

PLAN GALEGO CONTRA O SUICIDIO

Alexandre García Caballero

Psiquiatra

Coordinador de programas de prevención en Saúde Mental

SERGAS



XUNTA
DE GALICIA

1. Introducción
2. Prevención
3. Asistencia
4. Investigación
5. Futuro inmediato



1. Introducción

SOCIEDAD

Se duplican los intentos de suicidio y las autolesiones entre los adolescentes



MARÍA VIÑAS
REDACCIÓN / LA VOZ

ENFERMERA ESPECIALISTA EN SALUD MENTAL

PILAR GALLEGO Enfermera especialista en salud mental

Pilar Gallego: «La mejor herramienta para prevenir el suicidio de un adolescente es hablar»

«Muchas veces los padres banalizan el malestar emocional de sus hijos» - «Hay una necesidad de aumentar los recursos de salud mental» - «Los docentes asumen responsabilidades que van más allá de dar la lección»

12 cosas para prevenir el suicidio que los padres pueden hacer

CONSEJOS

Claves para familias sobre cómo actuar ante una ideación suicida

Análisis desde la Fundación ANAR sobre el 'bullying' en las aulas

SALUD MENTAL > TRIBUNA ⓘ

¿Qué está pasando con las tasas de suicidio en los adolescentes?

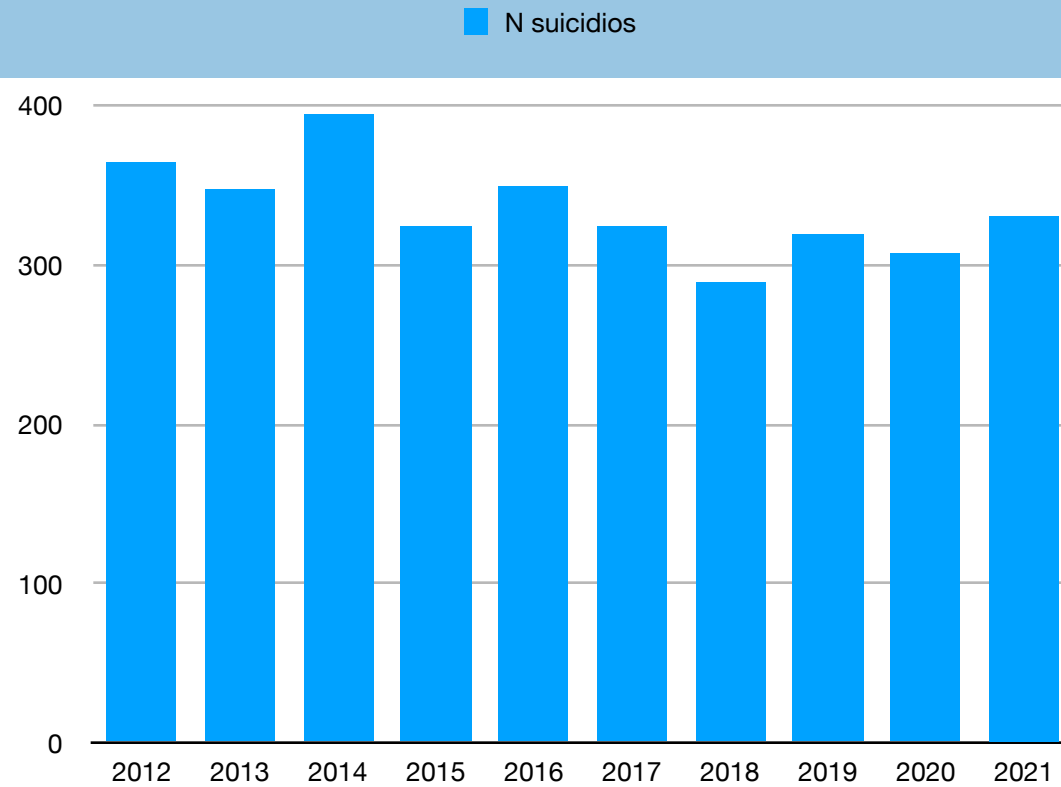
Algo ocurre en esa etapa de la vida, repleta de cambios psicológicos, sociales y neurobiológicos, que nos hace susceptibles al sufrimiento emocional

PAPEL

"Hablemos de suicidio de adolescentes y salvemos vidas"

La presencia de la muerte en la mente de un menor es muy frecuente y también lo son los intentos de suicidio. Abordar esta realidad, escucharles y detectar las señales a tiempo son puntos claves para evitar un desenlace trágico.

