

SUICIDIO ADOLESCENTE PSICOLOGIA POSITIVA Y RESILIENCIA

Prof. Dr. Hector Basile

www.suicidioadolescente.com.ar

- 1- Factores de riesgo en la Adolescencia**
- 2- Mi Amigo está hablando de Suicidio**
- 3- Los Cinco Momentos del Suicidio**
- 4- Promoviendo la Resiliencia en Adolescentes**

SILENCIO E IMPACTO JUVENIL

Un desafío para padres, docentes, jueces y profesionales

Autores

Juan José Fernández

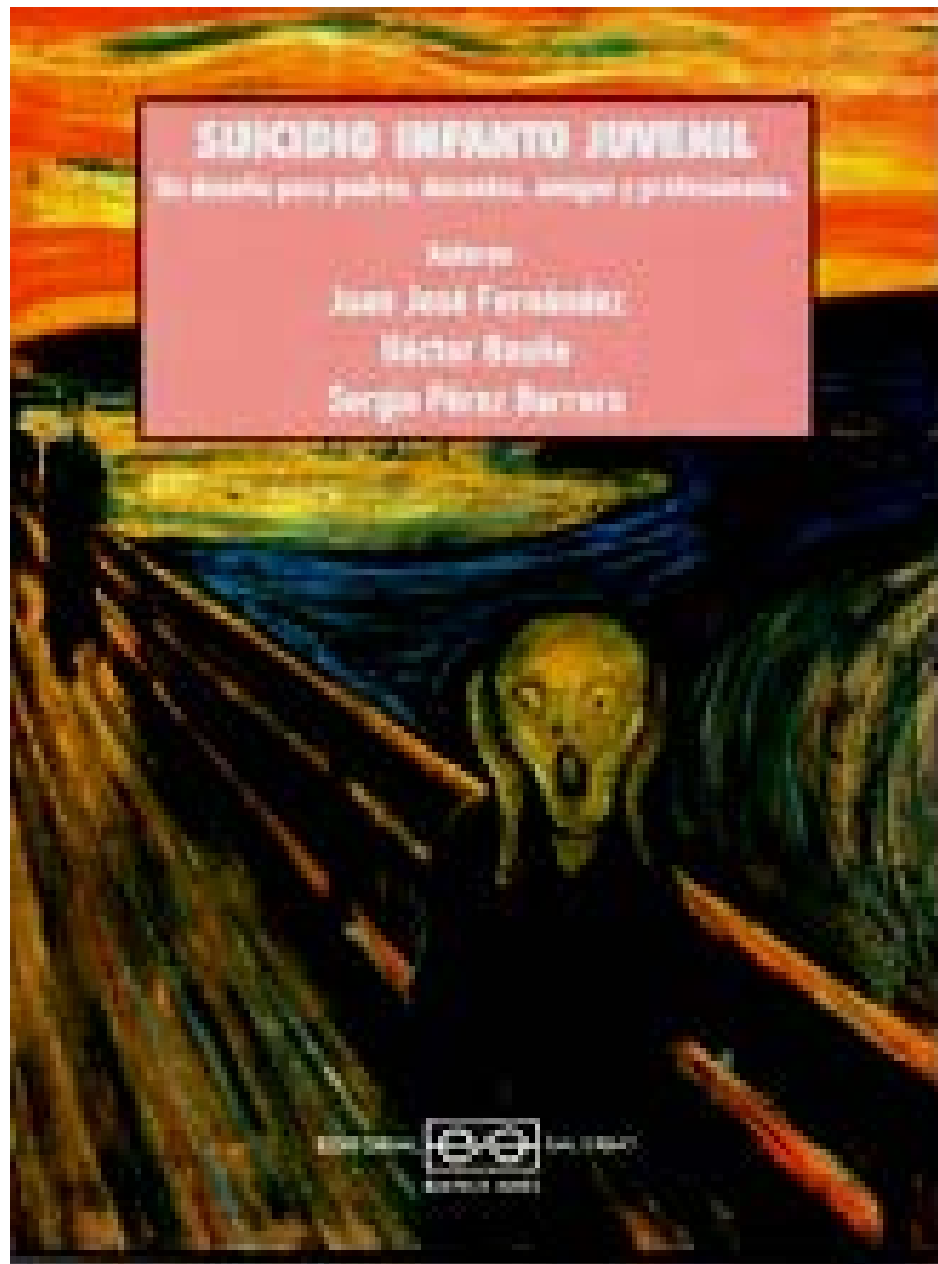
Néstor Ravello

Sergio Pérez Barrera

ISBN 978-95-00-00000-0



EDICIONES



SUICIDIO Y COVID 19



- LA OMS INFORMA QUE DURANTE LA PANDEMIA LOS CASOS DE SUICIDIO HAN AUMENTADO EN MAS DE UN 30 %

FACTORES DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA

- Intentos suicidas previos
- Provenir de un hogar roto
- Enfermedad psiquiátrica de los progenitores
- Antecedentes familiares de comportamiento suicida
- Amigos con conducta suicida
- Pérdida de una relación valiosa
- Problemas académicos
- Problemas de identidad Sexual
- Acoso escolar y/o sexual (Bullying) (Grooming)

El bullying, primer causa de suicidio adolescente según la OMS



- El acoso escolar afecta gravemente a niños y jóvenes alrededor del mundo. Según la OMS constituye la primer causa de suicidio adolescente por lo que la prevención o detección resultan factores clave.

