



Estrategias de intervención de la Conducta Suicida en el campo Educativo y Clínico

Ps. Esp. Ms. (c) Carolina Carvajal Gamba.

Directora de la Asociación
Red Nacional de Suicidiología Colombia



¡AVISO IMPORTANTE!

Este material y toda su documentación conexas pertenece exclusivamente a la Asociación Red Nacional de Suicidiología Colombia (RNS Colombia).

En consecuencia, es deber del cliente y sus colaboradores respetar las normas de derechos de autor.

Se otorga el uso de este material para fines de aprendizaje, la RNS Colombia no se hace responsable por el mal uso del mismo.

Se incluye información que debe ser guardada y tratada de forma confidencial. Queda prohibida la reproducción, distribución, comunicación pública, transformación, total o parcial, gratuita u onerosa, por cualquier medio o procedimiento, sin la autorización previa y por escrito de la Asociación Red Nacional de Suicidiología Colombia (siglas RNS Colombia). Este documento es estrictamente confidencial. Asimismo tampoco podrá ser objeto de préstamo, alquiler o cualquier forma de cesión de uso sin permiso previo y escrito de la RNS Colombia, conforme al Decreto 2591 de 2000, que reglamenta los Títulos II, III y V de la Decisión 486 de la Comisión de la Comunidad Andina. Por ende, el derecho a la patente de invención o de modelo de utilidad, o del registro del diseño industrial será titularidad de la RNS Colombia.

¡Identificación oportuna!



Corregir
ideas
erróneas



Conocer los
factores de
riesgo y de
protección



Reconocer
las señales
de alarma y
buscar
ayuda



Prevención en contextos escolares

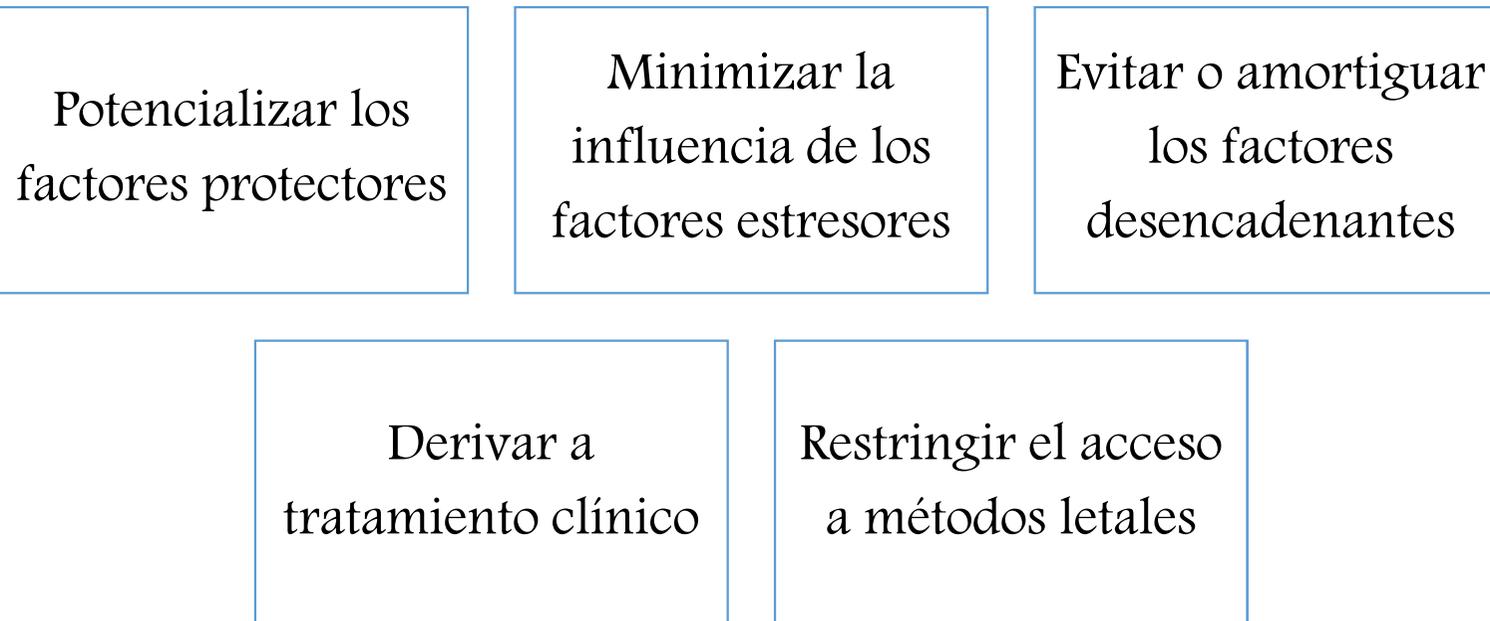
1. Reconocimiento temprano
2. Fortalecimiento del autoestima
3. Promoción de la expresión de emociones
4. Prevención de la violencia escolar
5. Provisión de información sobre servicios de atención
6. Mejoramiento de las habilidades del equipo institucional
7. Cuidar la salud mental del equipo institucional
8. Desestigmatizar la enfermedad mental y el suicidio
9. Remitir a tratamiento profesional
10. Limitar el acceso a medios letales