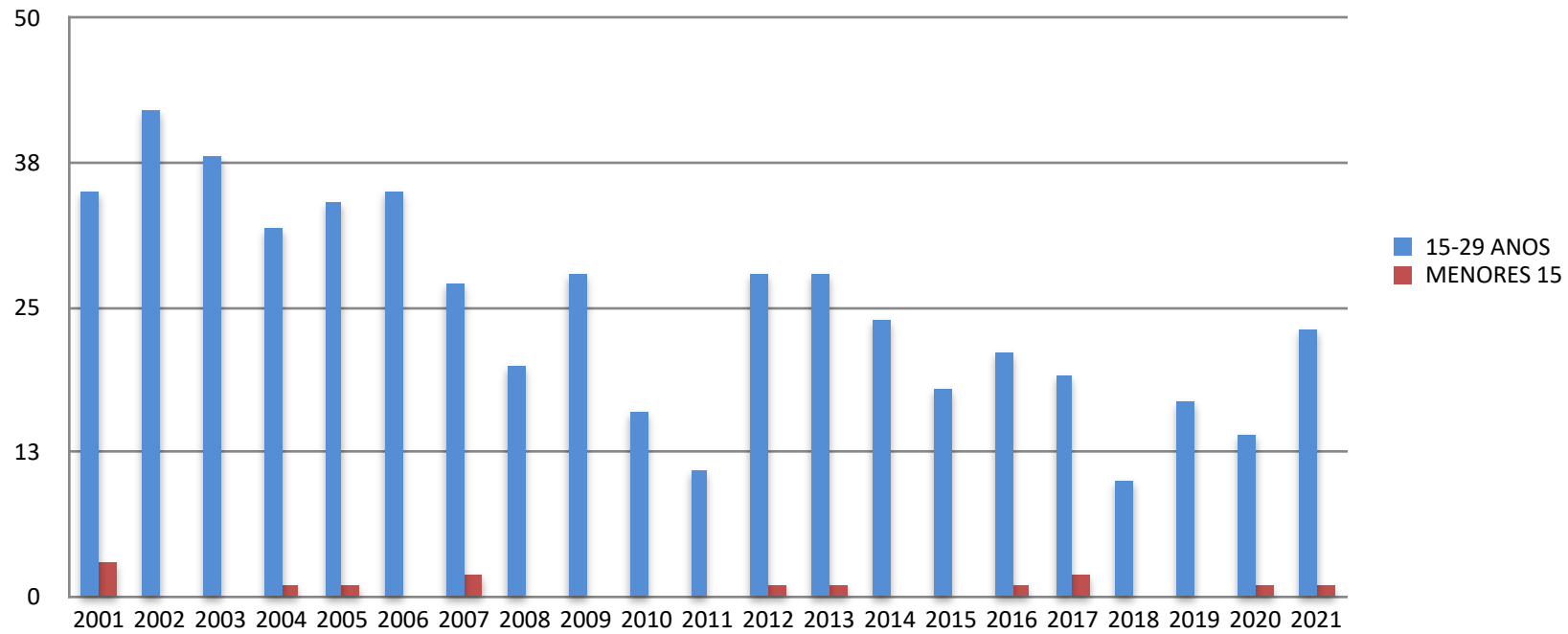




N Total Suicidios Galicia 2012- 2021



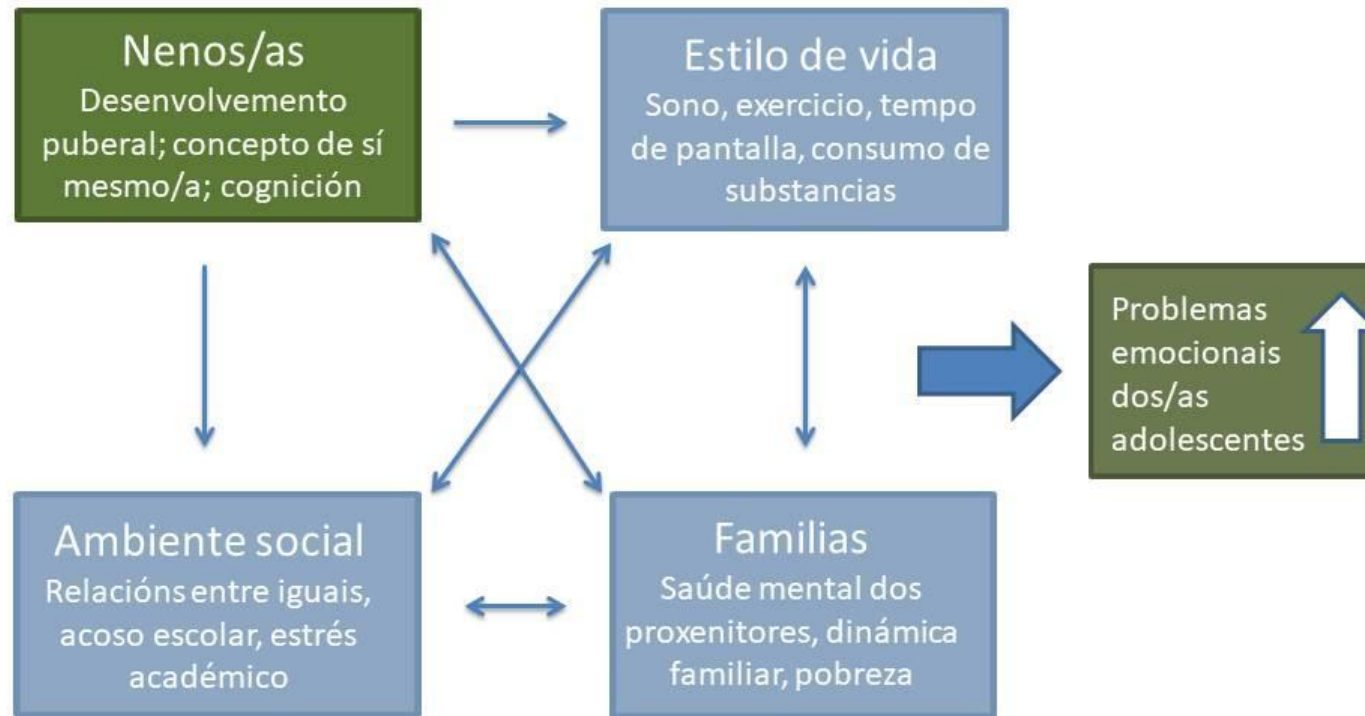
SUICIDIO MENORES DE 30 ANOS 2001- 21



DATOS INE



Razóns das tendencias – cambios no risco social



Patalay & Gage, 2019; Chorin et al., 2015; Twenge et al., 2018; Azzopardi et al., 2019; Chester et al., 2015; Tiiri et al., 2019; Lempinen et al., 2019; Nygren & Hagquist, 2017; West & Sweeting, 2003; Collishaw, 2015



