Anexo 9.

PROTOCOLO SOBRE IDEACIÓN SUICIDA, SUICIDIO Y SU PREVENCIÓN[1] [2].

Durante el período escolar, niños, niñas y adolescentes atraviesan una serie de cambios, transiciones y nuevas experiencias que interactúan entre sí y contribuyen a su desarrollo, siendo el espacio escolar donde ocurre gran parte de estas vivencias.

El contexto educativo es un factor protector que favorece el desarrollo del estudiante y su salud mental, entregándole recursos para su bienestar. Por tanto, es muy importante que el estudiante configure su experiencia escolar como positiva, ya que de lo contrario podría afectar su salud mental, impactando sus aprendizajes, trayectoria educativa y desarrollo biopsicosocial. La familia, primera responsable de la educación social y psicoemocional, debe, por su parte, estar permanentemente ocupada de cualquier situación que alerte un factor de riesgo.

En este contexto, nuestro colegio aborda las problemáticas de salud mental.

Por tanto, el siguiente documento tiene como objetivo ser una guía referencial para abordar la compleja temática del suicidio en contexto escolar, entendiendo que cada situación es única y debe ser trabajada de manera particular.

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. 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.

En estricto cumplimiento del artículo 16 D, letra c) de la Ley General de Educación, este protocolo constituye la base del especial énfasis en la prevención de conductas suicidas que rige toda la convivencia escolar del Colegio, priorizando el monitoreo proactivo de factores de riesgo y la detección temprana de señales de alerta

¿Cómo se puede expresar la conducta suicida?

a) **Ideación suicida:** tiene que ver con el acto de pensar en atentar contra la propia integridad, o el sentimiento de estar cansado de la vida, la creencia de que no vale la pena vivir y el deseo de no despertar del sueño.

b) **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.

---

[1] MINEDUC, Prevención del Suicidio Adolescente en el sistema educativo chileno, 2019.

[2] MINSAL, Recomendaciones para la Prevención de la Conducta Suicida en Establecimientos Educacionales, Programa Nacional de Prevención del Suicidio, Desarrollo de estrategias preventivas para Comunidades Escolares, 2019.

c) **Suicidio Consumado:** Término que una persona, en forma voluntaria e intencional, hace de su vida. La característica preponderante es la fatalidad y la premeditación.

Es importante considerar los factores de riesgo y señales de alerta que pudiesen manifestarse en la conducta suicida, ya que como se mencionó anteriormente, es una problemática compleja en la que inciden múltiples factores, que están interrelacionados. A continuación, se detallarán algunos de ellos:

Factores de riesgo suicida en la *infancia*:

a) Presencia de enfermedad mental en los padres.
b) Clima emocional caótico en la familia.
c) Presencia de conducta suicida en alguno de los progenitores.
d) Maltrato infantil y abuso sexual de los padres hacia los hijos.
e) Trastornos severos del control de impulsos en el niño(a).
f) Niños(as) con baja tolerancia a la frustración.
g) Niños(as) excesivamente rígidos, meticulosos, perfeccionistas.
h) Niños(as) con extrema timidez, con pobre autoestima.
i) Existencia de amigos que han hecho intentos de suicidio.

Factores de riesgo suicida en la *adolescencia*:

a) Intentos de suicidio previos.
b) Identificación con familiares o figuras públicas que cometen suicidio.
c) Alteraciones en el comportamiento sexual como precocidad, promiscuidad, embarazos no deseados u ocultos, abortos, que haya sido víctima de abuso sexual o violación.
d) Variaciones en el comportamiento escolar, como deterioro del rendimiento habitual, fugas o deserción escolar, desajuste vocacional, dificultades en las relaciones con docentes, violencia y bullying entre compañeros, inadaptación a determinados regímenes escolares.
e) Compañeros de estudio con intento de suicidio.
f) Dificultades socioeconómicas severas.
g) Permisividad en el hogar ante conductas antisociales.
h) Falta de apoyo social.
i) Acceso a drogas y/o armas de fuego.
j) Aparición de enfermedad mental, especialmente trastorno del humor y esquizofrenia.

¿Qué señales de alerta *Directa* pueden manifestarse como una conducta suicida?

El estudiante puede hablar o escribir sobre:

a) Deseo de morir, herirse o suicidarse (o amenaza con herirse o suicidarse).
b) Sentimientos de desesperación o de no existir razones para vivir.
c) Sensación de sentirse atrapado, bloqueado o sufrir un dolor que no puede soportar.

d) Ser una carga para otros (amigos, familia, etc.) o el responsable de todo lo malo que sucede.
e) Busca modos para suicidarse:
    i. Búsqueda en internet (páginas web, redes sociales, blogs).
    ii. Intenta acceder a armas de fuego, pastillas u otro medio letal.
    iii. Planifica o prepara el suicidio (lugar, medio, etc.).
f) Realiza actos de despedida:
    i. Envía cartas o mensajes por redes sociales.
    ii. Deja regalos o habla como si ya no fuera a estar más presente.