FACTORES DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA

- Pertener a familias con altos niveles de crítica y hostilidad
- Ausencia de red de apoyo
- Historial familiar de maltrato
- Uso de alcohol y drogas
- Comportamiento agresivo e impulsivo
- Enfermedad psiquiátrica grave
- Ser sobreviviente de abuso sexual
- Carecer de destrezas de manejo ante situaciones conflictivas

Consumo de alcohol y drogas en la adolescencia



En los últimos años se ha producido una tendencia a la normalización del uso de drogas en la población adolescente de manera que aparece un modelo de consumo juvenil como forma de relación social, ocio y realización personal.

**Mi amigo está hablando sobre
suicidio.**

¿Qué debo hacer?

Mi amigo está hablando sobre suicidio. ¿Qué debo hacer?

- **Señales de advertencia de suicidio**

- Todo el mundo se siente triste, deprimido o enojado algunas veces, especialmente cuando tiene que lidiar con las presiones de la escuela, los amigos y la familia.
- Sin embargo para algunas personas esa tristeza y desesperanza simplemente no va a desaparecer, e incluso los problemas más pequeños parecen ser muy difíciles de manejar.
- La depresión puede afectar muchas áreas de la vida y la perspectiva de una persona.
- .
- Alguien que tiene sentimientos muy intensos de depresión, dolor emocional o irritabilidad, puede empezar a pensar en el suicidio.
- Puedes haber oído decir que las personas que hablan sobre suicidio en realidad no llegan a hacerlo. Esto no es verdad. Las personas que hablan sobre suicidio pueden ser propensas a intentarlo.

Mi amigo está hablando sobre suicidio. ¿Qué debo hacer?

Otras señales de advertencia de que alguien está pensando en el suicidio incluyen:

- hablar sobre el suicidio o la muerte en general
- hablar acerca de “partir”
- hablar de sentirse desesperanzado o culpable
- apartarse de los amigos o la familia y perder interés de salir
- desinterés de participar en actividades favoritas
- tener problemas para concentrarse o pensar con claridad
- experimentar cambios en los hábitos de alimentación o sueño
- iniciar un comportamiento autodestructivo (por ejemplo: beber alcohol, consumir drogas, o conducir demasiado rápido)

Mi amigo está hablando sobre suicidio. ¿Qué debo hacer?

- Como amigo, puedes darte cuenta si la persona está atravesando por momentos difíciles.
- Algunas veces un evento específico, estrés o una crisis, como la rotura de una relación o la muerte de un familiar, puede desencadenar un comportamiento suicida en alguien que ya estaba sintiéndose deprimido y mostrando las señales de alarma enumeradas arriba.
- **Lo que puedes hacer es Preguntar**
- Si tienes un amigo que está hablando acerca del suicidio o mostrando otras señales de alarma, no esperes para ver si él o ella comienza a sentirse mejor..
- **Habla al respecto**
- La mayoría de las veces la gente que está considerando el suicidio, está dispuesta a discutirlo si alguien, le pregunta mostrando que le preocupa y que le importa.

Los Cinco Momentos del Proceso Suicida

1. **Búsqueda de soluciones en Crisis**
2. **Ideación Suicida**
3. **Rumiación**
4. **Cristalización**
5. **Pasaje al acto**

EL PROCESO SUICIDA

- **G. Bouchard (2000) BOUCHARD, G. «Le Suicide a l'adolescence».** plantea que *el proceso suicida es el período que comprende el momento en que se produce la crisis y el paso al acto,*
- Aclara que en los adolescentes este proceso puede ser muy corto, inclusive de horas, y es más corto aun en los segundos intentos de suicidio.
- Divide este proceso en **cinco momentos:**
- **1- El primer momento:**
la BÚSQUEDA DE SOLUCIONES.
- **Es una etapa normal en cualquier crisis.**
- La persona hace una especie de inventario de las posibles soluciones a sus problemas juzgando la posibilidad de que se produzca un cambio y, por lo tanto, se disminuya el dolor.
- Algunas personas podrán tener varias soluciones e identificar estrategias para resolver la crisis; otras, por el contrario, no encontrarán soluciones que puedan responder a sus necesidades presentes.
- En este momento, la idea de suicidio no se toma como una posible solución.