“...polo menos na adolescencia. Pensar que previndo a depresión podemos previr o suicidio é tan certo como que previr os abusos sexuais é previr o suicidio” (Villar Cabeza, 2022)

Factores de risco



INDIVIDUAIS

- Trastornos mentais
- Intentos previos de suicidio
- Historia de violencia ou abuso sexual
- Consumo de alcol ou substancias
- Impulsividade
- Alta autoesixencia
- Dificultades resolución problemas
- Dificultades para asumir a orientación sexual ou a identidade de xénero
- Discapacidade
- Autolesións
- Uso problemático de internet



SOCIOEDUCATIVOS

- Discriminación
- Illamento
- Conflitos co grupo
- Acoso e ciberacoso (tanto nas vítimas, como nos/as acosadores/as e nas vítimas- acosadoras)
- Problemas de parella
- Fracaso escolar
- Problemas disciplinarios

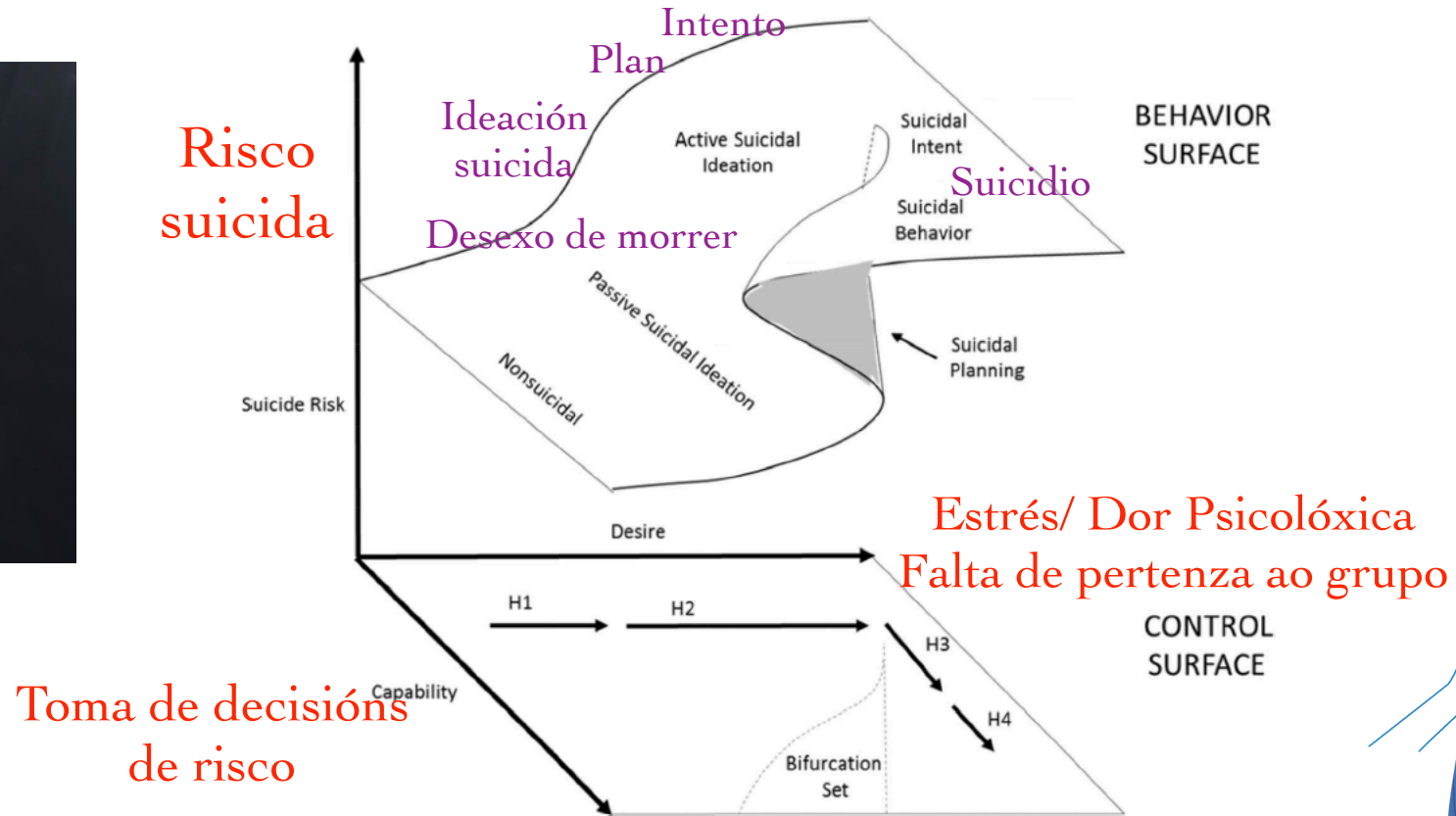
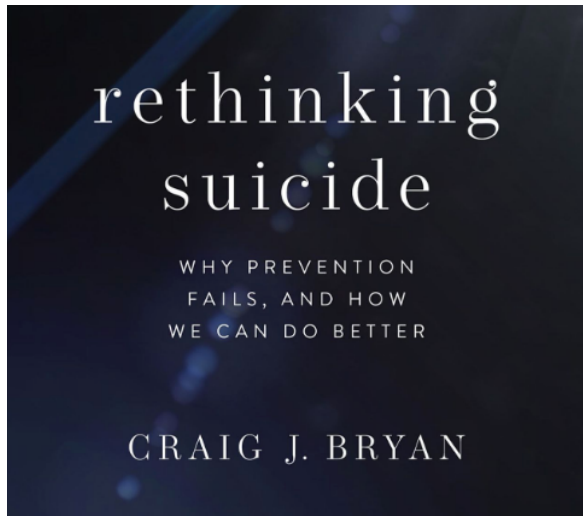


