



2022

PROTOCOLO ANTE CASOS DE DEPRESIÓN Y
RIESGO SUICIDA

COLEGIO AQUELARRE

PROTOCOLO ANTE CASOS DE DEPRESIÓN Y RIESGO SUICIDA

El establecimiento educacional no cuenta con personal especialista ni recursos para abordar los posibles casos que requieran de atención en salud mental por lo que en ningún caso se hará responsable del tratamiento de los estudiantes, sino sólo de la prevención, detección y derivación respectiva.

Depresión

La depresión es una enfermedad que afecta la vida de las personas, alterando su conducta, estado de ánimo, pensamientos, emociones y relaciones. Existen aspectos neurológicos, biológicos, sociales y psicológicos que influyen en su aparición. Así como factores ambientales que pueden gatillarla por su alto nivel de estrés, como bullying, fracasos escolares, separación de los padres, entre otros.

Señales para identificar depresión

Para diagnosticar un cuadro depresivo es necesario que se presenten en forma frecuente, durante las últimas dos semanas, al menos, dos de los siguientes síntomas: ánimo depresivo; pérdida de interés y de la capacidad para disfrutar y aumento de la fatigabilidad.

Entre los síntomas más característicos de la depresión se mencionan la anhedonia y la desesperanza. La anhedonia se puede entender como la incapacidad de experimentar placer o felicidad, la pérdida de interés o motivación y la incapacidad de disfrutar la mayoría de las actividades cotidianas. La desesperanza no permite que la persona pueda proyectarse a un futuro mejor, haciéndola sentir que no tiene ninguna alternativa o elección personal. Esto hace que la persona pierda el sentido de la vida.

La depresión no debe ser confundida con tristeza. Ésta es una emoción común a todas las personas cuando les pasa algo que los afecta negativamente. Además, la tristeza está asociada a hechos concretos y es pasajera, es decir, dura un tiempo acotado.

Son consideradas señales de depresión:

- Apariencia y corporalidad: Dolores corporales tales como dolores de cabeza, de estómago entre otros, apatía, descuido del aseo personal.

- Afectividad: Pérdida de interés y alegría, pesimismo, sentimiento de culpa, baja autoestima, baja confianza en sí mismo, labilidad emocional (emociones fluctuantes), irritabilidad.
- Cogniciones: Visión de futuro negativa, disminución de la capacidad de atención, disminución de la capacidad de concentración, ideas de muerte, ideas de quitarse la vida.
- Conductas: Aislamiento, baja expresión de emociones, problemas de relación con otros.
- Ritmos biológicos: Energía disminuida, disminución del apetito alteración del sueño, pérdida del deseo sexual, sentirse apagado en la mañana.

La depresión puede afectar a cualquier persona, independientemente de su edad, condición social, estado civil, profesión u oficio. Se deben considerar si existen antecedentes de depresión en la familia o se están viviendo situaciones de estrés permanente debido a situaciones sociales complejas, si han tenido una pérdida importante, entre otros hechos.

Riesgo suicida

Riesgo suicida es la suma de todas las formas de pensamiento y comportamiento humano que, a través del comportamiento activo, o dejándose estar, buscan la propia muerte (Wolfersdorf, 1996).

De acuerdo a Pö Idinger (1968), existirían tres etapas en el desarrollo del suicidio:

- Se considera la posibilidad: Aparecen pensamientos e ideas de quitarse la vida, pero aún hay capacidad de pensarlo y no actuar inmediatamente. En esta etapa, la persona envía señales a otros, mostrando que no está bien, que no se siente capaz de enfrentar lo que le está pasando y que requiere de ayuda.
- Etapa de ambivalencia: Si bien, en esta etapa la persona puede darse cuenta de lo que le está pasando, siente que cada vez lo puede controlar menos. Así, aparecen los primeros intentos de quitarse la vida. La persona envía avisos, como comentarles a otros lo que quiere hacer, escribirlo, etc. También aparece la petición de ayuda, la que a veces puede ser de manera indirecta, por ejemplo, tomando

grandes cantidades de medicamentos para “dormir por mucho tiempo y así descansar”.

