

# I PLAN DE ACCIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y ABORDAJE DE LAS CONDUCTAS SUICIDAS EN EXTREMADURA

Este I Plan de Acción para la Prevención de y Abordaje de las Conductas Suicidas en Extremadura sienta las bases para disminuir las muertes por suicidio en nuestra Comunidad Autónoma a través de sus 9 objetivos y acciones correspondientes. Con este I Plan se pretende mejorar la capacidad de abordaje de la conducta suicida del Servicio Extremeño de Salud y posibilitar la intervención interdepartamental.

## I PLAN DE ACCIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y ABORDAJE DE LAS CONDUCTAS SUICIDAS EN EXTREMADURA

En 1986, la Organización Mundial de la Salud (OMS) definió el suicidio como “un acto con resultado letal, deliberadamente iniciado y realizado por el sujeto, sabiendo o esperando su resultado letal y a través del cual pretende obtener los cambios deseados”.

A día de hoy se considera un grave problema de Salud Pública, ya que a nivel mundial se calculan más de 800.000 suicidios al año, uno cada 40 segundos, cifra de proporciones epidémicas. Esta situación exige políticas sanitarias de atención a la Salud Mental que incidan en la adecuada detección del riesgo suicida y su prevención.

Factores sociales, psicológicos, culturales y de otro tipo pueden interactuar para conducir a una persona a un comportamiento suicida, pero debido a la estigmatización de los trastornos mentales y del suicidio, muchos sienten que no pueden pedir ayuda.

Actualmente sabemos que el suicidio es prevenible, y que las estrategias para la detección y prevención de las situaciones de riesgo deben ser globales.

Presentamos el I Plan de Acción para la Prevención y Abordaje de las Conductas Suicidas en Extremadura, con el que se pretende iniciar la respuesta de la Comunidad Autónoma de Extremadura a este drama presente en nuestra sociedad.

### Marco Normativo y Planificador.

La **Constitución Española** de 1978, en su artículo 43, reconoce a todos los ciudadanos el derecho a la protección de la Salud y responsabiliza a los poderes públicos de organizar y tutelar la salud pública a través de medidas preventivas y de las prestaciones y servicios necesarios.

La **Ley 10/2001, de 28 de junio, de Salud de Extremadura**, establece un nuevo marco de ordenación para la sanidad pública extremeña, definiendo el Sistema Sanitario Público de Extremadura como parte del Sistema Nacional de Salud, y la creación del Servicio Extremeño de Salud, organismo autónomo encargado de la provisión de asistencia sanitaria. Por el **Decreto 209/2001, de 27 de diciembre**, se aprueban los Estatutos y el Logotipo del Servicio Extremeño de Salud.

El **Primer Plan de Acción Global sobre Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS)** se adopta en mayo de 2013 por parte de la Asamblea Mundial de la Salud. La

prevención del suicidio es una parte integrante de dicho Plan, proponiendo como objetivo reducir un 10 % la tasa de suicidio para el 2020 en todos los países.

El informe “**La prevención del suicidio: un imperativo global**”, es publicado por la OMS en 2014 la OMS; donde alienta a los países a considerar la prevención del suicidio con una prioridad alta en sus programas y planes.

La **Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2009-2013** recoge la priorización de actuar en la prevención y detección precoz de la conducta suicida.

El **III Plan Integral de Salud Mental de Extremadura 2016-2020** dedica un área específica de intervención a la prevención y abordaje de conductas suicidas, desarrollando en los Objetivos 33, 34 y 35 diferentes acciones para ello.