FAMILIARES

- Trastornos mentais
- Antecedentes de suicidio
- Consumo de alcol ou substancias
- Violencia
- Dificultades vinculares (apego)
- Estilos de crianza inaxeitados
- Eventos traumáticos
- Perdas ou enfermidades
- Menores incluídos no sistema de protección



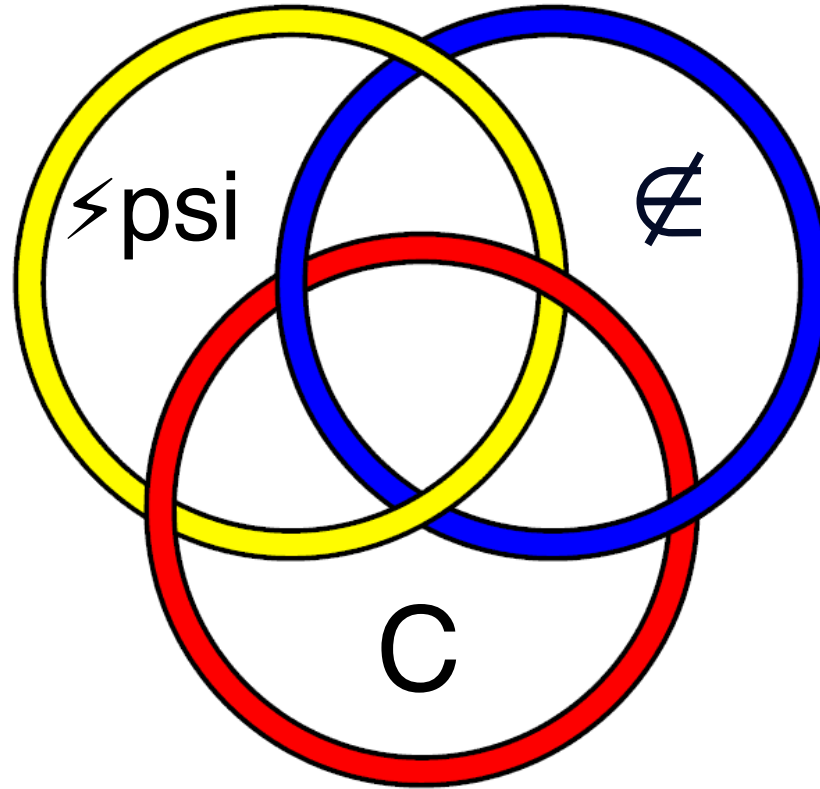




International Journal of Cognitive Therapy, 8(2), 114–129, 2015
© 2015 International Association for Cognitive Psychotherapy

The Three-Step Theory (3ST): A New Theory of Suicide Rooted in the “Ideation-to-Action” Framework

E. David Klonsky and Alexis M. May
Department of Psychology, University of British Columbia



Policy Sciences 4 (1973), 155–169

© Elsevier Scientific Publishing Company, Amsterdam—Printed in Scotland

Dilemmas in a General Theory of Planning*

HORST W. J. RITTEL

Professor of the Science of Design, University of California, Berkeley

MELVIN M. WEBBER

Professor of City Planning, University of California, Berkeley



Características dos “wicked problems”

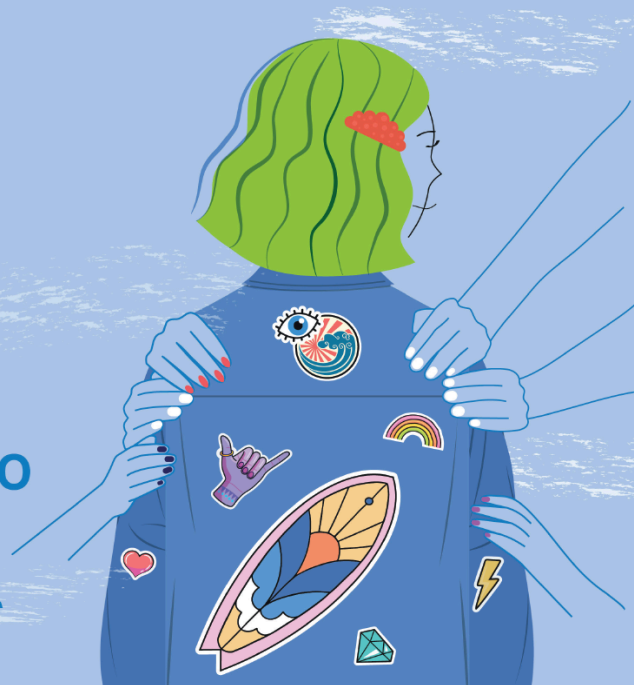
- Non existe unha formulación definitiva (i.e. listado definitivo de causas)
- Os problemas malignos non teñen regra de parada
- As solucións aos problemas malignos non son verdadeiras ou falsas, senón mellores ou peores
- Os problemas malignos non teñen un conxunto exhaustivamente describable de solucións potenciais
- Cada problema maligno é esencialmente único
- Exemplos: cambio climático, criminalidade, violencia de xénero, accidentes de tráfico... e o suicidio



