

**Programa de Autoformación Red Conectemos**

**2024**

1. **Introducción**

El presente Programa de Autoformación, forma parte del Proyecto de Vinculación con el Medio que adjudicó este año 2024 la Clínica Psicológica, dependiente de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades de la sede Temuco. El proyecto titulado Red “CONECTEMOS”, es una red colaborativa de promoción en salud mental y prevención del riesgo suicida adolescente y el objetivo de éste es establecer una red digital colaborativa, destinada a fomentar la cooperación entre instituciones educativas, con el propósito de mejorar la promoción de la salud mental y fortalecer las estrategias de prevención del riesgo suicida en adolescentes escolarizados. Proponiéndose la implementación de herramientas innovadoras y prácticas basadas en evidencia para capacitar a actores claves de los establecimientos educativos, contribuyendo así a la construcción de un entorno educativo seguro y consciente de la salud mental.

1. **Contextualización**

El riesgo suicida y el suicidio se agrupan bajo la denominación del concepto de “Suicidalidad”, el cual se describe como un continuo que va desde las ideas de muerte que puede experimentar una persona en distintos momentos de su vida y por distintas razones, pasando por las autolesiones, las ideas asociadas a una planificación más concreta del intento suicida, los intentos llevados a cabo y el suicidio en si mismo. Por tanto, comprende no solo ideas si no también conductas, algunas de menor gravedad, pero que según la edad y la ocurrencia repetida aumentan el riesgo de acercar a la persona a la posibilidad cierta del suicidio ( Almonte, 2019) El abordaje de la conducta suicida o suicidalidad (concepto que abarca desde las autolesiones hasta el suicidio) es una de las temáticas de mayor prevalencia no sólo en Chile si no que a nivel mundial, el cual debido a esta misma complejidad en la amplitud conceptual es que requiere de un abordaje clínico cuidadoso y ético, el cual debe ser coordinado tanto con las instituciones escolares como con la familia de quien se encuentra en esta situación de riesgo. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), por cada muerte por suicidio se producen entre 10 a 20 intentos de suicidio. Cada año alrededor de 703 mil personas mueren a causa del suicidio a nivel mundial, observándose una tasa ajustada de mortalidad de 9,98 personas por cada 100 mil habitantes, así el suicidio se constituye en la segunda causa de muerte a nivel mundial entre los jóvenes (OMS, 2021). En Latinoamérica Chile es el 6to país con mayor tasa de suicidios, con 10,3 x100.000 habitantes el año 2022 y el principal grupo de riesgo son los jóvenes entre 15 y 25 años. (Minsal, 2022) A nivel regional, en la Araucanía y según los datos reportados por parte del Servicio Médico Legal a la Mesa Regional de Prevención del Suicidio, se informa que la tasa de mortalidad durante el año 2022 fue de 16 personas por cada 100 mil habitantes. Este dato es relevante ya que ubica a nuestra región por sobre la tasa nacional y las edades de mayor riesgo estarían entre los 18 y 64 años. Al especificar lo relativo a los intentos de suicidio en la región de la Araucanía, el Servicio de Salud a través de la Unidad de Salud mental y el Sistema de Notificación y Vigilancia de los Intentos de Suicidio informa que la provincia de Cautín tuvo la tasa más alta de intentos de suicidio en 2022 con cerca de 500 personas. Estos datos de obtienen de las consultas por intento de suicidio que se atienden en los diferentes servicios de urgencia de la provincia, los cuales deben ser reportados para su seguimiento. (Documentos de trabajo interno mesa intersectorial de prevención del suicidio).