Con el actual I Plan se comienza el cumplimiento de los siguientes objetivos y acciones de dicho Plan:

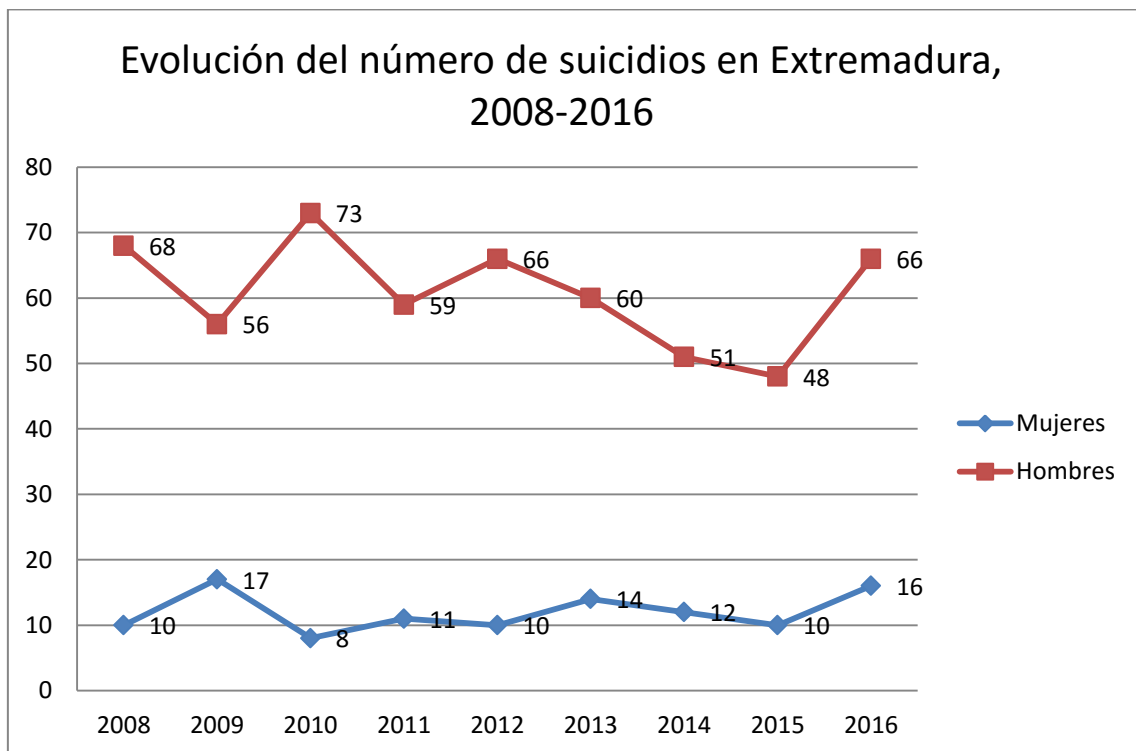
- **OBJETIVO 33: Impulsar acciones para la mejora de la sensibilización acerca del suicidio y la prevención de las conductas suicidas**
  - **Acción 33.1: Fomento de la sensibilización** de los ciudadanos sobre la importancia del bienestar psicológico, factores de protección y el riesgo de suicidio.
  - **Acción 33.2:** Puesta en marcha de **estrategias para la lucha contra el estigma** y el autoestigma asociados a las conductas y al riesgo suicida.
  
- **OBJETIVO 34: Mejorar la detección precoz y las actuaciones dirigidas a personas en situación de riesgo suicida.**
  - **Acción 34.1: Creación de un registro** de casos anónimos de tentativas suicidas y de suicidios consumados de ámbito autonómico, que permita la realización de un análisis de la situación actualizada en la Comunidad Autónoma de Extremadura
  - **Acción 34.2: Formación del personal sanitario** (Atención Primaria y Especializada intra y extrahospitalaria) **y no sanitario** (Servicios Sociales, Educación...) en la detección y el manejo de situaciones de riesgo suicida.
  
- **OBJETIVO 35: Establecer un adecuado tratamiento y seguimiento de las personas que hayan realizado alguna tentativa suicida, o estén en situación de riesgo para realizarla, asegurando la continuidad asistencial entre los distintos niveles implicados.**
  - **Acción 35.1: Elaboración, aprobación e implantación del Proceso Asistencial Integrado de Conductas Suicidas de Extremadura**, acorde a la evidencia científica actualizada y contemplando la posibilidad de sinergias con programas existentes en la comunidad, que asegure una adecuada atención y

seguimiento, así como la atención a las segundas víctimas y profesionales implicados.