OMS, 2001

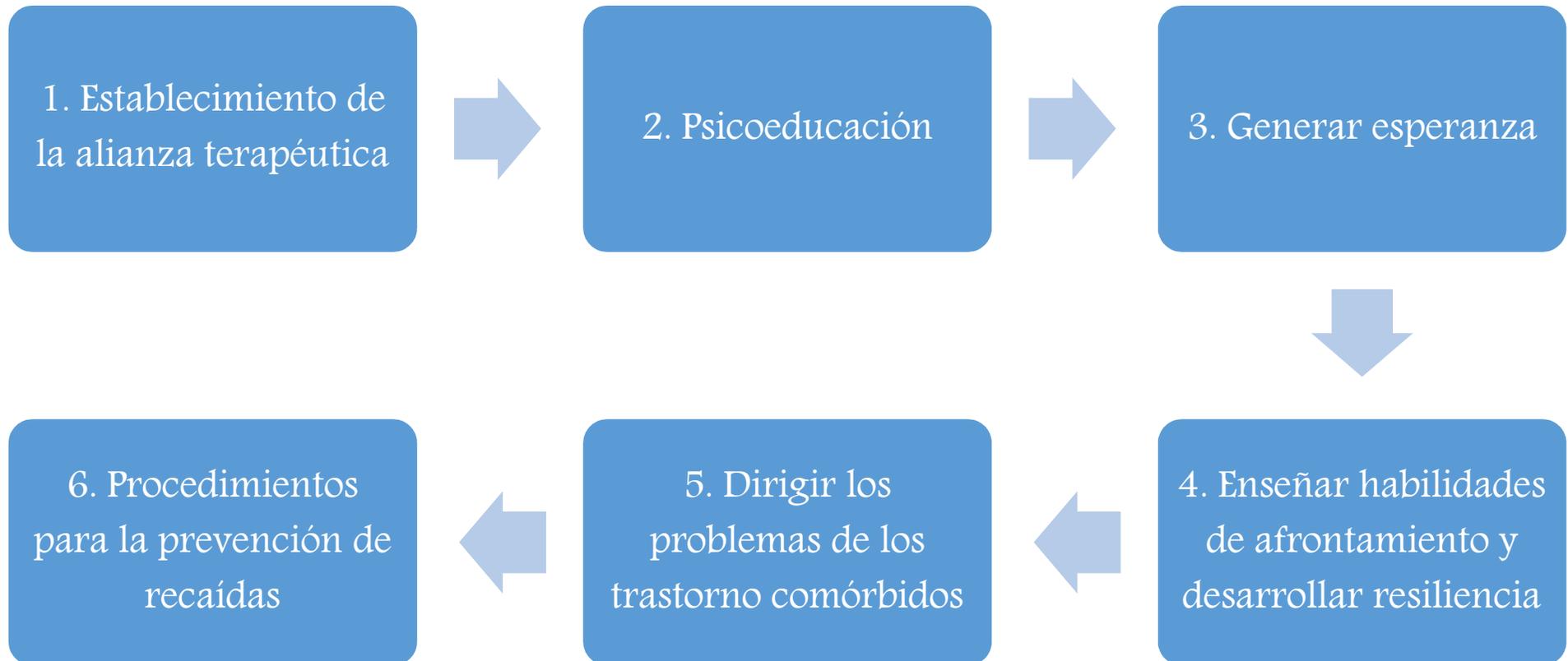
Pautas para la prevención

- Es más importante escuchar y estar a su lado, que hablar mucho.
- Brindar a la persona la esperanza de que las cosas cambiarán para mejorar; no dejarse invadir por el pesimismo.
- Centrarse en las fortalezas positivas de la persona, haciéndolo hablar sobre cómo los problemas anteriores han sido resueltos sin recurrir al suicidio.
- Un contrato de “no suicidio” es una técnica útil en la prevención del suicidio.
- Evaluar los sistemas de apoyo disponibles (parientes, amigos) y solicitar su ayuda.
- Conservar la discreción, sin jurar secreto.

