

# Intervención y prevención del suicidio

Información para los padres

## ESTADÍSTICAS

- ☞ El suicidio es la segunda causa de muerte principal entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad.
- ☞ Casi la misma cantidad de adolescentes mueren a causa del suicidio que todas las otras causas de muerte natural juntas.
- ☞ Del 1999 al 2004, un total de 13,257 de los atentados de suicidio en el estado de Texas resultaron en muerte. 2,100 de estas muertes fueron niños y adultos jóvenes entre las edades de 10 a 24 años.
- ☞ Para estudiantes de escuelas preparatorias en Texas en un periodo de 12 meses:
  - 16% piensan seriamente en el suicidio
  - 9% intentan el suicidio
  - 3% make a suicide attempt that requires medical attention

## Señales de suicidio

- Ideas de suicidio (pensando, hablando o deseando el suicidio)
- Uso o abuso de drogas (aumento en el uso o cambio de sustancia)
- Sentir que no tiene propósito o que no se identifica con nadie
- Ira
- Atrapado (sentir que no hay salida)
- Sentir que no hay razón para vivir, no hay esperanza ni optimismo
- Insociable (se retira de la familia, los amigos, el trabajo, la escuela, las actividades y los pasatiempos)
- Ansiedad (inquietud, irritabilidad, agitación)
- Comportamientos arriesgados
- Cambios drásticos en el estado de ánimo

## Lo que debe hacer

- ☞ Permanezca calmado.
- ☞ Pregúntele directamente al joven si él o ella está pensando en el suicidio.
- ☞ Enfóquese en su preocupación por el bienestar del joven y no sea acusatorio.
- ☞ Escuche.
- ☞ Asegúrele que existe ayuda y que no se sentirán así para siempre.
- ☞ No juzgue.
- ☞ Provea supervisión constante. No deje al joven solo.
- ☞ Retire cualquier cosa que el joven pueda usar para hacerse daño.

## Y lo más importante es... buscar ayuda

- ☞ Los compañeros no deben mantener las ideas de suicidio en secreto y deben decírselo a un adulto tal como un padre/madre, un consejero, una maestra o al psicólogo escolar.
- ☞ Los padres deben buscar ayuda de los recursos escolares y comunitarios de salud mental lo antes posible.
- ☞ El personal escolar debe llevar al estudiante al profesional de salud mental de la escuela o al administrador designado.

NATIONAL  
**SUICIDE**  
PREVENTION  
**LIFELINE**  
1-800-273-TALK (8255)  
[suicidepreventionlifeline.org](http://suicidepreventionlifeline.org)



## Riesgos

Ciertas características están asociadas con un aumento en el riesgo del suicidio. Estas incluyen:

- Enfermedad mental incluyendo la depresión, trastornos de conducta, y uso de drogas.
- Estrés/disfunción en la familia.
- Riesgos ambientales, incluyendo la presencia de un arma de fuego en el hogar.
- Crisis (ej., muerte de un ser querido, abuso físico o sexual, violencia familiar, etc.)

### Factores de resiliencia

Una vez que un niño se considera en riesgo, las escuelas, los familiares y los amigos deben trabajar juntos para aumentar los factores de resiliencia y reducir los factores de riesgo alrededor del niño.

- Apoyo y cohesión de la familia, incluyendo la buena comunicación.
- Apoyo de los compañeros y su red social.
- Conexiones con la escuela y la comunidad.
- Creencias culturales y religiosas en contra del suicidio que promueven un estilo de vida saludable.
- Destrezas adaptivas de afrontamiento y de resolución de problemas, incluyendo la resolución de conflictos.
- Satisfacción general con la vida, buen autoestima y un sentido de propósito.
- Acceso fácil a recursos médicos y de salud mental.

LISD Guidance & Counseling Services  
<http://bit.ly/LISDGuidance>

Bienestar personal. Estudiantes fuertes. Futuros prometedores.

Visión del Dpto. de Orientación y Asesoramiento de LISD

## El papel que desempeña la escuela

Todo el personal escolar debe trabajar para crear un ambiente en el cual los estudiantes se sienten seguros para compartir cualquier información personal relacionada a pensamientos de suicidio y a la depresión con los consejeros, psicólogos y otros miembros del equipo de crisis escolar. Estos individuos están entrenados para intervenir cuando un estudiante es identificado como estando en riesgo de suicidio. Ellos realizarán una evaluación preliminar del riesgo presente, avisarán/informarán a los padres, proveerán recomendaciones sobre los recursos comunitarios, y requerirán que los padres vengan a la escuela y recojan al estudiante

### Notificación y participación de los padres

La notificación a los padres es una parte vital de la prevención del suicidio. Los padres necesitan estar informados e involucrados activamente en las decisiones con respecto al bienestar de sus hijos. Aunque se determine que un niño tienen un riesgo bajo de suicidio, la escuela le pedirá a los padres que firmen una Notificación de Estado de Emergencia para indicar que se les ha proporcionado la información pertinente. Estas notificaciones tienen que ser documentadas. Según indicado arriba, también se les pedirá a los padres que recojan a su hijo de la escuela inmediatamente.

Además, los padres son miembros importantes de la evaluación del riesgo de suicidio, ya que muchas veces ellos tienen información incluyendo el historial de salud mental, la dinámica familiar, eventos traumáticos recientes y tendencias previas de suicidio.

Después que la escuela le notifica a los padres sobre el riesgo de suicidio de su hijo y les brinda información de referencias, la responsabilidad de buscar ayuda para la salud mental del niño cae sobre los padres. Los padres tienen que:

- Continuar tomando las amenazas en serio: El seguimiento es importante aún después que el niño se haya calmado o le haya informado a los padres que "no lo hizo en serio". **Evite pensar que el comportamiento es para llamar la atención.**
- Manténgase en comunicación con la escuela. Después de este tipo de intervención, la escuela proporcionará apoyo subsiguiente. La comunicación será esencial para asegurar que la escuela es el lugar más seguro y cómodo para su hijo.

Información adaptada de:

☞ [www.nasponline.org](http://www.nasponline.org)

☞ [www.samsha.org](http://www.samsha.org)

☞ [www.sptusa.org](http://www.sptusa.org)