



PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN EN LA PREVENCIÓN DE LA CONDUCTA SUICIDA EN COLECTIVOS VULNERABLES

Memoria de Actividad 2017



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
BREVE RECORRIDO HISTÓRICO	3
CONTEXTO: DATOS SOBRE EL SUICIDIO	4
JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO	5
OBJETIVOS DE LAS ACCIONES FORMATIVAS DEL PROYECTO	5
CONTENIDO DE LAS ACCIONES FORMATIVAS	6
METODOLOGIA	6
AMBITO GEOGRÁFICO DE ACTUACIÓN	7
DURACIÓN DEL PROYECTO.....	7
EQUIPO DE TRABAJO	7
COLECTIVOS VULNERABLES A LOS QUE SE HA DIRIGIDO EL PROYECTO	7
FINANCIACIÓN.....	9
EVALUACION DEL PROYECTO E INVESTIGACIÓN	9
RESULTADOS DEL CUESTIONARIO DE EVALUACION	10
IMPACTOS DE LA IMPLEMENTACION DEL PROGRAMA EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.....	12
CONCLUSIONES Y VALORACIÓN	14
CONTINUIDAD DEL PROGRAMA.....	14
ANEXOS	15

INTRODUCCIÓN

Este documento corresponde a la memoria de actividades de la implementación del PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN EN LA PREVENCIÓN DE LA CONDUCTA SUICIDA EN COLECTIVOS VULNERABLES, llevado a cabo durante el último trimestre del 2017 por integrantes del GRUPO DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN, PREVENCIÓN Y ASISTENCIA DE LA CONDUCTA SUICIDA (de ahora en adelante GTIPACS), del COLEGIO OFICIAL DE PSICOLOGIA DE LES ILLES BALEARS (de ahora en adelante COPIB)

BREVE RECORRIDO HISTÓRICO

El 23 de mayo de 2016 la Junta de Gobierno del COPIB, aprobó la creación del GTIPACS, cuyos objetivos generales son:

- Investigación científica sobre la conducta suicida.
- Análisis de datos sobre la conducta suicida en las Islas Baleares.
- Elaboración y promoción de planes específicos de prevención, tratamiento y apoyo a diferentes colectivos.
- Comunicación y colaboración con otros organismos relacionados con el tema.

Las principales acciones previstas han sido y son:

- Establecer planes de prevención específicos en diferentes ámbitos: escolares, laborales, domésticos, cuerpos de seguridad y personal de emergencias, trabajadores de atención primaria, sanitarios, residencias geriátricas, instituciones penitenciarias, población en general.
- Programas de sensibilización, información y educación para la prevención del suicidio dirigido a profesionales de varios ámbitos para la detección, manejo inicial y derivación adecuada de personas con riesgo suicida.
- Campaña informativa a través de los medios de comunicación.
- Cooperación con agentes sociales.
- Intervención en grupos de riesgo. Detectar intentos de suicidio y llevar a cabo un seguimiento multidisciplinario preventivo. Terapias grupales e individuales.
- Intervención directa en las crisis suicidas.
- Atención y apoyo a supervivientes (postvención).

- Creación de grupos terapéuticos y de autoayuda.

Dentro de este marco de actuación se crea, en abril del 2017, una Comisión de trabajo del GTIPACS, con el fin de promover la implementación de un PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN EN LA PREVENCIÓN DE LA CONDUCTA SUICIDA EN COLECTIVOS VULNERABLES, efectuando diversas reuniones, a lo largo de los meses siguientes, para elaborarlo y buscar financiación, con la colaboración del COPIB.

CONTEXTO: DATOS SOBRE EL SUICIDIO

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) cada año se suicidan en el mundo casi un millón de personas, lo que supone una tasa de mortalidad "global" de 16 por 100 000, o una muerte cada 40 segundos. La mortalidad por suicidio es superior (57%) a la causada por las guerras y los homicidios. El suicidio es una de las tres primeras causas de defunción entre las personas de 15 a 44 años en algunos países, la segunda causa en el grupo de 10 a 24 años. Estas cifras no incluyen las tentativas de suicidio, que son hasta 20 veces más frecuentes que los casos de suicidio consumado. En los últimos 45 años las tasas de suicidio han aumentado en un 60% a nivel mundial.