2. Prevención

PLAN DE PREVENCIÓN
DO SUICIDIO EN GALICIA

PROTOCOLO DE
PREVENCIÓN E
ACTUACIÓN NOS
ÁMBITOS
SANITARIO E
EDUCATIVO ANTE O
RISCO SUICIDA
INFANTO-XUVENIL








School-based suicide prevention programmes: the SEYLE cluster-randomised, controlled trial



Danuta Wasserman, Christina W Hoven, Camilla Wasserman, Melanie Wall, Ruth Eisenberg, Gergö Hadlaczky, Ian Kelleher, Marco Sarchiapone, Alan Apter, Judit Balazs, Julio Bobes, Romuald Brunner, Paul Corcoran, Doina Cosman, Francis Guillemain, Christian Haring, Miriam Iosue, Michael Kaess, Jean-Pierre Kahn, Helen Keeley, George J Musa, Bogdan Nemes, Vita Postuvan, Pilar Saiz, Stella Reiter-Theil, Airi Varnik, Peeter Varnik, Vladimir Carli

YAM

A OMS recomenda que os programas de prevención dirixidos á adolescencia se orienten a desenvolver accións dirixidas á mellora da saúde mental ofrecendo estratexias de resolución de problemas e de afrontamento do estrés en lugar de centrarse directamente no suicidio (OMS, 2021).

Seguindo esta recomendación introduciremos gradualmente o programa de prevención para educación secundaria **YAM** (Youth Aware of Mental Health), un modelo de constatada eficacia   , avalado pola OMS (2021)  e recomendado por Save the Children (2021) .

O **YAM** é unha intervención grupal con rol playing. Está estruturado como intervención breve (5 sesións de 1 hora) centrado na resolución de problemas polos propios pares.



Ao abeiro deste protocolo realizarase unha **proba piloto con YAM** nunha mostra representativa de centros. De confirmarse os resultados internacionais o programa escalarase ata chegar a toda a poboación da ESO.

About YAM



Cofinanciado por
la Unión Europea

YAM ECA (N= 4453)
78 CENTROS

INTERVENCIÓN (N=2219)

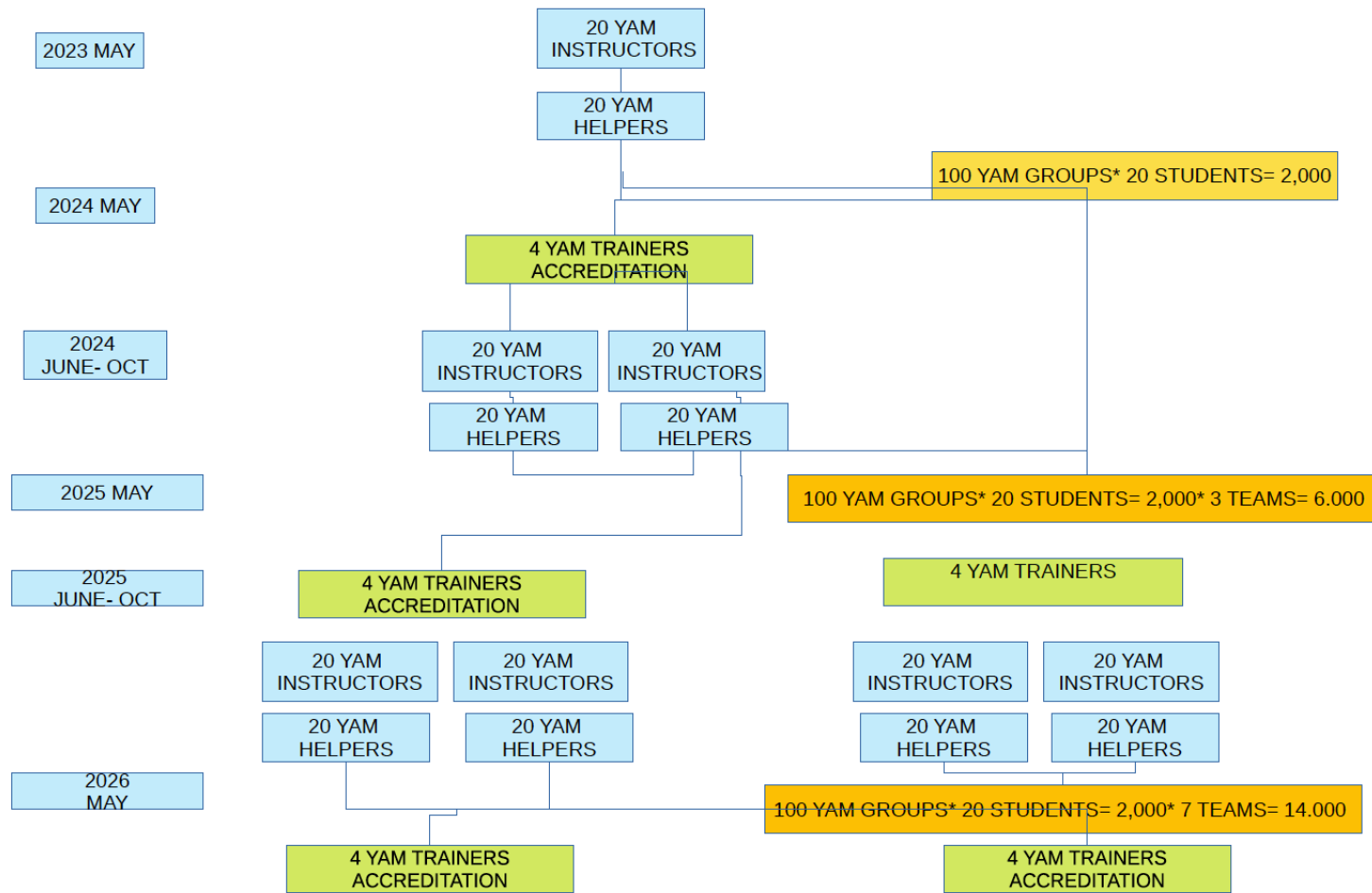
CONTROL (N=2234)