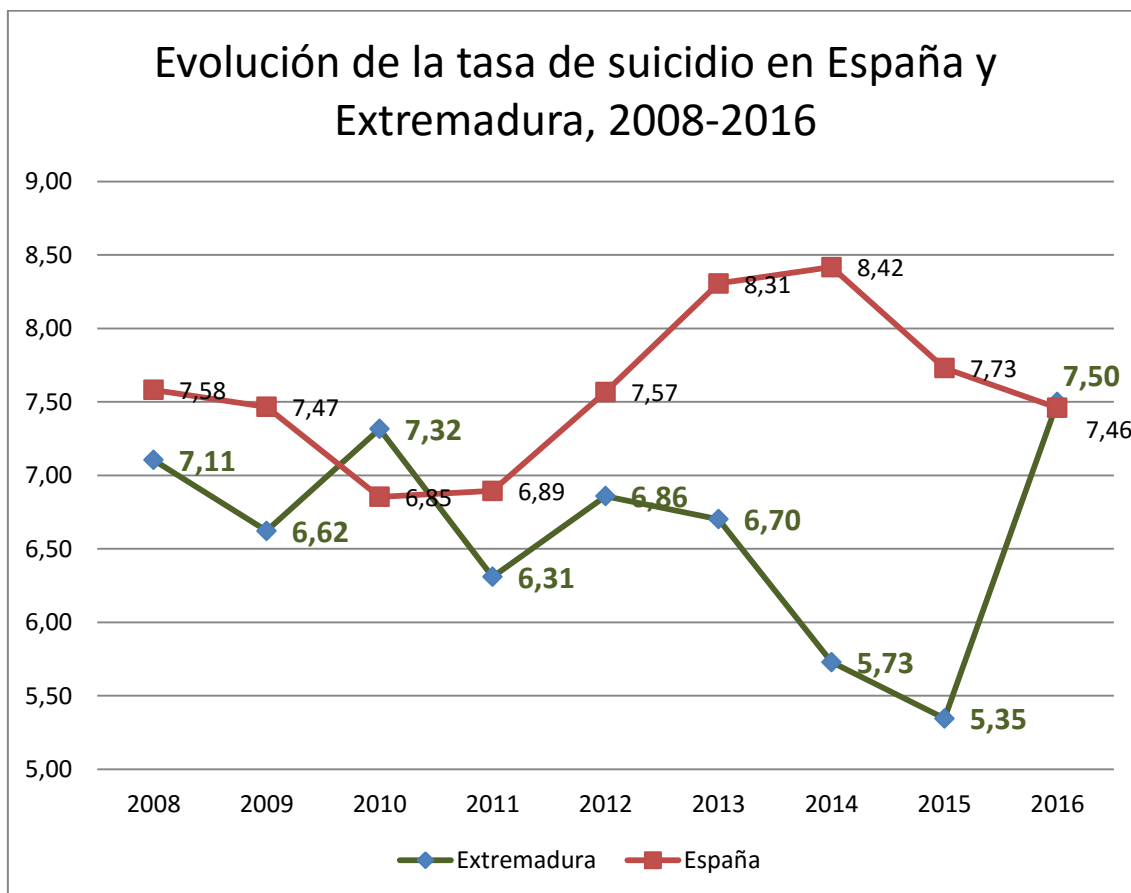
- **Acción 35.2: Promoción del uso de las nuevas tecnologías** para la detección del riesgo suicida (uso de telemedicina, aplicaciones como la app saludextremadura, página web,...), así como para el seguimiento de los casos detectados.