Aunque tradicionalmente las mayores tasas de suicidio se han registrado entre los varones de edad avanzada, las tasas entre los jóvenes han ido en aumento hasta el punto de que ahora estos son el grupo de mayor riesgo en un tercio de los países, tanto en el mundo desarrollado como en el mundo en desarrollo.

En España, según los últimos datos publicados por el INE en febrero de 2017, en 2015 han fallecido por suicidio 3.602 personas (10 personas al día); 3 de cada 4 son varones (2.679) y un 25% mujeres (923). Sólo en lo que llevamos de siglo se han producido más de 55.000 suicidios. Produciendo más del doble de muertes que los accidentes de tráfico, 13 veces más que los homicidios y 67 veces más que la violencia de género, siendo también la primera causa absoluta de muerte entre varones de 15 a 29 años y la segunda, después de los tumores, en mujeres de esas edades.

En las Islas Baleares, según INE 2017, en 2015 se produjeron 93 suicidios; 62 varones y 31 mujeres. Ello supone una media de 1,8 suicidios a la semana. Es la 13ª comunidad en número de suicidios. La media estatal es de 7,76 suicidios por 100.000 habitantes, mientras que la de Illes Balears se sitúa ligeramente por encima: 8,42, con mayor proporción de suicidios femeninos que en el resto de CCAA.

Además, bajo otras causas externas (ahogamientos y envenenamientos, caídas u otros accidentes) pueden ocultarse muertes por suicidio que, por distintos motivos, no son asignadas a esta causa.

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

La prevención del suicidio es una necesidad que no se ha abordado de forma adecuada debido básicamente a la falta de sensibilización sobre la importancia de ese problema y al tabú que lo rodea e impide que se hable abiertamente de ello.

Según la OMS, es evidente que la prevención del suicidio requiere también la intervención de sectores distintos del de la salud y exige un enfoque innovador, integral y multisectorial, con la participación tanto del sector de la salud como de otros sectores, como por ejemplo los de la educación, el mundo laboral, la policía, la justicia, la religión, el derecho, la política y los medios de comunicación.

En España, las políticas preventivas como las de tráfico parecen haber conseguido disminuir las víctimas por este motivo (un 70 % en los últimos 14 años, mientras que los suicidios han aumentado un 14%), faltan todavía planes o estrategias de prevención del suicidio que también podrían disminuirlo.

Es por todo lo expuesto que hemos presentado este programa con el objetivo de dar un pequeño paso en la prevención de la conducta suicida, a través de la sensibilización de colectivos vulnerables y de profesionales implicados en la detección de situaciones de riesgo en dichos colectivos. Somos conscientes de que hay muchos colectivos vulnerables a los que atender y este proyecto ha pretendido empezar con algunos de ellos para, más adelante, hacerlo extensible al resto.

OBJETIVOS DE LAS ACCIONES FORMATIVAS DEL PROYECTO

Dos ha sido los objetivos de estas acciones formativas que se han llevado a cabo:

- Informar, sensibilizar y educar sobre la prevención de la conducta suicida a las personas pertenecientes a colectivos vulnerables y a los profesionales de los diversos ámbitos sociales que están trabajando con ellos.

- Entrenar a estos colectivos profesionales en la detección, manejo inicial de personas con riesgo suicida, así como en la derivación a servicios especializados.

CONTENIDO DE LAS ACCIONES FORMATIVAS

- Conceptos básicos
- Mitos sobre el suicidio
- Señales de alerta
- Factores de riesgo
- Factores protectores:
 - ~ Cómo desarrollarlos y/o potenciarlos.
 - ~ La resiliencia
- Que hacer y que no hacer frente a ideación suicida.
- Que hacer y que no hacer en situaciones de crisis suicida
- Suicidio en curso. Qué hacer y que no hacer.
- Canales de derivación apropiados
- Detección de necesidades
- Preguntas y debate

METODOLOGIA

Se han realizado sesiones colectivas de 90 minutos apoyados por material audiovisual, en las que se han trabajado los contenidos nombrados en el apartado anterior. La distribución de la sesión ha sido: la primera hora para trabajar de forma abierta y participativa los contenidos, el tiempo restante se ha dedicado para trabajar sobre casos prácticos y solventar inquietudes de los asistentes.