VAR. SD, FAS, SDQ, MFQ, PAYKEL, GHSQ-V, EBIP-Q, EUPI- A, OVIEDO



Cofinanciado por
la Unión Europea





Proxectos financiados 2022

Proxecto Voitheia

Entidade executante

ASOCIACIÓN ALAR GALICIA, PARA PROXECTOS GLOBALES DE INSERCIÓN E INTEGRACIÓN SOCIO LABORALES
(<https://www.alar-galicia.es>)

Ámbito territorial

O proxecto Voitheia é un gabinete de prevención, sensibilización e asesoramento de persoas con tendencias suicidas e apoio profesional aos grupos máis próximos.

Desenvólvese levando a cabo accións gratuítas, profesionais e confidenciais en toda Galicia.

Programa de Prevención da conduta suicida en residencias de estudantes, Vi-dA: Vixilantes de Axuda.

Entidade executante

Asociación Lar Pro saúde Mental (<https://larprosaludmental.com/>)

Ámbito territorial

O programa desenvólvese fisicamente nas 4 provincias.

Persoas destinatarias

- Estudantes que vivan en residencias de Galicia durante o curso escolar. Non se realizará ningún tipo de restrición por razón de sexo, raza, relixión, nacionalidade, etc, nin lugar de residencia.
- Idades comprendidas entre 16-25 anos.
- Participación voluntaria.

Programa de intervención e prevención suicidio na depresión

Entidade executante

Asociación DOA Saúde Mental (<http://www.asodoa.org/>)

Ámbito territorial

O programa desenvólvese no concello de Vigo.

Persoas destinatarias

Calquera persoa, sexa cal sexa o seu sexo, de entre 16 e 65 anos, con diagnóstico de trastorno depresivo, empadroado na área sanitaria de Vigo e os seus achegados.

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DO SUICIDIO EN PERSOAS MAIORES.

Entidade executante

Cruz Vermella Española, Oficina Local de Lugo.
(<https://cruzroja.es>)

Ámbito territorial

O programa desenvólvese no ámbito territorial de Lugo, Sarria e Burela.

Persoas destinatarias

Mulleres e homes maiores de 65 anos residentes no Concello de Lugo. Prevense 15 persoas beneficiarias no ano 2022.

Proxecto de prevención del suicidio en alcoholismo

Entidade executante

Asociación viguesa de alcoholoxía. Asvidal
(<https://alcoholasvidal.com/>)

Ámbito territorial

O programa desenvólvese nos concellos de Vigo e Santiago de Compostela.

Programa integral para a mellora da detección e intervención en risco de suicidio nas comarcas rurais de Ordes e Ulla Sar 2022.Falamos?.

Entidade executante

Asociación Andaina Pro Saúde Mental (<https://www.andainapsm.org/>)

Ámbito territorial

- O Programa abrangue as localidades de:
- Comarca de Ordes: Concellos de Ordes, Tordoia, Trazo, Oroso, Mesía, Frades e Cerceda.
 - Comarca de Ulla-Sar: Concellos de Dodro, Padrón, Rois e Rianxo.
 - Comarca de Ulla-Sar: Concellos de Pontecesures e Valga.
 - Concello de Pontevedra.



PHILAUTIA

Entidade executante

Asociación AGALURE (<https://agalure.com>)

