

PROTOCOLO Ideación suicida

1. Una vez se recibe la información se debe tomar contacto inmediato con la apoderada o el apoderado del/la estudiante. Si la revelación es recibida por profesional externo a Orientación, debe entregarse de inmediato la información al departamento señalado, ya sea con la Orientadora o a la Psicóloga del área, quienes se encargarán de llevar a cabo los procedimientos consecuentes.
2. Debido a que la información recibida pone en riesgo la integridad del/la estudiante, debe estar en conocimiento de que será entregada a su adulto responsable, teniendo en cuenta que la ayuda y acompañamiento externo que requerirá es vital para poder mejorar, señalando la importancia de haber entregado aquella información, reforzando que logró dar el primer paso por sí mismo/a.
3. Establecer contacto inmediato con la apoderada o el apoderado del/la estudiante para dar cuenta de la información recibida en una entrevista presencial (dentro de lo posible) durante la misma jornada en la cual el/la estudiante efectuó la revelación. Si no es posible una entrevista presencial durante la misma jornada, se debe entregar la información precisa de forma telefónica y fijar una entrevista a la brevedad posible solicitando el respectivo monitoreo permanente del estudiante.
4. Con el/la apoderada se debe recabar información relativa a si existe acompañamiento de profesional externo o si lo hubo en algún momento.
5. De no existir acompañamiento psicológico externo, el apoderado/a debe comprometerse a buscarlo de inmediato, con un plazo máximo de 2 semanas, incluyendo la necesidad de evaluación psiquiátrica.



Compromisos del establecimiento

- Monitoreo del/la estudiante de forma permanente por parte de Orientación, Inspectoría y PJ, además de acompañamiento de Psicóloga de acuerdo a solicitudes del/a estudiante.
- Atenciones individuales semanales de acompañamiento psicológico por parte de Orientación
- Reuniones con profesionales externos para mantener trabajo en conjunto y realización de informes de acuerdo a requerimientos de los profesionales, previa entrega de contacto por parte del apoderado/a.
- Se solicita al apoderado/a sugerencias inmediatas al establecimiento de profesional externo y adecuaciones de ser necesario (reincorporación, horarios diferenciados, rendición de evaluaciones, etc).
- Solicitud de informe a profesionales externos luego de un período prudente (4 sesiones mínimo) para dar cuenta de avances del proceso terapéutico, previa entrega de contacto por parte del apoderado/a.
- Reuniones con apoderado/a de acuerdo a sus propias necesidades.

Algunas sugerencias inmediatas para con los y las estudiantes al hogar

- ✓ Respetar y naturalizar sus emociones
- ✓ Abrir espacios de conversación donde se naturalice compartir emociones con el otro, tanto desde el adulto, como de los y las estudiantes.
- ✓ Si él o la estudiante no muestra disposición a conversar, debe mantenerse un monitoreo constante, pero sin invadir su espacio personal de acuerdo a sus necesidades.
- ✓ Deja que hable. No lo interrumpas ni corrijas.
- ✓ Demuéstrale interés recordando lo que dicen

Frente a desregulaciones emocionales difíciles de autorregular, donde se puede observar; dificultad en la respiración, sensación de presión en el pecho, leve temblor en las manos, y/o necesidad de autolesión:

- ✓ Apoyar la respiración de los estudiantes de forma consciente mirándolos a los ojos y tomando sus manos; inspirar, mantener el aire y botarlo en 4 segundos cada tiempo, dando cuenta de cómo cambia nuestro cuerpo; al inhalar el aire entra en nuestros pulmones y se inflan, al retener el aire el corazón late más lento, y al exhalar el aire sale de los pulmones y vuelven a su estado normal.

Si lo anterior no es suficiente, se puede utilizar elementos adicionales ayuden a la separación inmediata de los pensamientos que están afectando en el momento a través del contacto con hielo (extender las palmas de las manos hacia arriba y poner el hielo sobre ellas, adicionalmente se puede poner un tercer hielo en la nuca), o con limón (morderlo y sentir el sabor agrio).



REFERENCIAS

¹ <https://elpais.com/chile/2023-09-13/suicidio-en-chile-una-problematica-de-salud-publica.html>

² <https://www.gob.cl/noticias/dia-mundial-para-la-prevencion-del-suicidio-cuando-y-donde-pedir-ayuda/>

³ <https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/18635/PrevencionSuicidioAdolescente.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

⁴ <https://www.msmanuals.com/es-ve/professional/trastornos-psiquiátricos/conducta-suicida-y-autoagresión/autolesión-no-suicida-alns> 4/4