¿Qué señales de alerta *Indirecta* pueden manifestarse como una conducta suicida?

a) Alejamiento de la familia, amigos y red social o sentimientos de soledad. Se aísla y deja de participar.
b) Disminución del rendimiento académico y de sus habilidades para interactuar con los demás.
c) Incremento en el consumo de alcohol o drogas.
d) Cambio de carácter, ánimo o conducta, pudiendo mostrarse inestable emocionalmente, muy inquieto o nervioso.
e) Deterioro de la autoimagen, importante baja en la autoestima o abandono/ descuido de sí mismo.
f) Cambios en los hábitos de sueño o alimentación.
g) Muestra ira, angustia incontrolada, o habla sobre la necesidad de vengarse.

Procedimiento frente a conductas suicidas:

1. Identificación de estudiantes con *riesgo de suicidio*

a) Recepción de la información y derivación

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

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 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 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 y/o la Coordinadora de Convivencia Educativa para que brinde su apoyo y

orientación. Si el 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 al encargado de convivencia escolar, quien efectuará la derivación formal del estudiante, el mismo día que recibe la información. A la vez debe informar a Dirección.

b) Entrevista psicológica

La especialista entrevistará al estudiante, le explicará 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 estudiante.

c) Procedimiento según nivel de riesgo

Luego de la entrevista, la especialista evaluará el riesgo suicida y procederá a informar a su apoderado, a quien se le pedirá consultar especialista externo (psicólogo o psiquiatra). Posteriormente, se realizará seguimiento de la situación entrevistando nuevamente al o la estudiante, y consultando a los padres sobre el procedimiento que siguieron.

Por su parte, se entregará esta información a Dirección.

1º Estudiantes que presentan *intentos de suicidio dentro del establecimiento escolar*.

a) Intervención en crisis

La persona que detecte la situación de un estudiante intentando suicidarse debe quedarse con el estudiante, no dejarlo solo, y debe enviar a otra persona a buscar a la psicóloga para que realice una intervención en crisis, avisando a Inspectoría General, Convivencia o Dirección.

Se sugiere seguir las siguientes recomendaciones:

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

Canal seguro y confidencial de denuncias con reserva de identidad: En cumplimiento de lo dispuesto en el artículo 16 E, letra e) de la Ley General de Educación, el Colegio dispone de un mecanismo formal, seguro y estrictamente confidencial para la recepción de denuncias sobre actos de maltrato, acoso o violencia escolar. Este canal, que opera de manera complementaria a la comunicación directa con la Coordinación de Convivencia, consiste en el envío por

correo electrónico que garantiza la reserva absoluta del denunciante para evitar represalias, al correo electrónico: convivenciaescolar@nuestrasraices.cl

b) Traslado al centro asistencial

Se activará el Protocolo de Accidentes Escolares, con lo que Inspectoría General deberá 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.

c) Intervención grupal de contención en aula

Según lo sugerido por el MINEDUC, 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 estudiante afectado si quiere o no participar de esta instancia.

Tras un intento de suicidio o muerte por suicidio, el Colegio activará acciones de postvención[3] alineadas con la Estrategia Nacional 2025-2034, enfocadas en mitigar el impacto emocional y prevenir la transmisión social del fenómeno. El equipo de convivencia realizará una detección activa de clústeres (conglomerados) de casos para implementar intervenciones comunitarias oportunas.

2º Estudiantes que presentan *intentos de suicidio fuera del establecimiento escolar*.

a) Informe al establecimiento escolar

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

Si el estudiante no se encuentra en tratamiento externo, el establecimiento solicitará a su apoderado que requiera la atención psiquiátrica y psicológica de manera inmediata. Además, se solicitarán documentos que acrediten dicho tratamiento y que se encuentra en condiciones sicológicas para incorporarse a clases, para que el Colegio tenga las indicaciones de los profesionales de la salud mental y sirva esto para tratar correctamente al alumno en su reintegro al colegio.

b) Reincorporación del estudiante al establecimiento

Cuando el estudiante se reincorpore, la psicóloga realizará seguimiento del caso asegurándose que el estudiante esté en tratamiento externo. Además, se alertará a

[3] Después de una muerte por suicidio.

los adultos que se relacionan con él a estar atentos ante cualquier señal. También, se contactará a especialista externo y se seguirán las recomendaciones que se estimen convenientes para apoyar al estudiante. Se mantendrá contacto directo con los padres y el estudiante para evaluar su proceso.

c) <u>Intervención grupal de contención en aula.</u>

Según lo sugerido por el MINEDUC, 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 estudiante afectado 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.

<u>Pauta de intervención en crisis</u>

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 escucharlos, asistirles y acompañarlos, es expresión de esa ayuda que están buscando.

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 y mientras tanto:

1. No dejarle solo, es necesario que la persona en riesgo se sienta acompañada.

2. Hablarle en forma tranquila y pausada.
3. No hacerle sentir culpable. No emitir juicios de valor.
4. No desestimar sus sentimientos.
5. Expresarle apoyo y comprensión. Se deben usar frases cortas que hagan que la persona se sienta comprendido y tomado en serio. Por ejemplo, *"Me imagino"*, *"Entiendo"*, *"Es lógico"*, *"Claro*", *"No es para menos"*, etc.
6. Permitirle la expresión de sentimientos.
7. 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 compañero; etc.)
8. Ayudar a que la persona exprese sus sentimientos. Explorar el motivo de la intención de autoeliminación.

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.