**Epidemiología de la muerte por suicidio en Extremadura**

En Extremadura, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística, podemos observar la siguiente evolución del número de suicidios, mujeres y hombres, y la correspondiente evolución de la tasa de suicidio comparativa con la nacional.



Fuente: Estadística de Defunciones según la causa de muerte. INE.



Fuente: Estadística de Defunciones según la causa de muerte. INE.

A pesar del aumento en el último año registrado no se puede afirmar que sea una tendencia, si bien es cierto que después de seis años la tasa de suicidio de Extremadura se sitúa por encima de la media nacional.

No obstante, es imprescindible la implementación de un plan de acción frente al suicidio que permita una adecuada prevención de cada una de estas muertes.

#### Análisis de la situación del abordaje del Suicidio en el ámbito del Servicio Extremeño de Salud.

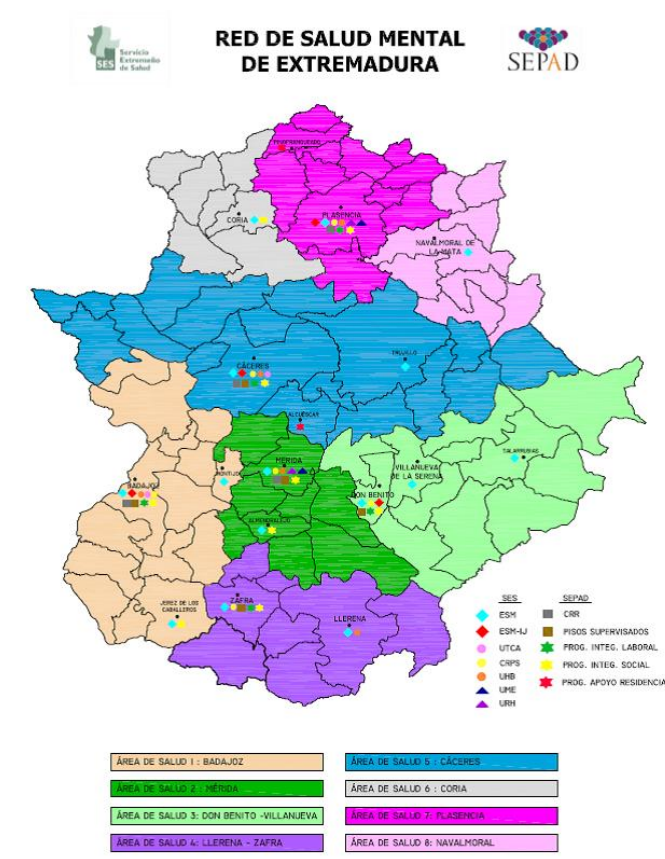
Se ha efectuado un análisis tipo DAFO de la situación actual del abordaje del suicidio en el SES, resultando en las siguientes conclusiones:

- Debilidades:
  - Los datos epidemiológicos no están adecuadamente registrados e integrados.

- No existe un Plan de abordaje de la conducta suicida.
  - No se ha llevado a cabo una formación específica a los profesionales.
  - Se percibe un tabú entre los profesionales al hablar o explorar el suicidio, derivando en estigma.
  - La presión asistencial puede hacer que no se disponga del tiempo necesario para una correcta exploración del suicidio.
  - La progresiva sub-especialización de la asistencia hace que los profesionales perciban como ajeno el abordaje del suicidio.
  - No se contempla el abordaje del suicidio en otros Planes Integrales que pudieran estar relacionados: Plan contra el Cáncer, Conductas Adictivas, etc.
  - No existe una formación regada en formación sanitaria especializada en torno al suicidio.
- Amenazas:
    - El suicidio constituye un tabú social y resulta estigmatizado.
    - No se atienden a ciertos grupos que se sabe que son vulnerables: víctimas de violencia, mayores, jóvenes, etc.)
    - Las Redes Sociales funcionan en muchas ocasiones como elementos de acoso.
    - La Sociedad deriva en una pérdida de valores que acreciente la soledad de las personas, constituyendo una verdadera enfermedad social.
    - No existe una formación reglada en pregrado en torno al suicidio.
  - Fortalezas:
    - Red de Atención Primaria accesible y equitativa en Extremadura.
    - Red de Salud Mental de Extremadura con dispositivos adecuados para el abordaje del suicidio.
    - Estructura, acceso, contacto y respuesta adecuada del Centro 112 para responder ante el suicidio.