Al hacer el cruce entre género y edad, se evidencia que las mujeres entre 15 y 19 años constituyen el grupo de mayor riesgo con relación a los intentos de suicidio, seguido en segundo lugar por las mujeres entre 20 a 24 años. En el caso de los hombres, los rangos etarios de mayor riesgo siguen siendo los jóvenes entre 15 a 19 años y de 20 a 24 años, pero con valores mucho menores. Estos rangos etarios muestran que la población adolescente escolarizada es un grupo de riesgo y deben generarse acciones de prevención del riesgo suicida. (Informe reporte regional, 2023) . Las estadísticas globales son muy claras respecto de la relevancia del tema y del impacto que tiene en la salud mental de los adolescentes y sus familias. Analizando las estadísticas de atención de la clínica Psicológica sede Temuco local, durante el año 2023 se inscribieron en nuestra lista de espera 353 niños(as) y adolescentes, de ellos 37 (10,48 %) manifestaron dentro del motivo de consulta ideación suicida correspondiendo todas estas personas inscritas a derivaciones realizadas por establecimientos educacionales, lo que indica que estas instituciones realizan un buen pesquisaje de casos, pero no tienen las herramientas para intervenir, principalmente en los casos de menor riesgo. Esto se traduce en un gran porcentaje de derivaciones a la red de salud. Siguiendo con la situación de los establecimientos educacionales, desde nuestro denominado “Nodo Educación” la clínica psicológica recibe un amplio porcentaje de solicitudes en donde se requieren actividades de promoción y prevención en riesgo suicida, talleres para padres y estudiantes, capacitación a docentes y abordaje de situaciones críticas sobre todo cuando el intento suicida ha ocurrido dentro del mismo establecimiento. Específicamente el año 2023 se trabajó con 14 instituciones educacionales en las cuales se realizaron talleres y otras actividades de promoción y prevención en salud mental y el 50% de ellas solicitó - entre otras temáticas - abordar el riesgo suicida, tanto con estudiantes como docentes y funcionarios. Así mismo, en el marco del desarrollo del proyecto de investigación “Plataforma tecnológica de apoyo a la detección y seguimiento de riesgo suicida mediante el análisis automático de parámetros acústicos de la voz y del habla”, en el cual la Clínica participa como equipo de apoyo y derivación, se diagnosticó que de los establecimientos educacionales convocados a participar de la muestra, el 100 % de ellos no ha accedido a la formación como facilitador comunitario, estrategia recomendada por el actual Programa Nacional de Prevención del Suicidio (MINSAL, 2013) para la prevención de problemas de salud mental en adolescentes. En concordancia con el fuerte trabajo en promoción y prevención que venimos desarrollando hace varios años con nuestra red de socios comunitarios en sus distintos nodos, la Clínica Psicológica sede Temuco participa junto al psicólogo de Experiencia UA sede Temuco de La Mesa Intersectorial de Prevención del Suicidio, coordinada por la SEREMI de Salud Araucanía, la que tiene como misión fundamental el liderar y coordinar acciones destinadas a prevenir la conducta suicida en la región de la Araucanía, convocando a distintos actores e instituciones para el desarrollo de acciones colaborativas en relación al riesgo suicida. En lo que respecta a la formación del psicólogo, nuestros estudiantes forman parte de este grupo juvenil socializado en esta política pública, con alta demanda de salud mental y muchas veces con presencia de sintomatología asociada a la suicidalidad. Este escenario requiere profundizar en el proceso formativo de los mismos, ya que al llegar a las instancias de práctica profesional presentan una serie de dificultades técnicas y personales que les impiden el correcto abordaje de la conducta suicida, incluso una vez que se han titulado. Esto, tal como ya se explicó en párrafos anteriores, no solo involucra ideas que se verbalizan en una intervención psicológica, si no también conductas que requieren de un abordaje certero y técnico. Las deficiencias en el abordaje clínico y escolar provocan que los jóvenes con riesgo suicida o intentos previos de suicidio sean derivados a otros centros y no reciban la atención que requieren. Dentro de los establecimientos educacionales se espera impactar en la cultura escolar en relación a la comprensión de la suicidalidad, de tal forma de generar y promover culturas protectoras de la salud mental. En este punto, es donde la necesidad del entorno se cruza con la necesidad formativa de nuestros estudiantes, logrando entonces que a través de este proyecto ambas partes se vean beneficiadas.

1. **Enfoque Metodológico**

El Programa de Autoformación de la Red Conectemos, es un curso de autoaprendizaje en línea. Está disponible en la página web de la Universidad Autónoma, es navegable desde un computador, Tablet y/o teléfono celular. El curso se compone de contenidos teóricos, actividades, cápsulas e infografías.

1. **Propósito**

Proporcionar capacitación a actores claves de los establecimientos educativos que pertenecen a la Red Conectemos, entregando herramientas innovadoras y prácticas basadas en evidencia para contribuir así a la construcción de un entorno educativo seguro y consciente de la salud mental.

1. **Objetivos**

Al finalizar el curso, las y los actores claves podrán implementar acciones de promoción de la salud mental y fortalecer las estrategias de prevención del riesgo suicida en adolescentes escolarizados, en sus establecimientos educacionales.

1. **A quien va dirigido el curso**

Profesionales y funcionarios de los establecimientos educacionales que pertenecen a la Red Conectemos, así como todas aquellas personas que deseen autocapacitarse en esta temática para aportar en los entornos educativos.

1. **Carga horaria**

2 horas de dedicación por módulo

10 horas en total

1. **Estructura del curso**
* Módulo 1: Introducción al curso Autoformativo
* Contextualización del programa de Autoformación.
* Importancia de los Facilitadores comunitarios en la prevención del riesgo suicida.
* Conceptualización de la suicidalidad en adolescentes.
* Comprensión actual del fenomeno de suicidalidad en adolescentes.