Ámbito territorial

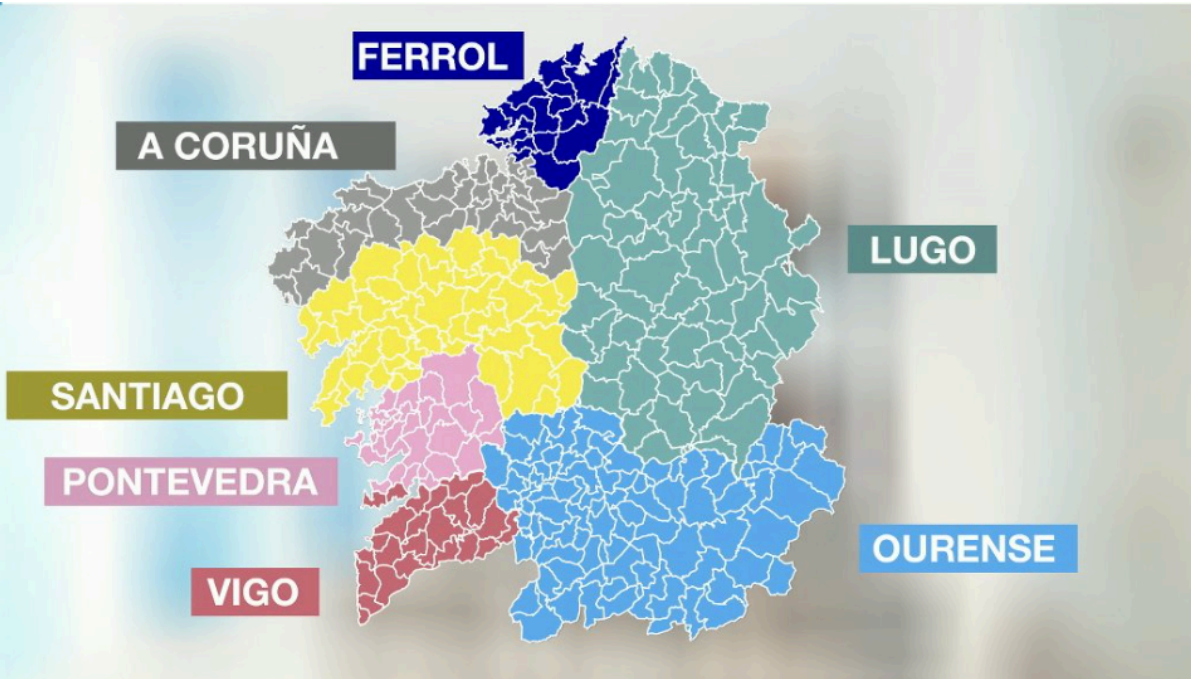
O programa desenvólvese no concello da Coruña.

Persoas destinatarias

Calquera persoa de 12 a 80 anos de idade, cun diagnóstico de tentativa ou ideación de suicidio susceptible de axuda profesional sociosanitaria, sen distincións sociodemográficas, así como os familiares e contorna persoal das persoas usuarias.

Prevese que para o ano 2022 serán beneficiarias 160 persoas.

3. Asistencia



7 Programas de Intervención Intensiva (PII)

Multidisciplinar:

Psiquiatra/ Psicólogo/a/ Enfermería

Duración 6 meses

Intento/ ideación (MINI>9)

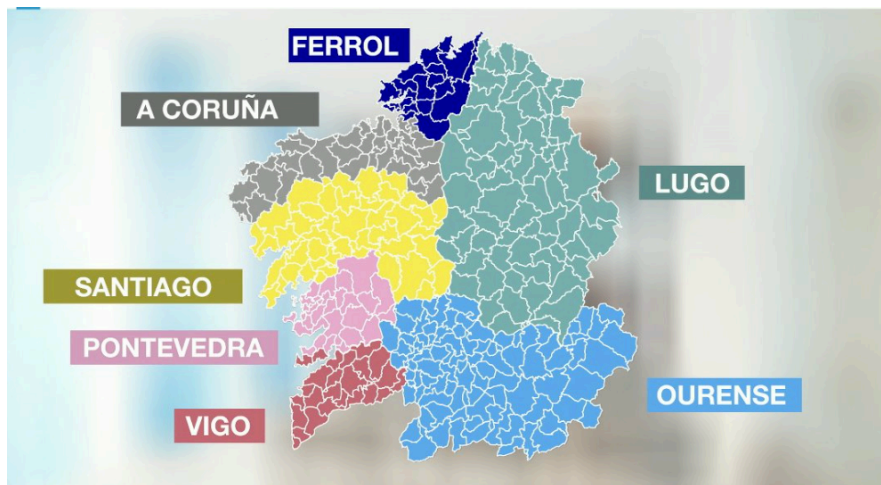
Consulta inicial vía rápida (7 días)

Seguimento intensivo/ Asertivo

TCC/ Farmacológico

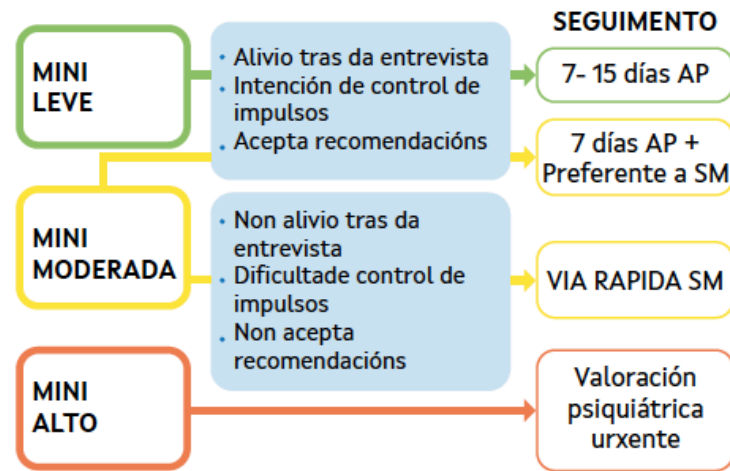


Vía rápida Infanto- xuvenil



Seguimento

- ▶ **Paciente atendido en Saúde Mental (SM):** establecer coordinación.
- ▶ **Interconsulta a Servizos Sociais se procede**
- ▶ **Pacientes sen seguimento e de acordo coa familia:**



4. Investigación



VISIA Subproyecto 2: TED2021-130747B-C22

Ensayo clínico

- Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur
- IP: A. García Caballero
- Objetivo principal: Evaluación de riesgo suicida en adolescentes por Aprendizaje máquina
- La solución tecnológica del subproyecto 1 será testada en una muestra de pacientes de riesgo que se pareará con un grupo control de pacientes psicológicos o psiquiátricos de la misma edad y género sin riesgo suicida y con otra de adolescentes sin patología de la población general. Los tres grupos serán valorados con instrumentos psicométrico que actuarán como gold standard para el entrenamiento del sistema de IA. Subvención concedida: 202.285,00 €

