

4. Detección y prevención del comportamiento suicida

4.2. Señales de alerta y estrategias de actuación

Etapa 5º/6º Primaria

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

Mónica Gonzalo Caballero

Cosas a tener en cuenta

Hablar sobre el suicidio puede salvar vidas

<https://www.youtube.com/watch?v=ILwBBpv39ws&t=93s>



La importancia de la prevención

Hablar sobre el suicidio puede salvar vidas

- Fomentar debates abiertos y reflexivos sobre las emociones y sobre el suicidio
- Los compañeros puede que sean los primeros en detectar un riesgo de suicidio.
Formación en base a la detección de señales de alerta
- Mostrarnos como personal de ayuda
- Concienciar a los niños de que una actuación rápida puede ayudar
- No fomentar una excesiva responsabilidad (culpa) si no una gran ayuda

Cosas a tener en cuenta

Toda actuación que se lleve a cabo tiene que tener el consentimiento de los padres



Señales de alerta

SEÑALES DE ALERTA VERBALES

- *Comentarios o verbalizaciones negativas sobre sí mismo o sobre la vida en general: “No valgo para nada”*
- *Comentarios negativos sobre el futuro: “Las cosas no van a mejorar nunca”*
- *Despedidas (verbales o escritas): “Quiero que sepas que me he sentido muy querido por ti”*
- *Comentarios relacionados con el suicidio: “No deseo seguir viviendo”*



Señales de alerta

SEÑALES DE ALERTA NO VERBALES

- Cambio repentino en su conducta (por exceso o por defecto)
- Falta de interés en actividades que antes le gustaban
- Actitud pasiva en clase, desgana
- Aislamiento
- Descenso del rendimiento académico
- Regalar objetos personales
- Despedidas inusuales
- Cerrar redes sociales



Estrategias de actuación

1. Tener disponibles unos teléfonos de emergencia o ayuda
 - Avisar a la familia
 - Servicio de orientación
 - Llamar al 112 si fuera necesario
 - Identificar si está producido por una situación de acoso
2. Eliminar de su alcance posibles objetos lesivos
3. No dejarle solo
4. Autocuidado del personal educativo



Estrategias de actuación

5. Fomentar la comunicación

- Encuentra un lugar tranquilo e Íntimo donde poder hablar
- Escucha activa
- Desde la calma y la tranquilidad
- Respeta sus silencios
- Muestrale tu preocupación por lo que le pueda ocurrir
- Manter un diálogo abierto



Estrategias de actuación

¿Qué no hacer?

- No juzgarle
- No minimizar la situación que está viviendo
- No entrar en pánico
- No fomentar la culpa
- Ocultar la información a los padres



Estrategias de actuación

5. Si un compañero llega a suicidarse...

- No ocultar el hecho
- No dar detalles, hablar del hecho
- Intentar desculpabilizar
- Dedicar un tiempo para hablar del suicidio
- Ayudar a que expresen sus sentimientos
- Realizar rituales de despedida u homenajes
- Mostrarnos disponibles para hablar en privado
- Mostrar la importancia de pedir ayuda



¡Gracias por vuestra atención!