- Decisión tomada: En esta etapa, la persona no ve ninguna salida, excepto quitarse la vida. Es algo que ya no puede controlar, por lo que decide planificarlo (busca el momento oportuno, imagina cómo hacerlo, prepara el método, etc.) Aquí la persona ya tiene un fuerte sentimiento de resignación.

Manifestaciones de autodestrucción, pero que no corresponden a un suicidio propiamente tal:

- Ideas suicidas: Aparecen las primeras ideas de muerte o de suicidio, como una forma de detener el malestar o resolver un problema. Si bien, aún la persona puede distanciarse y ver otras opciones, existe el riesgo de realizar un intento suicida si no cuenta con las alternativas o ayuda oportuna. Así, el riesgo de muerte dependerá del curso o evolución que tomen estas ideas.
- Intento suicida: A diferencia del suicidio, los medios utilizados no han dado como resultado la muerte de la persona. Sin embargo, su presencia es de alto riesgo, pues busca como finalidad la muerte. Además, pueden repetirse en el tiempo, trayendo como consecuencia, lesiones secundarias. El riesgo de suicidio sigue estando presente, en la medida que éste se siga intentando.
- Gesto suicida: No hay intención de quitarse la vida, tiene más bien un fin comunicativo, apelativo o manipulativo. Si bien el riesgo de muerte es bajo; el de autolesionarse, es alto.
- Conductas auto agresivas: Al igual que en el gesto suicida, no hay intención de quitarse la vida. Muchas veces, son una manera de descargar la angustia y la rabia. Son difíciles de controlar. Si bien, el riesgo de muerte es bajo; el de lesionarse, es alto.

Es necesario hacer un seguimiento a estas manifestaciones, en caso de que ellas estén presentes o se hayan manifestado recientemente. No todas buscan como finalidad la muerte, pero se corre el peligro de generar algún daño, como producirse cortes y/o intoxicarse, por dar un par de ejemplos. A su vez, son una señal de malestar psicológico, siendo necesario acogerlas y abordarlas. También hay que considerar que, por lo general, las personas que sienten la necesidad de suicidarse perciben un bajo nivel de apoyo social, frente a una situación que gatilla malestar psicológico. Esto último, revela aún más la importancia del apoyo social y comunitario, como una medida de disminuir el estrés.

Señales para determinar riesgo suicida

- Comportamiento abierto y manifiesto de querer quitarse la vida. De alguna manera, la persona avisa que lo quiere hacer.
- Contexto de una crisis y/o enfermedad mental, como depresión, adicciones u otras.
- Deseo de muerte o de “alcanzar la paz”.
- Existencia de una planificación de acciones que tienen como objetivo quitarse la vida.
- Fácil acceso a sustancias u objetos que tengan como consecuencia la muerte.
- Vínculos sociales escasos o de mala calidad.
- Impulsividad manifiesta (problemas para controlar sus propios actos). • Desesperanza.

En el caso de conducta de riesgo inmediato de suicidio se presentan:

- Urgentes pensamientos suicidas, o sea, las ideas de matarse aparecen frecuentemente y/o intensamente.
- Desesperación y sentimientos de culpa, donde la persona no aguanta la angustia y se siente responsable de todo lo malo que sucede.
- Fuerte presión para actuar, es decir, no puede soportarlo más.
- Impulsividad elevada, que no puede controlar la propia conducta y tiene mayor riesgo con consumo de alcohol y/o drogas.
- Herida grave a la autoimagen; importante baja en la autoestima, de acuerdo a cómo siente que lo perciben los demás.
- Aumento del retraimiento social. La persona se aísla y deja de participar en instancias sociales.
- Actos de despedida con las personas. Por ejemplo, envía cartas o habla como si ya no fuera a estar.
- Anuncio abierto o encubierto del suicidio. De alguna manera avisa a otros la intención de quitarse la vida.
- Preparación de actos o planes concretos de suicidio. Por ejemplo, se considera el lugar, cuál es el momento oportuno, cómo hacerlo, etc.

Suicidio

Es una conducta o acto autodestructivo que tiene como meta alcanzar la muerte, con el conocimiento, esperanza y creencia de que con el método elegido es posible alcanzarla. El resultado de esta conducta es la muerte.