AMBITO GEOGRÁFICO DE ACTUACIÓN

El programa se ha dirigido a profesionales y colectivos vulnerables de Mallorca, distribuyéndose las acciones formativas en Palma, en su mayoría, y otras localidades de la isla.

DURACIÓN DEL PROYECTO

Se han realizado un total de 25 acciones formativas (sesiones de 90 minutos) durante un periodo de tiempo de tres meses, de octubre a diciembre de 2017.

EQUIPO DE TRABAJO

El equipo está formado por tres psicólogas expertas en la materia y pertenecientes al GIPEC IB (Grupo de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes del COPIB) en colaboración con el Centro de Emergencias 112, cuya coordinación de dicho Grupo es llevada a cabo por el COPIB.

La coordinadora del equipo es Adelina Sastre Moya (Col.B-01693), Coordinadora del Grupo de Trabajo de Investigación, Prevención y Asistencia a la Conducta Suicida del COPIB. Las psicólogas integrantes del equipo son Ángela Andújar Cádiz (Col. B-01634) y Patricia García Pazo (Col.B-1352).

El apoyo del Decano del COPIB, Javier Torres, ha sido decisivo para conseguir la financiación del programa y algunos contactos con diferentes colectivos.

COLECTIVOS VULNERABLES A LOS QUE SE HA DIRIGIDO EL PROYECTO

- A. **Fundación de Solidaridad Amaranta:** acción formativa dirigida a los profesionales de la fundación.
- B. **Instituto de Educación Secundaria Antoni Maura:** acción formativa dirigida al profesorado del centro.



- C. **Casal Casal d'Associacions d'Immigrants i ONGD**: acción formativa dirigida a los profesionales del centro y otras entidades relacionadas con la inmigración.
- D. **ONCE. Delegación territorial de Baleares**: la acción formativa fue dirigida a los profesionales del centro.
- E. **Residencia la Salle**: la acción formativa fue dirigida a los profesionales de la residencia.
- F. **Residencia Reina Sofía**: la acción formativa fue dirigida a los profesionales de la residencia.
- G. **Escuela Búlgara de Palma de Mallorca**: la acción formativa fue dirigida a los profesores del centro.
- H. **IES Son Ferrer**: las acciones formativas fueron dirigidas al profesorado del centro de 3º-4º ESO.
- I. **IES Santa Ponsa**: las acciones formativas fueron dirigidas a todo el profesorado del centro.
- J. **Residencia Juvenil Jorbalán, de la Fundación Amaranta**: Las acciones formativas fueron dirigidas a las adolescentes usuarias del centro.
- K. **Sarquavita Capdepera**: Las acciones formativas fueron dirigidas a todo el personal de la residencia.
- L. **Casal d'Associacions d'Immigrants i ONGD**: la acción formativa fue dirigida a los presidentes de diversas asociaciones de inmigrantes.
- M. **Médicos del Mundo Illes Balears**: las acciones formativas iban dirigidas a todo el personal.
- N. **Fundación Sant Joan de Deu**: Las acciones formativas fueron dirigidas al personal de la fundación.
- O. **Facultad de Psicología de la UIB**: la acción formativa fue dirigida a los alumnos de psicología de la UIB y el profesorado.
- P. **Asociación LGBTI de Baleares Ben Amics**: las acciones formativas fueron dirigidas al personal de la asociación.
- Q. **Gestalt Mediterráneo**: Las acciones formativas fueron dirigidas a los profesionales y usuarios del centro.



R. **Asociación de integradores sociales de Baleares:** la acción formativa fue dirigida a los trabajadores de la asociación.

FINANCIACIÓN

El Proyecto ha sido posible llevarlo a cabo gracias a la financiación de la Fundación La Caixa y el Colegio Oficial de Psicología de las Islas Baleares

EVALUACION DEL PROYECTO E INVESTIGACIÓN

Con el fin de evaluar satisfacción de expectativas y transmisión adecuada de la información y al mismo tiempo investigar las creencias sobre el suicidio, de la población específica a la que nos hemos dirigido, se ha realizado un pre-test al inicio de la charla y un post-test al final, con cinco preguntas, iguales en ambos tests, sobre los mitos relacionados con el suicidio. Asimismo, se ha dejado un espacio para sugerencias y otros comentarios.

