y gradual de lo sucedido, favoreciendo el proceso de duelo y reduciendo riesgo de conductas imitativas.
- Ofrecer, definiendo según la situación, cómo, cuándo y entre quiénes, la oportunidad para que las estudiantes expresen sus emociones y entregarles información sobre estrategias saludables para manejarlas.

- Informar a los estudiantes sobre cómo conseguir ayuda y apoyo, tanto al interior del establecimiento como fuera de este (redes de apoyo).
- Con prontitud, se preparará junto al equipo de docentes una charla en clases que permita la exposición y diálogo sobre el tema del intento de suicidio en estudiantes.
- Promover entre docentes y asistentes de educación la disposición para identificar estudiantes que podrían imitar la conducta de la estudiante fallecida y pudieran tener riesgo incrementado de cometer un intento de suicidio.
- El establecimiento deberá generar instancias de apoyo y acompañamiento a los estudiantes más vulnerables: amigos cercanos, compañeros que pudieran haber tenido contacto con el estudiante.
- Los padres y apoderados de la comunidad son figuras fundamentales dentro de la prevención. Se les enviará una nota informativa que dé cuenta del incidente (sin detalles de método o lugar) y que sobre todo les informe sobre los posibles riesgos y las opciones de apoyo disponibles para sus hijos e hijas.

e) Paso 5: Información a medios de comunicación.

- El suicidio de un estudiante atrae atención y cobertura de los medios de comunicación locales. Solo en caso de que los medios de comunicación tomen contacto con el establecimiento o con algún actor de la comunidad educativa, se preparará un comunicado dirigido a dichos medios y se designará un portavoz oficial de la institución.
- No le competará al establecimiento iniciar el contacto con medios de comunicación.
- El establecimiento aconsejará a los estudiantes que eviten entrevistas con medios de comunicación.
- El funcionario designado portavoz deberá ser siempre consciente tanto de efectos dañinos que la información sobre el suicidio puede tener, la importancia de no dramatizar el hecho, de no mencionar el método o lugar del acto de suicida; deberá además transmitir esperanza y derivar a líneas de ayuda.

f) Paso 6: Funeral y conmemoración.

- Respetando deseos de la familia, se puede ayudar a difundir la información sobre el funeral a estudiantes, padres y apoderados, y toda la comunidad educativa, así como autorizar la asistencia de estudiantes a los ritos que

ocurran en horario escolar (velorio, funeral).

- En caso que se decida asistir como comunidad educativa al funeral, es conveniente preparar con equipo de orientación y convivencia escolar, cómo se apoyará a las estudiantes en esta instancia, al mismo tiempo que recomendar a padres y apoderados que acompañen a sus hijos e hijas.
- La comunidad educativa puede, de sentir la necesidad, realizar acciones de conmemoración. Es fundamental hacerlo de modo que no genere riesgo de contagiar el suicidio entre estudiantes de riesgos.
- El Instituto se esforzará por tratar todas las muertes de la misma forma, es decir, lamentar pérdida de un miembro de la comunidad educativa sin discriminar según causa de la muerte.
- El establecimiento puede considerar realizar acciones conmemorativas a largo plazo, las que tendrían un efecto positivo y menos riesgo de contagio asociadas. (Acto o pequeños gestos con y hacia la familia, carta a padres u otros.)

g) Paso 7: Seguimiento y evaluación.

Dirección y Equipo Directivo, más unidades de apoyo de orientación y convivencia escolar, deberán establecer acciones para realizar un seguimiento y evaluación de los pasos realizados; rescatar aprendizajes de lo positivo y de los obstáculos y adaptar o replantear procedimientos.