

4. Detección y prevención del comportamiento suicida

4.1. Factores de riesgo y de protección frente al suicidio

Etapa 5º/6º Primaria

Detección y prevención de los desajustes y trastornos emocionales en el centro educativo

Mónica Gonzalo Caballero

¿Qué es el suicidio?

Lo más importante cuando hablamos de suicidio es tener claro que...

“Es la única solución encontrada para dejar de sufrir”

“No quieren morir, quieren dejar de sentir malestar”



Factores de riesgo del suicidio (personales)

- Antecedentes de intentos previos
- Acontecimientos vitales negativos: pérdida reciente, separación de los padres, enfermedad...
- Pensamientos y verbalizaciones suicidas para evitar el sufrimiento del tipo: “No puedo más” “No tengo fuerzas” “Necesito que esto acabe”
- Escasez de relaciones sociales
- Presencia de algún desajuste emocional: estados depresivos o ansiosos
- Alta reciente de un ingreso
- Abuso de sustancias
- Presencia de autolesiones
- Personalidad introvertida, poca comunicación
- Elevada autoexigencia personal
- Baja autoestima
- Personalidad impulsiva
- Víctima de abusos: físicos, sexuales... bullying
- Problemas de identidad

Factores de riesgo del suicidio (familiares)

- Antecedentes familiares de suicidio
- Abuso de sustancias en la familia
- Problemas relacionados con la salud mental en la familia
- Conflictos en el hogar
- Abandono
- Problemas de comunicación familiar
- Falta de tiempo
- Familias con alto nivel de exigencia
- Familias rígidas: lealtad familiar

Factores de riesgo del suicidio (colegio)

- Sufrir acoso escolar, bullying o cyberbullying
- Aislamiento en clase
- Discusión o pérdida de relaciones
- Sentirse rechazado por ser diferente
- Exigencia académica
- Silencio y falta de comprensión de un intento de suicidio previo. Estigmatización

Factores de protección del suicidio (personales)

- Habilidades de comunicación y resolución de problemas
- Habilidades sociales
- Personalidad extrovertida
- Comprensión hacia los problemas de los demás
- Alta autoestima
- Valores y actitudes positivas
- Sentirse querido

Factores de protección del suicidio

- PERSONALES

- Habilidades de comunicación y resolución de problemas
- Habilidades sociales
- Personalidad extrovertida
- Comprensión hacia los problemas de los demás
- Alta autoestima
- Valores y actitudes positivas
- Sentirse querido

- FAMILIARES

- Apoyo familiar
- Cohesión alta

Factores de protección del suicidio

ESCOLAR

- Diseño de un protocolo de actuación para intentos o ideación suicida
- Campañas de prevención frente al acoso escolar
- Presencia de los profesionales como personas cercanas
- Promocionar conductas de apoyo entre los compañeros
- Si en el centro ha ocurrido algún caso, hablarlo
- Formación a docentes y personal
- Acceso a documentación e información de calidad

***¡Gracias por vuestra
atención!***