Los resultados han sido los siguientes:

		Lugar donde se imparte la charla	Profesión	Edad	La sesión ha estado satisfactoria	Los temas desarrollados le han interesado
N	Válido	204	166	167	198	198
	Perdidos	0	38	37	6	6
Media		1,82	2,93	36,96	8,44	8,89
Moda		2	1	37 ^a	10	10
Mínimo		1	1	18	0	1
Máximo		3	6	60	10	10

Según los resultados de los 204 cuestionarios recogidos los datos estadísticos indican que hemos atendido a una población con una media 36,96 años, con una edad de 18 años para el menor y de 60 años para el mayor de los asistentes.

Los porcentajes de satisfacción indican que para un 97% de los encuestados la sesión ha sido satisfactoria y los temas desarrollados han sido interesantes y un 96,5% opina que le será de utilidad en su actividad personal.

		Frecuencia
Válido	Atención Social	75
	Institutos	91
	Residencias	38
	Total	204

Las sesiones informativas se realizaron en los tres ámbitos propuestos en el proyecto: Atención Social (36,8%), Institutos (44,6%) y Residencias (38%).

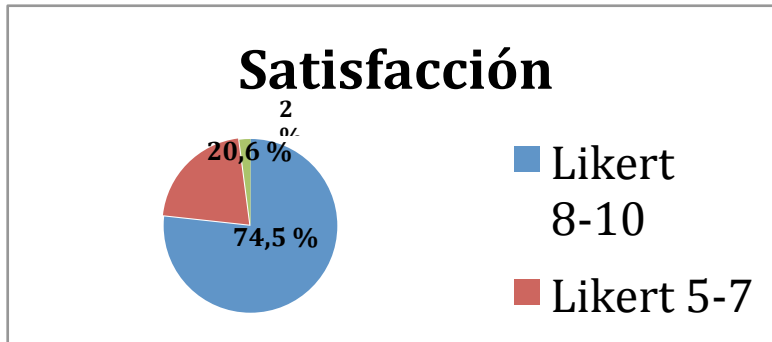
Los asistentes a las sesiones pertenecían a los siguientes perfiles técnico: Profesores (27%), Estudiantes Universitarios (14%), Sanitarios (Enfermeros, auxiliares y médico con 13,3%), Educadores sociales (10,8%), Trabajador social (4,4%) y con un 14,2% pertenecían a otras profesiones cómo (cocinero, personal de limpieza...).

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Profesor	55	27,0	33,1
	Estudiantes	29	14,2	17,5
	Sanitarios	22	10,8	13,3
	Educador social	22	10,8	13,3
	Trabajadora social	9	4,4	5,4
	Otros	29	14,2	17,5
	Total	166	81,4	100,0
Perdidos	Sistema	38	18,6	
Total		204	100,0	

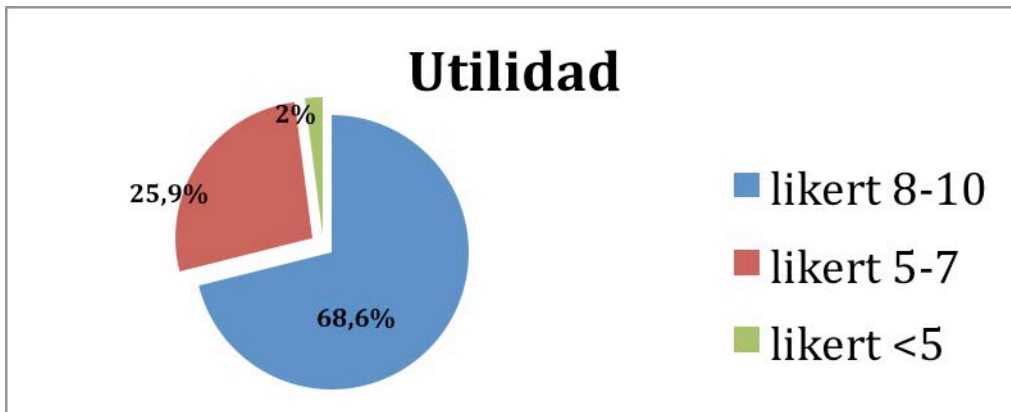
RESULTADOS CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

Valorado en una escala Likert del 0-10, donde 10 es: Muy satisfactoria (en el caso de satisfacción), muy útil (en la pregunta sobre utilidad práctica) y muy interesante (en la pregunta sobre el interés).

