

I Plan para la
PREVENCIÓN de la
CONDUCTA SUICIDA

Universidad de Málaga



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA



Málaga, 2022

Título: I Plan de Prevención de la Conducta Suicida en la Universidad de Málaga. 2022-2024

UMA Editorial. Universidad de Málaga
Bulevar Louis Pasteur, 30 (Campus de Teatinos) - 29071 Málaga
www.umaeditorial.uma.es

© Berta Moreno-Küstner y Javier Ramos Martín

Año: 2022

Diseño de la portada: Vicerrectorado de Proyección Social y Comunicación. Servicio de Comunicación. Universidad de Málaga

Maquetación: Los autores

ISBN: 978-84-1335-171-1

Esta obra está sujeta a una licencia Creative Commons:

Reconocimiento - No comercial – Sin Obra Derivada (cc-by-nc-nd):

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/es>

Cualquier parte de esta obra se puede reproducir sin autorización pero con el reconocimiento y atribución de los autores.

No se puede hacer uso comercial de la obra y no se puede alterar, transformar o hacer obras derivadas.

ÍNDICE

1. FUNDAMENTACIÓN	4
1.1. Introducción.....	4
1.2. Información sobre el suicidio: definiciones y epidemiología	4
1.3. Justificación del I Plan de Prevención de la Conducta Suicida en la Universidad de Málaga.....	7
2. OBJETIVOS	7
3. LINEAS ESTRATÉGICAS Y ACCIONES	8
3.1. Línea estratégica 1. Información y sensibilización sobre la conducta suicida	8
3.2. Línea estratégica 2. Formación académica e investigación en la conducta suicida.....	9
3.3. Línea estratégica 3. Formación de figuras clave para la actuación ante riesgo de conducta suicida en el ámbito universitario.....	10
3.4. Línea estratégica 4. Atención psicológica a personas con conducta suicida en la U. de Málaga	10
3.5. Línea estratégica 5. Coordinación de actuaciones relacionadas con la conducta suicida ..	11
3.6. Línea estratégica 6. Difusión y divulgación del Plan.....	14
4. EVALUACIÓN.....	14
5. ORGANIZACIÓN	15
5.1. Comisión de Dirección y Seguimiento	15
5.2. Grupo de Trabajo	15
6. CRONOGRAMA	17
7. ANEXOS	18

1. FUNDAMENTACIÓN

1.1. Introducción

La Universidad de Málaga es una institución que tiene un compromiso y muestra una implicación hacia distintos ámbitos de la salud y el bienestar psicosocial. Entre las diferentes facetas de la salud y la calidad de vida, la promoción de la salud mental es un área de máximo interés y, en concreto, la prevención de las conductas suicidas son un aspecto que, por su frecuencia y gravedad, suponen un área en la que hay que intervenir con la mayor brevedad posible.

El presente documento pone de relieve la importancia de la prevención, detección e intervención ante la conducta suicida en el ámbito universitario y pretende ser un marco de actuación cuyo objetivo es recoger una serie de medidas encaminadas a ofrecer unas directrices que consigan sensibilizar al colectivo universitario para la detección precoz de señales de alarma ante situaciones de riesgo de suicidio en la Universidad de Málaga. Si bien este Plan está dirigido a todo el colectivo universitario (Personal Docente e Investigador, Personal de Administración y Servicios y alumnado), en algunas ocasiones se focalizará en el alumnado por ser el colectivo más numeroso y más vulnerable ante esta conducta.

Esta iniciativa surge del Vicerrectorado de Estudiantes y Deportes y está apoyada por la Facultad de Psicología y Logopedia de la Universidad de Málaga y el Vicerrectorado de Igualdad, Diversidad y Acción Social.

1.2. Información sobre el suicidio: definiciones y epidemiología

El término conducta suicida hace referencia a un amplio abanico de conductas que van desde la idea de muerte, seguido por la ideación suicida (pensamiento sobre el suicidio), la planificación (elaboración de un plan para suicidarse y contar con los medios necesarios para realizarlo), así como el intento de suicidio considerado como el acto que una persona lleva a cabo de forma voluntaria para acabar con su vida sin llegar a la consumación y finalmente el suicidio consumado como el acto por el cual una persona se quita la vida (WHO, 2014). Hay que tener en cuenta que la realización de alguna de estas conductas puede tener como fin la intención de acabar con la vida, pero en muchos casos son actos realizados por la incapacidad de la persona para gestionar un malestar del que cree que será imposible salir, así como concibiendo intolerable la idea de vivir.

