Programa psicoeducativo para la prevención del riesgo e ideación suicida en adolescentes

Marta Calzada Juez, Claudia Lopez Ramirez, Julia Ledesma Garcia, Carla Garcia-Parrado Limiñana

Psiquiatría. INAD, Parc de Salut Mar. Barcelona

XXXIX Congreso Nacional de Enfermería de Salud Mental

Introducción

El 2020 se ha convertido en el año con más suicidios registrados en nuestra historia; siendo el suicidio la segunda causa de muerte en la juventud española. Es la primera vez que España alcanza 14 suicidios de menores de 15 años duplicando los casos de 2019. (1)

Los datos eran preocupantes en todo el mundo antes de la llegada de la Covid-19 pero la situación actual de pandemia y las consecuencias derivadas de ello (cambios conductuales y emocionales como problemas de sueño, desarrollo de miedos, consumo de sustancias nocivas, estrés ante la incertidumbre o aislamiento social....) han puesto de relieve la necesidad de visibilizar esta realidad. (2)

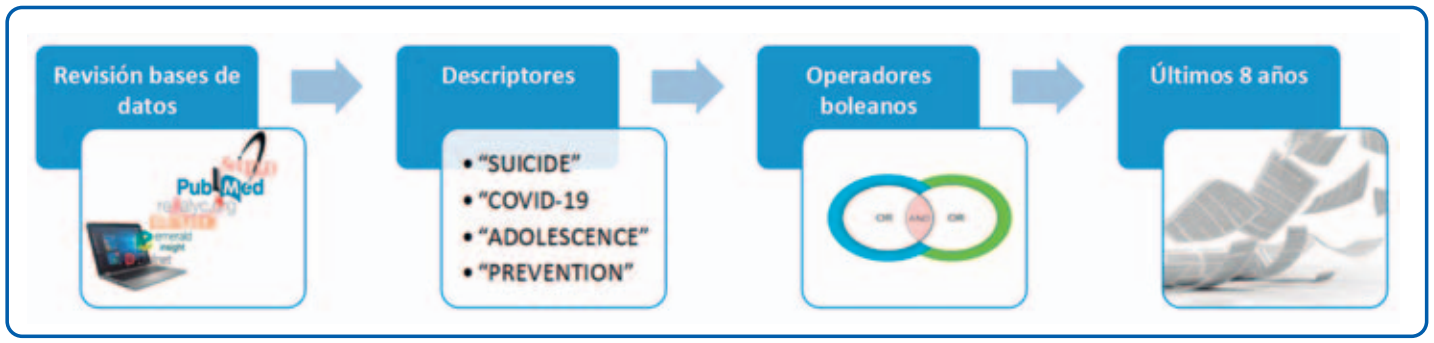
La adolescencia es una etapa especialmente vulnerable, con numerosos cambios a nivel físico, mental y emocional; esto hace que la salud mental en esta etapa sea frágil. Además, se ha visto disparada la demanda de atención en adolescentes y jóvenes, aumentando las autolesiones e intentos de suicidio. (3)

La enseñanza obligatoria hace que la escuela sea el escenario apropiado para llegar a todos los jóvenes. Los talleres psicoeducativos en el contexto escolar han sido utilizados por numerosos autores como un método de prevención del riesgo suicida en jóvenes, obteniendo buenos resultados. (4)

Objetivos

- Efectuar una búsqueda bibliográfica previa al diseño del programa sobre la evidencia científica actual relacionada con el suicidio en jóvenes.
- Diseñar e implementar un programa psicoeducativo realizado por enfermeras especialistas en salud mental basado en los últimos estudios sobre la prevención del riesgo e ideación suicida en las escuelas.

Metodología



Desarrollo

El programa Psicoeducativo de prevención de riesgo e ideación autolítica lo llevará a cabo una enfermera especialista en salud mental. Está dirigido a los alumnos de primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria (1º- 2º de la ESO). El programa se desarrollará en 6 sesiones, de 50 minutos de duración.

SESIONES	CONTENIDOS
SESIÓN 1	Presentación del programa. Mitos y realidades sobre el suicidio. Escalas IRIS + Autoestima Rosemberg
SESIÓN 2	Autoestima/ auto conocimiento
SESIÓN 3	Autocontrol emocional
SESIÓN 4	Estrategias de afrontamiento
SESIÓN 5	Resolución de problemas
SESIÓN 6	Habilidades sociales
SESIÓN 7	Cierre. Repaso y afianzamiento de contenidos. Evaluación post.

Conclusiones

Estudios previos demuestran que los talleres psicoeducativos fomentan el cambio de percepciones negativas de los alumnos y la mejora de sus habilidades de afrontamiento en el manejo de eventos adversos y factores estresantes, que a menudo son desencadenantes de la conducta suicida. (5)

Es preciso seguir investigando en este campo para elaborar protocolos, campañas de sensibilización y programas de prevención del suicidio en jóvenes.

Bibliografía

(1) Observatorio del Suicidio en España 2020 [Internet]. Prevención del suicidio. 2022 [cited 26 January 2022]. Available from: https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio-2020/
(2) Gabilondo A. Prevención del suicidio, revisión del modelo OMS y reflexión sobre su desarrollo en España. Informe SESPAS 2020. Gaceta Sanitaria. 2020;34:27-33.
(3) Aumaitre A, Costas E, Sanchez M, Taberner P, Vall J. Un análisis sobre la salud mental y el suicidio en la infancia y la adolescencia [Internet]. Savethechildren.es. 2022 [cited 26 January 2022]. Available from: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-12/Informe_Crecer_saludablemente_DIC_2021.pdf
(4) Wasserman D, Hoven CW, Wasserman C, Wall M, Eisenberg R, Hadlaczky G et al. School-based suicide prevention programmes: the SEYLE cluster-randomised, controlled trial. The Lancet [Internet]. 2015.
(5) Gabilondo A. Prevención del suicidio, revisión del modelo OMS y reflexión sobre su desarrollo en España. Informe SESPAS 2020. Gaceta Sanitaria. 2020;34:27-33.

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions

Parc de Salut MAR Barcelona