Responsable de la activación del protocolo

La responsable de llevar a cabo este Protocolo de Activación es la encargada de convivencia escolar y/o psicóloga, sus funciones son:

- Resguardar el derecho de los estudiantes.
- Mantener informado al Director para tomar las medidas pertinentes de acuerdo al caso y a la normativa, durante todo el proceso.
- Liderar el Protocolo de Actuación, velando por un proceso que resguarde el interés superior del estudiante.
- Derivar el caso a organismos especializados para la detección de la vulneración de derechos, en caso de ser necesario y colaborar con la justicia durante el proceso, facilitando información, declarando en calidad de testigo si fuese necesario. En caso de confirmarse dicho fenómeno, recopilar la información necesaria para colaborar con la investigación.
- Mantenerse informado y conocer el estado de la investigación. Si ésta se hubiera iniciado, de las eventuales medidas de protección que se aplicarán, etc.

Procedimiento

Si un miembro de la comunidad educativa sospecha que un estudiante pueda padecer depresión o presente señales de riesgo suicida, en los términos en que se describe en este apartado, deberá informar inmediatamente a encargada de convivencia escolar ya sea de forma presencial o a través de plataformas virtuales dependiendo del contexto entregando los antecedentes que funden sus sospechas.

Antes de cualquier gestión, la psicóloga y/o encargada de convivencia escolar debe considerar la fragilidad en la que posiblemente se encuentre el estudiante por lo que todas las gestiones deberán realizarse siempre buscando establecer un vínculo con él procurando que se den en ambientes protectores.

1. El Encargado de convivencia escolar deberá reunir antecedentes generales que permitan contextualizar la situación, como por ejemplo:
 - a. Revisar libro de clases y carpeta del alumno.
 - b. Entrevistarse con el profesor Jefe u otro actor relevante.
 - c. Entrevistarse con el Apoderado.
 - d. Sólo si la situación lo requiere, realizar una entrevista preliminar con el estudiante y su Apoderado o tutor legal, la que deberá llevarse a cabo bajo condiciones que resguarden en todo momento los derechos, así como también registrar en forma textual el relato del mismo (esto puede servir como evidencia al momento de denunciar).
2. Una vez reunidos los antecedentes, la Encargada de convivencia escolar resolverán si la situación es considerada:
 - a. Sospecha de una posible depresión.
 - b. Riesgo suicida.
 - c. Desestimar los antecedentes.
3. La Encargada de convivencia escolar tendrá un plazo máximo de 5 días hábiles a contar desde la recepción de la denuncia para resolver la tipificación que se describen en los puntos anteriores. Esta resolución y los pasos a seguir deberán ser informados por escrito al Apoderado o tutor legal y al Director.

Procedimiento ante intento suicida al interior del establecimiento educacional

La encargada de Convivencia escolar y el Director se comunicarán en forma inmediata con el Apoderado o tutor legal y con Salud responde al teléfono 600 360 7777 para informar la situación y solicitar orientación y apoyo para los pasos siguientes.

Debe ser esta unidad quienes coordinen la llegada de la ambulancia y el aviso a la unidad de salud más cercana para que reciban al estudiante que ha intentado quitarse la vida.

En caso que la comunicación con Salud Responde no surta efecto, entonces se procederá según indica el protocolo de accidentes escolares.

Medidas de apoyo al estudiante

Sin perjuicio de las acciones que realicen las redes externas de apoyo, el establecimiento elaborará un plan de apoyo al estudiante, en este plan se podrán disponer de las distintas medidas de apoyo pedagógico y/o psicosocial identificadas en el Manual de Convivencia Escolar.

El responsable de velar por la adecuada implementación de estas medidas será en el Encargado de convivencia escolar.

Procesos de seguimiento, registro y trabajo en red con las instituciones de derivación

Una vez activada la red de apoyo externa al colegio, el encargado de convivencia escolar mantendrá un seguimiento mensual de las acciones por ellos realizadas. Para estos efectos se mantendrá un registro escrito en el respectivo expediente.