Pautas para la prevención



Pasos para la intervención en contextos clínicos





Video solo respira

- https://youtu.be/_53ea7jx1Vo

Estrategias útiles para la intervención

Cuaderno de autoayuda con actividades de afrontamiento

Plan de seguridad

Contrato de prevención

Cartas de afrontamiento de la crisis

Cofre de la esperanza con recuerdos de realizaciones y razones para vivir

Tener información específica sobre modos de contactar con los recursos de ayuda especializados (Directorio de Recursos de Ayuda)



Directorio de Recursos de Ayuda

NOMBRE DEL RECURSO	CIUDAD	NÚMERO TELEFÓNICO	MAYORES INFORMES
LÍNEAS DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA			
Línea de Emergencias 123	Bogotá	123 (571) 3820660 - 3387000 - 3387100	www.123bogota.gov.co
La Línea Amiga	Bogotá	(57+1) 8615555, Extensiones 2712/2715 3123233333	tulineamiga20@hotmail.com http://www.unisabana.edu.co/unidades/alumni-sabana/servicios-y-beneficios/la-linea-amiga/
Línea 106. Línea al alcance de los niños las niñas de la ciudad	Bogotá	106	http://www.saludcapital.gov.co/paginas/Linea106.aspx
SISVECOS "Sistema de Vigilancia Epidemiológica de la Conducta Suicida"	Bogotá	3649090 Ext 6523	sisvecosds@gmail.com http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Paginas/SISVECOS.aspx
Línea de atención Campaña de la Universidad Nacional "Vive tus emociones, gózate la vida"	Bogotá	316 5000, ext. 88888)	http://www.unradio.unal.edu.co/detalle/cat/otras-noticias-bog/article/un-lanza-campana-vive-tus-emociones-gozate-la-vida.html
Una opción en línea	Nacional	01 8000 113113	http://www.unaopcionenlinea.gov.co/
Teléfono de la esperanza	Bogotá Pasto Medellín B/quilla	323 24 25 3016326701 448 2945 372 27 27	http://www.telefonodelaesperanza.org

Fuente: Elaboración propia



INSTITUCIONES			
Asociación Red Nacional de Suicidiología Colombia	Nacional	301-4967626	http://www.rnscolombia.org contacto@rnscolombia.org
Fundación Lazos	Bogotá	253 7233 271 2748	http://www.fundacionlazos.com/ fundacionlazos1@gmail.com
Corporación Buscando Animo	Bogotá	(+571) 8 03 64 98 315 – 8 98 06 20 320 – 42 171 42	http://www.buscandoanimo.org/ info@buscandoanimo.org buscandoanimo@gmail.com buscandoanimo@hotmail.com
Corporación In-vitta. Vivir el camino	Bogotá	6203847 300-7373781	http://www.in-vitta.org in.vitta@gmail.com
Fundación Unidos Contra la Depresión (FUNIDEP)	Bogotá	4798056 4801902	http://unidoscontraladepresion.blogspot.com/ unidoscontraladepresion@gmail.com
Fundación Ginestra	Bogotá	316 336796 3163367967 3102198650 6127754	http://fundacionginestra.com/ fundacionginestrabog@gmail.com fundacionginestra@gmail.com martahelenaardila@gmail.com
Fundación Vida por Amor a Ellos	Bogotá	703 9607 211 2806 350 0274 320 442 7738	http://www.fundacionvidaporamoraellos.org.co/ fundacionvidaporamoraellos@yahoo.es
Fundación Rescatando Vidas	Ibagué	27045360- 31876652 26	Integral Mz D Casa 86 Villa Marlen 1
Asociación Colombiana contra la Depresión y el Pánico (ASODEP)	Bogotá	530 11 70 611 32 02 802 16 14	http://www.asodep.org/index.php?option=com_dfcontact&Itemid=88
Fundación Amigos Unidos—Friends United Foundation	Bogotá	3016010847 (24 horas)	http://fundacionamigosunido.wix.com/fundacion-amigos-unidos fundacion.amigos.unidos@gmail.com
Línea Nacional del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF	Nacional	018000918080	http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF
PhonoAyuda del Minuto de Dios	Bogotá	5 87 44 40	http://www.uniminuto.edu/web/bogota
Emergencias químicas y toxicológicas Cisproquim	Nacional y Bogotá	Nacional 018000916012 Bogotá 2886012	http://ccs.org.co/cispro.php
Línea Púrpura Distrital	Bogotá	018000 112137	http://www.sdmujer.gov.co/inicio/541-mujeres-que-escuchan-mujeres-a-traves-de-la-linea-purpura-distrital

Fuente: Elaboración propia



Estrategias de Intervención y Prevención

- Rutas o protocolos de actuación
- Tamizajes tempranos
- Promoción y fortalecimiento de factores protectores
- Campañas de sensibilización, desmitificación y desestigmatización
- Capacitaciones a la comunidad general
- Intervenciones terapéuticas eficaces y efectivas (Individuo y Familia)

Pregunta Foro Virtual

¿Qué elementos iniciales considerarían para diseñar un programa de prevención e intervención de conducta suicida en el campo educativo?



Ps. Esp. Ms (c). Carolina Carvajal Gamba

3399271 – 3014705336 - 3014967626

Calle 148 # 13 B – 57. Barrio Cedritos

facebook.com/rnscolombia

contacto@rnscolombia.org

www.rnscolombia.org