2- El segundo momento es la IDEACIÓN SUICIDA.

- En la búsqueda de soluciones, una imagen súbita, breve y pasajera de muerte aparece como una posible solución.
- Las soluciones que encuentra son ineficaces para reducir la intensidad de la crisis, y por lo tanto son rechazadas.
- La idea del suicidio comienza a aparecer más frecuentemente, muchas veces encubierta por la idea de que algo pasara para morir, como, por ejemplo, una enfermedad grave o un accidente,
- pero cada vez más se piensa en el suicidio y se empieza a elaborar escenarios posibles.

3- El tercer momento es la RUMIACIÓN.

- La inconformidad es cada vez mayor y más difícil de soportar, el deseo de escapar a la angustia es cada vez más apremiante.
- La imposibilidad de resolver la crisis y el sentimiento de haber agotado todas las posibilidades provoca un aumento de la angustia.
- La idea del suicidio se vuelve constante y regular, lo que genera aún más angustia y aviva el sufrimiento y el dolor.

El cuarto momento es la CRISTALIZACIÓN

- En el cual la persona se encuentra totalmente desesperanzada.
- El suicidio es ya considerado como la solución a todos los sufrimientos.
- Es el momento en el que se elabora un plan preciso: el día, la hora, el medio, el lugar.
- El adolescente puede sentirse aliviado y dar signos de estar mejor, ya que el suicidio representa la solución definitiva, y él posee el medio para poner fin a su sufrimiento.
- Con frecuencia, en este momento el adolescente hace una ruptura emotiva de los que lo rodean y un sentimiento de aislamiento está presente.
- Sólo hará falta el evento que lleve el paso al acto.

5- El último momento es EL PASO AL ACTO

- Después de la etapa de cristalización, se vuelve inminente.
- Un evento desencadenante está ligado al acto suicida, sin importar muchas veces la intensidad o trascendencia manifiesta del evento, pero es un evento que para el adolescente se agrega a la serie de pérdidas significativas que ha sentido en su vida.
- **Lo importante de este proceso es tener en cuenta que se puede intervenir en cualquier momento;**
- hay que recordar que la ambivalencia y el miedo de pasar al acto siempre van a estar presentes, inclusive hasta el último momento,
- y que una intervención adecuada puede interrumpir el proceso en cualquier momento.

VARIABLES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA ANTE EL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

Prof. Dr. Hector Basile

www.suicidioadolescente.com.ar

VARIABLES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA ANTE EL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

- **COGNITIVAS**

- ✓ **Autoconcepto positivo**
- ✓ **Autorregulación y flexibilidad cognitiva**
- ✓ **Estilo atribucional positivo**
- ✓ **Razones para vivir**
- ✓ **Perseverancia hacia metas a pesar de la adversidad**

VARIABLES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA ANTE EL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

- **AFECTIVAS**
 - ✓ Autocontrol emocional
 - ✓ Esperanza
 - ✓ Autoestima
 - ✓ Gratitud
 - ✓ Perseverancia hacia metas a pesar de la adversidad

VARIABLES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA ANTE EL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

- **PERSONALIDAD**
 - ✓ Sentido del humor
 - ✓ Empatía
 - ✓ Búsqueda del sentido de la vida

VARIABLES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA ANTE EL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

- **ECOLÓGICAS (I)**

- ✓ **Apoyo social de tipo emocional**
- ✓ **Experiencias tempranas de resolución de conflictos no evidentes entre iguales**
- ✓ **Relaciones positivas con familia, compañeros de instituto y profesores**
- ✓ **Redes sociales estructuradas (familia, amigos y barrio)**
- ✓ **Dificultad de acceso a métodos de suicidio**

VARIABLES QUE PROMUEVEN LA RESILIENCIA ANTE EL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

- **ECOLÓGICAS (II)**

- ✓ **Sentido de pertenencia a un grupo o cultura**
- ✓ **Activismo social**
- ✓ **Amplificar bs valores relacionados con b identidad sexual y étnica**
- ✓ **Disponibilidad y fácil acceso a servicios de salud mental y comunitaria**
- ✓ **Formación en diversidad sexual y étnica en profesionales**

**Prof. Dr. Sergio Andrés
Pérez Barrero**

**Creador de la
RED MUNDIAL DE SUICIDOLOGOS**



- **Profesor Titular de Psiquiatría.**
- **Especialista de Primer Grado en Psiquiatría (Sello de Plata) y Especialista de Segundo Grado en Psiquiatría (Sello de Oro)**
- **Graduado como Doctor en Medicina en la Universidad de La Habana.1976**
- **Ex profesor de la Universidad Autónoma de Nicaragua. 1987-1988.**
- **Representante Nacional de la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio.1993.**
- **Presidente-Fundador de la Sección de Suicidiología de la Sociedad Cubana de Psiquiatría. 1995.**