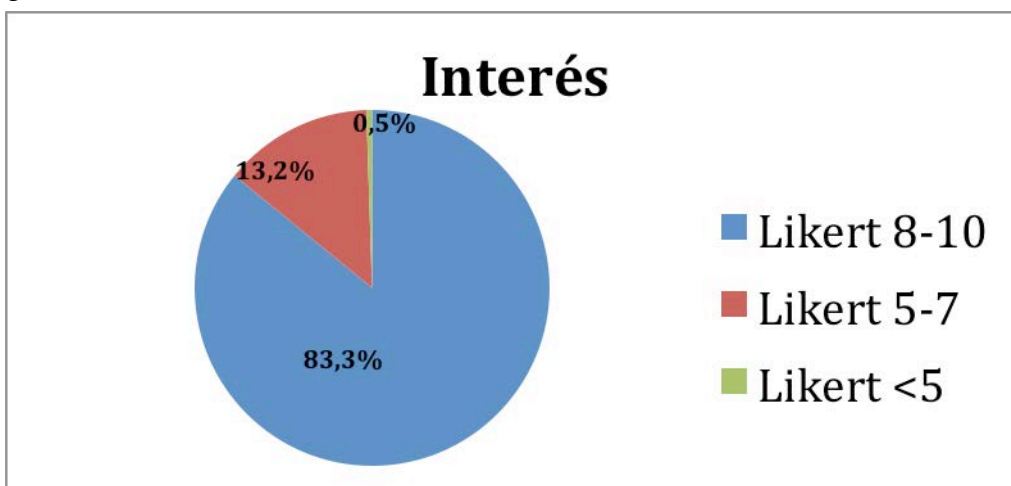
¿La sesión ha sido satisfactoria?



¿La sesión será de utilidad en su ejercicio profesional?



¿Los temas desarrollados han sido de su interés?



IMPACTOS DE LA IMPLEMENTACION DEL PROGRAMA EN LOS MEDIOS DE COMUNICACION

El COPIB dispone de un Gabinete de Prensa que se ha encargado de dar difusión a la puesta en marcha de este Programa en virtud de la financiación recibida de la Fundación La Caixa. Dicho organismo ha aparecido siempre en la publicidad que se ha dado tanto en medios escritos (prensa, radio y televisión) como en las redes sociales.

Obra Social “la Caixa” colabora con el programa de sensibilización del COPIB para prevenir el suicidio entre colectivos vulnerables

La entidad apoya las 25 acciones formativas que se llevarán a cabo de octubre a diciembre en cinco localidades de Mallorca con el objetivo de aumentar la conciencia social

REDACCION

CaixaBank y el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) se han unido para poner en marcha un programa de sensibilización de la conducta suicida en colectivos vulnerables de Mallorca. La iniciativa, de carácter formativo, tiene el objetivo de hacer visible un problema global de grave impacto social dando un paso al frente para abordar la prevención de la conducta suicida entre los grupos de población más frágiles y los profesionales implicados en la detección de situaciones de riesgo.

En concreto, la Obra Social “la Caixa” se ha comprometido a apoyar el programa de prevención del COPIB, que prevé llevar a cabo 25 acciones formativas, durante los meses de octubre a diciembre de 2017, en cinco localidades de Mallorca: Palma, Inca, Manacor, Lluçmaçor y Calvià.

Los principales grupos beneficiarios de estas acciones serán estudiantes, personas mayores, colectivo LGTBI, mujeres y adolescentes en contacto con la prostitución y víctimas de la trata con fines de explotación sexual, así como profesionales en estrecha rela-



Marc Ponsell, director de Banca de Instituciones de CaixaBank en Baleares, Javier Torres, decano del COPIB, y Adelina Sastre y Ángela Andújar.

ción con los citados grupos. Aunque tradicionalmente las mayores tasas de suicidio se han registrado entre los varones de edad avanzada, las tasas entre los jóvenes han ido en aumento en todo el mundo de manera alarmante. Lo mismo ocurre entre los jóvenes del colectivo LGTBI, con cifras de suicidio que han aumentado un 60% en los últimos 45 años, según datos del Observatorio Español contra la LGTBIofobia.

