



SALUD MENTAL

Subgerencia Servicio al Cliente
Subgerencia Salud Administrada

14/10/2022



PARTICIPACIÓN SOCIAL

Gestión del Riesgo Salud Administrada

SALUD MENTAL Y CONDUCTA SUCIDA

¿Qué es la Conducta Suicida?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 1969, definió el acto suicida como “Todo hecho por el cual el individuo se causa a sí mismo una lesión, cualquiera que sea el grado, con intención letal”



Causas y factores de Riesgo

Sociales, Físicos y Genéticos:

Factores de Riesgo:

- Red de apoyo deficiente
- Indigencia
- Ser víctima de hostigamiento psicológico o moral
- Ser víctima de un crimen
- Fracaso académico
- Pérdida del empleo
- Antecedentes familiares de enfermedades mentales
- Antecedentes personales de enfermedades mentales
- Enfermedades mentales sin diagnosticar
- Exposición al trauma, al abuso y/o al abandono
- Experimentar la pérdida de un amigo o un ser querido
- Antecedentes personales de uso de sustancias nocivas



Signos de Alarma

- Presencia de pensamientos o planes de autolesión en el último mes o acto de autolesión en el último año.
- Alteraciones emocionales graves.
- Desesperanza.
- Agitación o extrema violencia.
- Conducta poco comunicativa (Lenguaje Corporal y no verbal).
- Aislamiento social.



Población y Género

De acuerdo a la OMS Entre los jóvenes de 15 a 29 años, el suicidio es la cuarta causa principal de muerte, por detrás de los traumatismos debidos al tránsito, la tuberculosis y la violencia interpersonal. Las tasas varían entre países y regiones, y entre hombres y mujeres.

Se suicidan más del doble de hombres que de mujeres (12,6 por 100 000 hombres frente a 5,4 por 100 000 mujeres)

El suicidio sigue siendo una de las principales causas de muerte en todo el mundo, según las últimas estimaciones de la OMS, publicadas hoy en “Suicide worldwide in 2019”. Cada año pierden la vida más personas por suicidio que por VIH, paludismo o cáncer de mama, o incluso por guerras y homicidios. En 2019, se suicidaron más de 700 000 personas, es decir 1 de cada 100 muertes, lo que ha llevado a la OMS a elaborar nuevas orientaciones para ayudar a los países a mejorar la prevención del suicidio y los cuidados conexos.



Trastornos Concurrentes en la Conducta Suicida

- Trastornos de ansiedad
- Trastornos de la personalidad
- Trastorno esquizoafectivo
- Trastorno bipolar
- Trastorno de adaptación
- Trastornos de la alimentación
- Esquizofrenia
- Trastornos de uso de sustancias nocivas
- Trastorno de estrés postraumático
- Trastornos depresivos
- Trastorno dismórfico corporal



Mitos de la Conducta Autolesiva y conducta Suicida

- El suicida está decidido a morir
- Quien haya sido suicida alguna vez, nunca dejará de serlo
- Solo las personas con trastornos mentales son suicidas
- Hablar del suicidio es una mala idea y puede interpretarse como estímulo
- La mayoría de los suicidios suceden repentinamente, sin advertencia previa
- Quienes hablan de suicidio no tienen la intención de cometerlo



Componentes de la conducta Suicida

- Pensamientos
- Ideaciones
- Planificación
- Suicidio



La conducta Autolesiva y el Cutting

La autolesión no suicida, a menudo denominada autolesión, es el acto de dañarse deliberadamente el propio cuerpo, como cortarse o quemarse. Normalmente, no pretende ser un intento de suicidio. En cambio, este tipo de autolesión es una forma dañina de enfrentar el dolor emocional, la ira intensa y la frustración. Si bien la autolesión puede traer una sensación de calma momentánea y de liberación de tensión, generalmente, luego de que se lleva a cabo aparecen la culpa y la vergüenza, y regresan las emociones dolorosas. Aunque las lesiones potencialmente mortales generalmente no son intencionadas, la autolesión conlleva la posibilidad de acciones agresivas contra uno mismo más graves e incluso mortales. (F Zaragozano, Autolesión en adolescencia: una conducta emergente, Pág. 37).



PREVENCIÓN DE LA CONDUCTA SUICIDA Y AUTOLESIVO

1. Escucha activa
2. Comunicación asertiva
3. Empatía
4. Invalidación emocional y creer.
5. Incentivar al reconocimiento emocional como factor protector
6. Hablar de la conducta Suicida y no Juzgarla
7. Tratamientos adecuados en salud mental acuerdo a la necesidad
8. Comprensión y entendimiento



Evitación emocional como principal causante de la Conducta Autolesiva y Suicida

El patrón comportamental de evitación es influenciado de algún modo por la cultura y el énfasis de ser feliz y estar bien; que como consecuencia genera que cuando el individuo manifiesta sentirse mal es el reflejo de tener un problema que de inmediato hay que solucionar (Hayes, Strosahl & Wilson, 2011). Por lo tanto, la influencia de la evitación emocional genera que los estados emocionales negativos demuestren no poder ser controlados de forma voluntaria, lo que conllevarían al individuo a encontrar formas más extremas o efectivas en función de Ideación suicida, estrés, afrontamiento de problemas y evitación experiencial, evitación que puedan tener como consecuencia la experiencia del alivio emocional, bien sea a corto o largo plazo (Reyes y Strosahl, 2020). Tomado del Artículo RELACIÓN EXISTENTE ENTRE IDEACIÓN SUICIDA, ESTRÉS, AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS Y EVITACIÓN EXPERIENCIAL EN UNIFORMADOS AL SERVICIO ACTIVO DE LA POLICIA NACIONAL DE COLOMBIA

<https://repositorio.konradlorenz.edu.co/bitstream/handle/001/4954/911201024-TEISIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

PREVENCIÓN DE TODAS LAS FORMAS DE LA CONDUCTA SUICIDA



141

LÍNEA DE PROTECCIÓN A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES.
DENUNCIA • EMERGENCIA • ORIENTACIÓN

DENUNCIA!

LLAMA GRATIS DESDE CUALQUIER LUGAR DEL PAÍS

Mujeres **que escuchan** mujeres
Psicólogas, enfermeras y trabajadoras sociales, estamos para escucharte

Puedes contactarnos por Whatsapp
300 755 1846



018000112137
Línea Púrpura Distrital
GRATUITA
MUJERES QUE ESCUCHAN MUJERES

correo lpurpura@sdmujer.gov.co



Bogotá 756 80 00
Resto del país 01 8000 123703

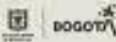


Quando quiera hablar pero sienta temor

Tómelo con Calma.
Ahora existe una línea de escucha para hombres.
Llame al 018000-423614



Calma



Bogotá



Linea 106 24/7

El poder de ser escuchado

Aliansa salud
eps

EMPRESAS
BANMEDICA

Recuerda que no te encuentras solo, hay otra alternativa, hay otra forma de continuar



¡Gracias!