VISIA

CASOS IDEACION/
INTENTO

CASOS OUTRAS
PATOLOXIAS

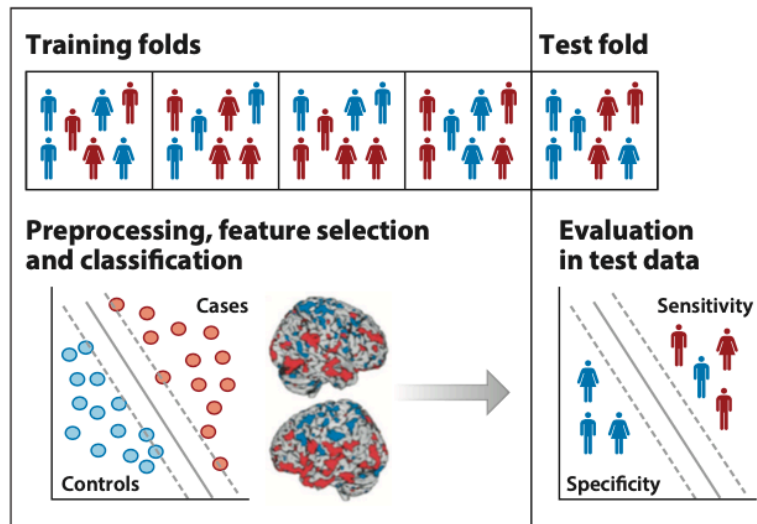
CONTROIS

VAR. SD, SDQ, MFQ, PAYKEL, MACI, EBIP-Q, EUPI- A

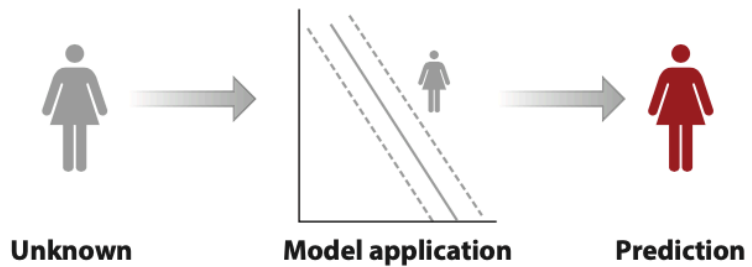
Grabación Audio Video/ Texto Escrito/ Cortisol/ Proteómica



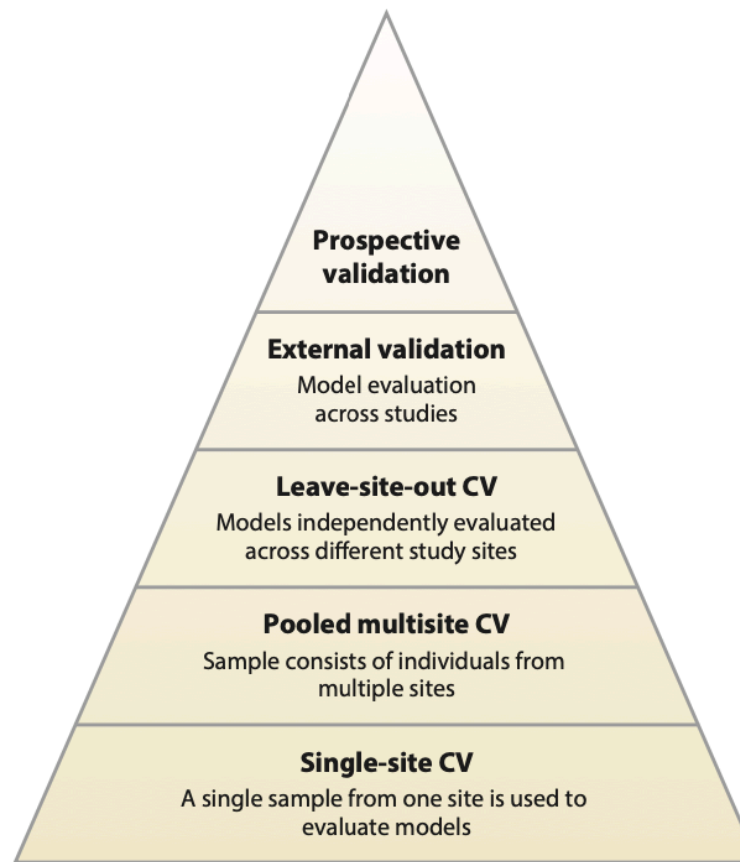
a *k*-fold cross-validation



b Prospective validation



c Generalizability hierarchy



5. Futuro inmediato

ALOUMIÑOS

Inspirado en Salubrízate (Hernández e cols. Atención Primaria Ourense)

Presuposto 500K

Loita contra a soidade non desexada especialmente no ámbito rural (vilas < 10.000)

Obxectivos:

- *Detección en Atención Primaria da soidade non desexada
- *Derivación aos técnicos contratados para dinamización social > valoración
- *Creación de grupos de paseo para reducir o risco cardiovascular
 - *Prever o malestar emocional, illamento social e a soidade
 - *Traballo en rede con AP/ Traballo Social/ organizacións locais
- *Manter grupos autosostibles e autoxestionados



Non se loita para vencer ao
mal,
senon para que non triunfe

Séneca