El objetivo del proyecto es ampliar a medio plazo su ámbito de actuación a todas las islas y llegar a un mayor número de colectivos. La Obra Social “la Caixa” y COPIB coinciden en que la prevención del suicidio es una necesidad que hasta el momento no se ha abordado de forma adecuada debido principalmente a la falta de sensibilización sobre un problema complejo y al tabú que lo rodea e impide que se hable abierta-

mente de ello. Por ese motivo, las acciones que se llevarán a cabo tienen una doble finalidad: informar, sensibilizar y educar sobre la prevención de la conducta suicida a las personas pertenecientes a colectivos vulnerables y a los profesionales de los diversos ámbitos sociales que están trabajando con ellos, y entrenar a estos colectivos profesionales en la detección, manejo inicial de personas con riesgo suicida, así como en la deriva-

ción a servicios especializados. Las sesiones, de 90 minutos de duración, desarrollarán un programa teórico, apoyado en material audiovisual y casos prácticos, y estarán dirigidas por tres profesionales de la Psicología especialistas en la materia. Esta formación se impartirá en centros educativos, residencias y entidades que trabajan con colectivos vulnerables.

Suicidios

La Organización Mundial de la Salud (OMS) cifra en casi un millón el número de personas que cada año se suicidan en el mundo, lo que supone una tasa de mortalidad “global” de 16 individuos por 100.000 habitantes, o una muerte cada 40 segundos. El suicidio es una de las tres primeras causas de defunción entre las personas de 15 a 44 años en algunos países, la segunda causa en el grupo de 10 a 24 años. Estas cifras no incluyen las tentativas de suicidio, que son hasta 20 veces más frecuentes que los casos de suicidio consumado. En Baleares, según los últimos datos publicados por el INE, en 2015 se produjeron 93 suicidios; 62 varones y 31 mujeres. Es la 13ª comunidad en número de suicidios.

Parte de la actividad se ha difundido con notas de prensa de la que se hacen eco los diferentes medios de comunicación de nuestro territorio.

El COPIB pone en marcha su programa de sensibilización de la conducta suicida en colectivos vulnerables de Mallorca

Personal docente y profesionales vinculados a grupos de riesgo reciben la primera formación

REDACCION

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) ha puesto en marcha este mes de noviembre el programa de sensibilización de la conducta suicida en colectivos vulnerables de Mallorca. La iniciativa que impulsa la institución colegial con el apoyo de la Obra Social “la Caixa” pretende dar visibilidad a un problema de grave impacto social y ofrecer formación específica a los profesionales implicados en la detección de situaciones de riesgo para prevenir la conducta suicida entre los grupos de población más frágiles.

Personal docente del IES Antoni Maura de Palma y profesionales de la Fundación Amaranat, Casal de Inmigrantes y residencias como La Salle y Reina Sofía, asistirán a las primeras sesiones previstas en el marco de este programa,



Personal docente del IES Antoni Maura y profesionales de la Fundación Amaranat, Casal de Inmigrantes y residencias como La Salle y Reina Sofía.

dirigido especialmente a sensibilizar a colectivos muy diversos pero que mantienen un contacto directo con grupos de riesgo: estudiantes, personas mayores, colectivo LGTBI, mujeres y adolescentes en contacto con la prostitución y víctimas de la trata con fines de explotación sexual.

Las psicólogas Adelina Sastre, coordinadora del programa y responsable del Grupo de Trabajo de Investigación, Prevención y Asistencia a la Conducta Suicida del COPIB, Ángela Andújar y Patricia González son las encargadas de dirigir las sesiones, que además de un programa teórico,

apoyado en material audiovisual, analiza casos prácticos que permiten profundizar más en los modelos y pautas de conducta sobre los que cabe prestar mayor atención. Respecto a los colectivos diana en los que se centra el programa, las responsables consideran importante des-

tañar que “aunque tradicionalmente las mayores tasas de suicidio se han registrado entre los varones de edad avanzada, las tasas entre los jóvenes han ido en aumento en todo el mundo de manera alarmante. Lo mismo ocurre entre los jóvenes del colectivo LGTBI, con cifras de suicidio que han aumentado un 60% en los últimos 45 años, según datos del Observatorio Español contra la LGTBIofobia”.