- Estructura y disposición adecuada de la Escuela de Ciencias de la Salud y Atención Sociosanitaria para la formación en suicidio.
- Motivación de los profesionales y sensibilización crecientes.
- Oportunidades:
  - Presencia en la planificación sanitaria a nivel nacional e internacional.
  - Apoyo político e institucional actual.
  - Existencia del Teléfono de la Esperanza.
  - Existencia de Planes frente al Suicidio en otros territorios.
  - Concienciación creciente del movimiento asociativo de Salud Mental.
  - Redes Sociales como elementos que acompañan.
  - Movimiento asociativo de Salud Mental como recurso frente al suicidio.

Con este análisis se ha elaborado la relación de objetivos u acciones presentes en este Plan.



## OBJETIVOS Y ACCIONES DEL I PLAN DE ACCIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y ABORDAJE DE LAS CONDUCTAS SUICIDAS EN EXTREMADURA

- **OBJETIVO 1: MEJORAR LA EVALUACION DEL RIESGO DE SUICIDIO POR PARTE DE LOS PROFESIONALES DE ATENCIÓN PRIMARIA.**

- **Acción 1.1:** Realización de un curso de formación continuada en cada una de las Áreas de Salud del SES acerca de la evaluación del riesgo suicida dirigido a profesionales de AP.
- **Acción 1.2:** Disponibilidad de un curso online de formación continuada acerca de la evaluación del riesgo suicida dirigido a profesionales de AP.

- **OBJETIVO 2: MEJORAR LA EVALUACION E INTERVENCIÓN FRENTE AL SUICIDIO POR PARTE DE LOS PROFESIONALES DE SALUD MENTAL.**

- **Acción 2.1:** Realización de un curso de formación continuada acerca de la evaluación e intervención frente al suicidio por parte de los profesionales de Salud Mental en cada Área de Salud.
- **Acción 2.2:** Disponibilidad de un curso online de formación continuada acerca de la evaluación e intervención frente al suicidio para los profesionales de Salud Mental.

- **OBJETIVO 3: MEJORAR LA ATENCIÓN SANITARIA PREFERENTE A LA PERSONA CON RIESGO SUICIDA.**

**Acción 3:** aprobación e implementación del “Código Suicidio”, que consta de:

- Evaluación del riesgo suicida de la persona con instrumentos normalizados en cualquier ámbito asistencial sanitario.
- Derivación al dispositivo adecuado de la Red de Salud Mental de Extremadura de acuerdo con el riesgo evaluado: bajo/intermedio/alto.
- Evaluación en 72 horas de los riesgos intermedios en el Equipo de Salud Mental de referencia por parte de enfermería especialista en Salud Mental.



- Elaboración y gestión del Plan Protocolizado de Gestión del Riesgo de Suicidio, cuyos objetivos son:
  - Disminuir el riesgo suicida de la persona atendida.
  - Establecer una planificación de la atención del problema de Salud Mental, si lo hubiese.
  - Atender las necesidades de sus familiares y personas de referencia en relación a dicha conducta suicida.
  
- **OBJETIVO 4: MEJORAR LA INFORMACIÓN EPIDEMIOLÓGICA DISPONIBLE SOBRE LAS CONDUCTAS SUICIDAS EN EXTREMADURA.**
  - **Acción 4.1:** Elaboración de un informe anual sobre la epidemiología del suicidio en Extremadura; con información extraída de los registros del INE, Centro de Atención de Urgencias y Emergencias Extremadura 112, CMBD y codificación diagnóstica del Sistema de Información Sanitaria Jara.
  - **Acción 4.2:** Difusión del informe anual sobre la epidemiología del suicidio en Extremadura en el Consejo Regional de Salud Mental y a través de la Web Salud Mental de Extremadura.
  