Modulo 2: Formación de facilitadores comunitarios

* Rol del facilitador comunitario en el entorno educativo.
* Habilidades del facilitador comunitario en contexto educativo.
* Estrategias del facilitador comunitario para la prevención del riesgo suicida.

Módulo 3: Primeros auxilios psicológicos.

* Introducción, comprender los elementos esenciales de las intervenciones psicosociales en personas que están experimentando vivencias eventualmente traumáticas o crisis.
* Aprender los pasos de la herramienta de primeros auxilios psicológicos -ABCDE: Protocolo de primeros auxilios psicológicos PAP-ABCDE: etapas y criterios de derivación.
* Habilidades de comunicación empática y escucha activa.

Módulo 4: Diversidad sexo genérico.

* Conocer conceptos claves sobre diversidad y género desde la mirada de la salud mental bajo el paradigma de los derechos humanos.
* Analizar la relación dinámica entre los fenómenos de discriminación, violencia y riesgo suicida en el contexto escolar.
* Explicar la relación entre la pertenencia a una diversidad sexogenérica con el riesgo suicida en el contexto escolar.
* Conocer la normativa nacional que rigen la inclusión de la diversidad en educación.

**Módulo 5:** Promoción de factores protectores para la prevención del riesgo suicida.

* Protección de la salud mental en la adolescencia.
* Importancia de las relaciones saludables en la prevención del suicidio, creando un ambiente seguro y de apoyo, estrategias para comunidades y entorno educativo.
* Claves de autocuidado para una vida saludable.

**Módulo 6:** Prevención del riesgo suicida.

* Factores de riesgo asociado a la conducta suicida.
* Reconocer las señales de alerta, como reconocer a alguien en riesgo suicida.
* El papel de la familia y amigos en la prevención.
* Recursos y servicios de apoyo.
* Manejo de estrés y regulación emocional.
1. **Evaluación y certificación del curso**

Al finalizar los módulos se realizará una evaluación final de 15 preguntas. Luego de obtener una puntuación igual o superior al 80% las y los facilitadores podrán descargar el certificado del curso en formato PDF.

1. **Bibliografía complementaria**

Jiménez, A., Duarte, F., Vargas, B., Riquelme, A., Martínez, A. (2024). Policy Brief: Recomendaciones para la Actualización del Programa Nacional de Prevención del Suicidio. Disponible en <https://diprece.minsal.cl/wp-content/uploads/2024/04/Recomendaciones-para-la-Actualizacion-del-Programa-Nacional-de-Prevencion-del-Suicidio_v3.pdf>

Ministerio de Salud. (2013). Programa Nacional de Prevención del Suicidio: orientaciones para su implementación. <https://www.minsal.cl/sites/default/files/Programa_Nacional_Prevencion.pdf>

Ministerio de Salud. (2021). Resumen de Evidencia para Política. IMPLEMENTACIÓN DE ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO. <https://etesa-sbe.minsal.cl/wp-content/uploads/2023/08/04-08-2023-Estrategias-de-Prevenci%C3%B3n-del-Suicidio_-Resumen-de-evidencia-para-pol%C3%ADtica.pdf>

Sánchez, N., Frick, J. P., y Vega, F. (2021). El suicidio en la Región de La Araucanía: dinámica socioespacial durante los años 2004-2015. Revista médica de Chile, 149(7), 1004-1013. <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v149n7/0717-6163-rmc-149-07-1004.pdf>

Cortés, P & Figueroa, R. (2011). Manual ABCDE para la aplicación de Primeros Auxilios Psicológicos. CIGIDEN. <https://www.preventionweb.net/files/59897_auxiliar.pdf>

Ministerio de Salud - Gobierno de Chile. (2020). Guía de bolsillo: Primera Ayuda Psicológica. <https://degreyd.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/Gu%C3%ADa-de-bolsillo-Primera-ayuda-psicol%C3%B3gica.pdf>

Modelo de protección de la salud mental en la gestión del riesgo de desastres. (2019). Programa de Primeros Auxilios Psicológicos. Ministerio de Salud de Chile <https://www.preventionweb.net/files/64210_64192modeloproteccionsaludmentalenl.pdf>

Caudet, C. (2021). *Suicidio en población LGTBI: factores de riesgo y de protección. Una revisión*

*sistemática.* [Tesis de magister]. Universitat de València. <https://hdl.handle.net/10550/80852>

Elipe, P. (2022). Abriendo armarios: La visión del alumnado sobre la diversidad afectivo sexual en las aulas. *Revista de estudios socioeducativos, 10.* 119-136. <https://orcid.org/0000-0001-5210-3747>

Ministerio de Educación. (2017). Orientaciones para la inclusión de las personas lesbianas, gays, bisexuales, trans e intersex en el sistema educativo chileno. <https://hdl.handle.net/20.500.12365/439>