Prevención

El programa de prevención del COPIB prevé llevar a cabo 25 acciones formativas, hasta diciembre de 2017, en cinco localidades de Mallorca: Palma, Inca, Manacor, Lluçmaçor y Calvià. El objetivo del proyecto es ampliar a medio plazo su ámbito de actuación a todas las islas y llegar a un mayor número de colectivos.

Mallorca

Las Frases

« El que se suicida no quiere morir, quiere dejar de sufrir. Si le ayudamos salvamos una vida»

ADELINA SASTRE
PSICÓLOGA

« El debate no es si hay que hablar o no del suicidio, sino cómo se hace»

MARÍA ROSA PIZÁ
PSICÓLOGA, ATENCIÓN PRIMARIA

« La desesperanza es un estado transitorio, con trabajo uno se puede recuperar»

CLAIRE TEIJEIRA LEVET
PSIQUIATRA, HOSPITAL DE INCA

« Necesitamos más recursos para poder afrontar este problema»

MIGUEL LÁZARO
PSIQUIATRA

« Hay que quitarse el miedo y prejuicios y compartir lo que pensamos en momentos grises y alegres»

MARIANO GASTALVER
PSICÓLOGO, TELÉFONO DE LA ESPERANZA



MARC FERRÀ PALMA

El suicidio se ha convertido en España en una de las causas más importantes de muerte no natural, por encima incluso de los accidentes de coche. Siempre ha sido un tema tabú, pero la única salida a esta realidad es romper este silencio.

Varios psicólogos y psiquiatras participaron ayer en un coloquio del Club Diario de Mallorca con el título *Suicidio una epidemia silenciada. El papel de los medios de comunicación como aliados de su prevención*. El acto empezó con la proyección del documental, grabado en Mallorca, llamado *Suicidio*, de Juan Andrés Mateos, que sirvió para romper el hielo y conocer la historia de una persona que en su cabeza se plantea quitarse la vida.

Adelina Sastre, psicóloga y coordinadora del Grupo de prevención e investigación de suicidio del COPIB, explicó la importancia de la "prevención, investigación y asistencia" para combatir la falta de ayuda y divulgación que encontramos actualmente.

"La persona que está sufriendo necesita hablar", manifestó Sastre, "el que se suicida no quiere morir, quiere dejar de sufrir. Si le ayudamos, salvamos una vida", señaló. También quiso romper algunos mitos que existen como el de preguntarle a una persona que está en una situación de riesgo, "esto no va a provocar que se quiera suicidar", aclaró.

Expertos y medios de la mano
En el momento de informar en los medios de comunicación sobre el suicidio, María Rosa Pizá, psicóloga y trabajadora en asistencia

“Hay que romper el silencio para salvar vidas y evitar los suicidios”

► Psiquiatras y psicólogos defienden debatir y hablar sobre el suicidio para buscar salidas a esta 'epidemia silenciada' y desconocida por muchos



Los expertos durante el coloquio celebrado ayer en el Club Diario de Mallorca. CM

primaria, explicó que "el debate no es si hay que hablar o no del suicidio, sino de cómo se hace". La especialista dijo que en el momento que se publica una noticia sobre esta cuestión pueden existir dos efectos, el más conocido, el de imitación o llamada pero también puede transmitir lo contrario, el mensaje de que "se puede salir".

Pizá recalcó que en los medios se deben evitar dar detalles del método usado para quitarse la vida o simplificar el motivo de está acción. Explicó que la razón es mucho más compleja que la causa supuestamente evidente y que muchas veces es la que sale publicada. Una de las palabras que más se recalcó es la de "allados" entre

profesionales y medios de comunicación para lograr visibilizar esta epidemia.

Otra voz, la de Cleire Teijeira Levet, psiquiatra del hospital de Inca, defendió que los medios de comunicación pueden ser "un arma peligrosa" pero también "una herramienta valiosísima". Según esta profesional, los me-

dios "nos tienen que echar una mano para transmitir a los que puedan plantearse quitarse la vida, que no están solos" y explicar mensajes como el que ella misma transmitió: "la desesperanza es un estado transitorio, con trabajo uno se puede recuperar".

Y precisamente lo conoce de primera mano. Teijeira relató que en el hospital de la capital del Raiguer hace tres años que trabajan con personas que han intentado suicidarse o que tienen estos pensamientos y "los resultados han sido esperanzadores y positivos".