- **OBJETIVO 5: INCLUIR LA EVALUACION E INTERVENCIÓN FRENTE AL SUICIDIO EN OTROS PLANES INTEGRALES DE LA CONSEJERÍA DE SANIDAD Y POLÍTICAS SOCIALES.**
  - **Acción 5.1:** Inclusión de herramientas y circuito asistencial de derivación para el abordaje de las conductas suicidas en otros Planes Integrales de la Consejería de Sanidad y Políticas Sociales: Plan Integral contra el Cáncer, Plan Integral de Drogodependencias y Conductas Adictivas, etc.
  
- **OBJETIVO 6: INCLUIR LA FORMACIÓN EN EVALUACIÓN Y GESTIÓN DEL RIESGO SUICIDA EN LA FORMACIÓN SANITARIA ESPECIALIZADA.**
  - **Acción 6.1:** Inclusión de la formación en evaluación y gestión del riesgo suicida en la Formación Sanitaria Especializada de Salud Mental que se imparte en el Servicio Extremeño de Salud.
  - **Acción 6.2:** Inclusión de la formación en evaluación y gestión del riesgo suicida en la Formación Sanitaria Especializada en Medicina y Enfermería Familiar y Comunitaria que se imparte en el Servicio Extremeño de Salud.

- **OBJETIVO 7: ELABORAR Y DIFUNDIR UN DOCUMENTO DE RECOMENDACIONES PARA EL ADECUADO TRATAMIENTO DEL SUICIDIO EN LOS MEDIOS DE COMUNICACION.**
  - **Acción 7.1:** Elaboración y difusión de un documento de recomendaciones para el adecuado tratamiento del suicidio en los Medios de Comunicación.
  
- **OBJETIVO 8: FOMENTAR LA SENSIBILIZACION DE LOS CIUDADANOS SOBRE LA IMPORTANCIA DEL BIENESTAR PSICOLOGICO, FACTORES DE PROTECCIÓN Y EL RIESGO DE SUICIDIO.**
  - **Acción 8:** Elaboración y difusión de un documento sobre factores de protección y bienestar psicológico, mediante la Web Salud Mental de Extremadura y Redes Sociales.
  
- **OBJETIVO 9: MEJORAR LA CAPACIDAD DEL SISTEMA EDUCATIVO EN LA PROMOCION DE LA SALUD MENTAL Y LA PREVENCION DE CONDUCTAS SUICIDAS.**
  - **Acción 9:** Elaboración y difusión una Guía de Acción Tutorial para la Promoción de la Salud Mental en el ámbito educativo en coordinación con el Sistema Educativo.

### Bibliografía breve

1. Constitución Española. Boletín Oficial del Estado, Nº 311, (29 de diciembre de 1978).
2. Ley general de sanidad, Ley 14/1986. Boletín Oficial del Estado, Nº 102, (29 de abril de 1986).
3. Organización Mundial de la Salud. Plan de Acción sobre Salud Mental 2013-2020. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2013.  
<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/97488/1/9789243506>.
4. Ministerio de Sanidad y Consumo. Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2009-2013. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo; 2009.
5. Junta de Extremadura. III Plan Integral de Salud Mental de Extremadura 2016-2020. Servicio Extremeño de Salud. Consejería de Salud y Políticas Sociales; 2017.
6. Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica de Prevención y Tratamiento de la Conducta Suicida. Guía de Práctica Clínica de Prevención y Tratamiento de la Conducta Suicida. Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Galicia (avalia-t). Guías de Práctica Clínica en el SNS; 2012.
7. Ansean A. Manual de Prevención, Intervención y Postvención de la Conducta Suicida. Fundación Salud Mental. 2014.