



Suicidio e intento de suicidio en el entorno comunitario

Conducta suicida



La conducta suicida se refiere a los pensamientos o conductas que llevan al acto de quitarse la vida intencionalmente.

Puede clasificarse en tres categorías: ideación, plan e intento suicidas. La ideación suicida comprende los pensamientos del acto suicida pero sin una planeación sobre el mismo; en el plan suicida, estos pensamientos son más elaborados e integran un método para llevar a cabo el acto suicida; y en el intento existe un comportamiento potencialmente autolesivo en el que se pueden presentar diferentes grados en la intención de morir.

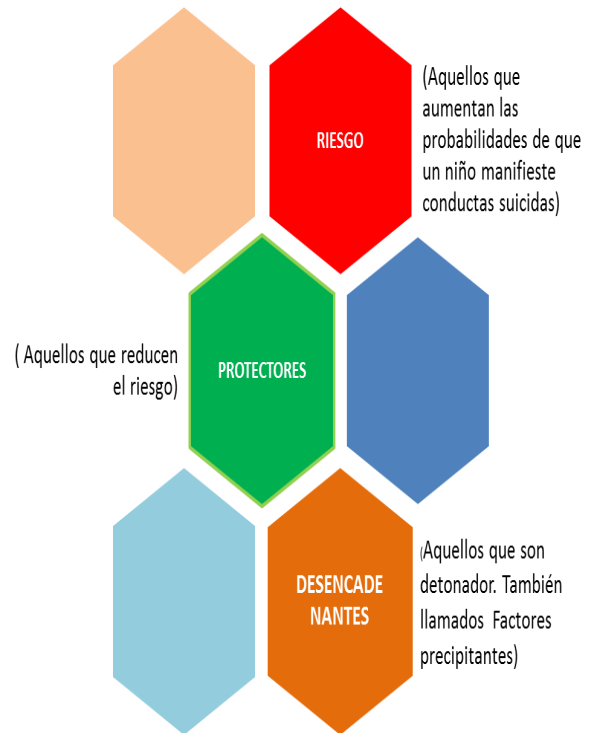
Algunos datos significativos

- Cerca de 800.00 personas al año se suicidan a nivel mundial.
- Cada 40 segundos una persona comete suicidio en alguna parte del mundo.
- Cada 3 segundos una persona intenta morir.
- El suicidio está entre las tres causas más frecuentes de muerte en personas jóvenes con edades de 15 – 35 años.
- Cada suicidio tiene un serio impacto sobre al menos otras seis personas.
- El impacto psicológico, social y financiero del suicidio sobre la familia y la comunidad no es mensurable.



Factores y situaciones de riesgo

- Bajo nivel socioeconómico y educativo; pérdida de empleo;
- Problemas con el funcionamiento de la familia, las relaciones sociales
- Traumas, tales como abuso físico y sexual;
- Pérdidas personales;
- Trastornos mentales, tales como depresión, trastornos de la personalidad, esquizofrenia, alcoholismo y abuso de sustancias;
- Sentimientos de falta de valor o desesperanza;
- Problemas de orientación sexual (tales como homosexualidad);
- Comportamientos idiosincrásicos (tales como estilo cognitivo y constelación de la personalidad);
- Problemas de juicio, falta de control de los impulsos y comportamientos autodestructivos; Poca capacidad para enfrentar problemas;
- Enfermedad física y dolor crónico:
- Acceso a medios para hacerse daño;
- Acontecimientos destructivos y violentos



Control del comportamiento suicida

Durante una crisis suicida, es importante que el consejero:

- Esté tranquilo y sea tolerante;
- No sea crítico;
- Anime la autorrevelación;
- Admita el suicidio como opción sin “normalizarlo” como tal;
- Escuche en forma activa y refuerce positivamente el cuidado personal;
- Mantenga el proceso de orientación centrado en el lugar y el

momento actuales;

- Evite la orientación en profundidad hasta que la crisis se resuelva;
- Llame a otras personas para ayudar a valorar la posibilidad de que el paciente se haga daño;
- Haga preguntas acerca de letalidad;
- Elimine los medios letales;
- Tome decisiones eficaces para el control de la crisis.

Factores protectores