Con el objetivo de que estas iniciativas no sean solo locales, explicó que se ha creado un grupo de trabajo para crear un observatorio en torno a esta problemática que pueda implantar proyectos como el de Inca en todos los hospitales y que también pueda ofrecer formación a personal sanitario o docente.

El psiquiatra, Miguel Lázaro, reivindicó más recursos para poder afrontar este problema y defendió el vínculo con las personas que nos rodean, familia y amigos como una de las mejores herramientas para combatir la desesperanza.

Siguiendo un mismo camino, Mariano Gastalver, psicólogo y presidente del Teléfono de la Esperanza, manifestó que "si dedicamos más tiempo a decirnos que nos queremos, seguro que habría menos suicidios". Precisamente desde este teléfono ayudan a personas en situaciones difíciles, pero explicó que el hecho de marcar este teléfono ya es un paso para buscar una salida a esta circunstancia.

Gastalver reivindicó "quitarnos los miedos y prejuicios y compartir lo que sentimos" en los malos y buenos momentos y también defendió el importante papel de los medios de comunicación: "Cuanta más información a todos los niveles, mejor".

CANALEI
DIARIO


 Coneixlesilles
 ¿CÓMO TE AYUDAMOS A HACER HOY?


 Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears


 Obra Social "la Caixa"

La Obra Social "la Caixa" y COPIB colabora para prevenir el suicidio en colectivos vulnerables de Mallorca

CONCLUSIONES Y VALORACIÓN

El suicidio y todos los factores que conllevan durante y tras el desarrollo de este proyecto ha sido un tema que ha generado mucho interés y gran expectativa. Se constata que es un tema que sigue siendo y generando grandes tabús.

Uno de los colectivos que más ha agradecido esta información han sido el colectivo del profesorado de instituto de secundaria ya que podían contar diferentes situaciones de casos reales que han vivido y no disponían de estrategias de cómo enfrentarse a ellos. Algunos de estos colectivos han decidido después de esta sesión realizar un protocolo de actuación del centro ante estas situaciones y solicitan seguir formándose en el tema.

Nuestra valoración ha sido muy positiva y vemos la necesidad de seguir trabajando de una manera transversal en la prevención e información en y para todos los colectivos de nuestra sociedad

CONTINUIDAD DEL PROGRAMA

Por todo ello, y dado además que ha habido nuevos colectivos que, tras conocer la existencia de nuestro programa, han solicitado la formación y debido a que se había llenado ya el cupo de las 25 charlas no hemos podido darles respuesta, quedando en lista de espera, vemos necesaria la continuidad del programa para poder llegar a mas personas y hacer extensible la tan importante formación en la prevención de la conducta suicida.

ANEXOS

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN - PRE

Profesión: _____

Edad: _____

Nos gustaría conocer su opinión sobre la sesión y algunos conceptos.

Este cuestionario es anónimo y su único objetivo es mejorar la calidad de las acciones formativas.

Valore cada categoría en función de su opinión y según la escala que acompaña a cada respuesta.

Afirmaciones:

El que se quiere suicidar no lo dice

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Preguntar a una persona si está pensando en suicidarse puede incitarle a hacerlo.

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Nada más se suicidan las persona con trastorno mental

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Si se reta a un suicida este no lo intenta

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

El suicidio es hereditario

Totalmente en DESACORD	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN - POST

Profesión: _____ Edad: _____

Nos gustaría conocer su opinión sobre la sesión y algunos conceptos. Valore cada categoría en función de su opinión y según la escala que acompaña a cada respuesta. Este cuestionario es anónimo y su único objetivo es mejorar la calidad de las acciones formativas.

Opinión de la sesión:

La sesión ha estado satisfactoria

Nada satisfactoria	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Muy satisfactorio
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-------------------

Los temas desarrollados le han interesado

Nada interesante	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Muy interesante
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------

¿Serán de utilidad en su actividad profesional?

Nada útil	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Muy útil
-----------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----------

Afirmaciones:

El que se quiere suicidar no lo dice

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Preguntar a una persona si está pensando en suicidarse puede incitarle a hacerlo.

Totalmente en DESACORD	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Nada más se suicidan las persona con trastorno mental

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Si se reta a un suicida este no lo intenta

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

El suicidio es hereditario

Totalmente en DESACUERDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totalmente DE ACUERDO
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------

Propuestas de mejora/ sugerencias