A nivel mundial, la prevalencia del suicidio consumado fue de 9 por cada 100.000 habitantes (WHO, 2021), por lo que se considera como un problema de salud pública. Los resultados de una reciente revisión sistemática y meta-análisis con estudios europeos de conducta suicida no letal muestran que la prevalencia anual de deseos de muerte fue del 7,7%, de ideación suicida del 3,62%, para la planificación fue del 1,6% y para los intentos de suicidio del 0,57% (Castillejos et al., 2020). Otros resultados de la misma revisión sistemática han indicado que ser mujer, tener menos de 65 años, no tener una relación emocional estable, estar inactivo laboralmente, contar con bajo apoyo social, padecer adversidades en la infancia o en la vida adulta, tener antecedentes familiares de trastornos mentales, sufrir trastornos afectivos (principalmente depresión mayor), ansiedad, estrés, trastornos somatomorfos o el consumo de tabaco, se asocian con un mayor riesgo de conducta suicida no letal (Carrasco-Barrios et al., 2020).

Según los datos del Instituto Nacional de Estadística, en el año 2020, la tasa de suicidio en España fue de 8,3 por cada 100.000 habitantes, siendo la primera causa de muerte externa en los hombres. Además, en el año 2020, se registraron un total de 3.941 muertes por suicidio en nuestro país (aproximadamente 11 al día) siendo 3 de cada cuatro fallecidos varones (INE, 2021). Un estudio sobre la prevalencia y los factores asociados al riesgo de conducta suicida no letal en Andalucía auspiciado por el Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (PISMA ep-suicidio) ha evidenciado que, en el mes previo a la entrevista, el 4,4% de las personas mostró deseos de muerte, el 2,4% reveló pensamientos suicidas, el 1,1% tenía un plan suicida, el 0,6% había intentado suicidarse (Huertas-Maestre et al., 2020).

En los jóvenes de entre 15-29 años, el suicidio consumado supuso la cuarta causa principal de muerte en 2019 a nivel mundial (WHO, 2021), siendo en España la segunda causa de muerte tras los tumores malignos (Observatorio del Suicidio, 2019). Respecto a la conducta suicida no letal, en Europa Castillejos et al (2020) también encontraron más riesgo en la población adolescente. Es importante destacar que una gran parte de esta población joven se encuentra representada por los estudiantes universitarios (*Organisation for Economic Cooperation and Development, OECD, 2016*). Entre estos estudiantes, el suicidio supone la segunda causa de muerte en los Estados Unidos (*Centers for Disease Control, 2015*), al igual que es altamente prevalente en otros países analizados en diferentes estudios (Auerbach et al., 2016; Eskin et al., 2016; Pedrelli et al., 2015).

Centrándonos en la población universitaria en España, el estudio UNIVERSAL (Universidad y Salud Mental) en el que participaron 5 universidades españolas, analiza la prevalencia y factores de riesgo de la conducta suicida no letal en estudiantes universitarios y ha llegado a las siguientes conclusiones (Blasco et al., 2018):

- Alrededor del 10% de los estudiantes universitarios españoles declara haber tenido ideación suicida, el 5,6% ha tenido un plan y el 0,6%, había realizado una tentativa de suicidio, en los 12 meses previos a la entrevista.
- Los principales factores de riesgo de la ideación suicida incluyen tanto aspectos familiares, acontecimientos estresantes recientes, como la salud mental actual. Entre estos factores de riesgo se encuentran los trastornos mentales de los padres, haber sufrido una agresión sexual o violación en el año previo a la entrevista, padecer o haber padecido un trastorno del estado de ánimo o de ansiedad.
- Los factores protectores de la ideación suicida son las relaciones positivas con los iguales y con la familia en la niñez entre otros; disponer de apoyo familiar y social, o la accesibilidad a recursos socio-sanitarios así como desarrollar estrategias adecuadas de afrontamiento.

Estos primeros resultados ponen de manifiesto la necesidad de detectar de forma activa y precoz el riesgo de conducta suicida en los estudiantes universitarios para poder ofrecerles atención eficaz.

En conclusión, el suicidio constituye una prioridad global de salud pública y los datos disponibles ponen de manifiesto que el suicidio puede prevenirse y que, para ello, es necesario un enfoque multisectorial que desarrolle estrategias eficaces de prevención. Sin embargo, el estigma hacia esta problemática hace que muchas personas no soliciten ayuda o, aunque la busquen, los servicios sanitarios no ofrezcan una intervención adecuada (WHO, 2019).

En el ámbito universitario existen pocos estudios sobre la eficacia de programas de prevención del suicidio, y los que han mostrado resultados prometedores han sido llevados a cabo en EE.UU. (Indelicato, Mirsu-Paun & Griffin, 2011; Mitchell et al., 2013; Orovecz, 2021; Sylvara & Mandracchia, 2019), Reino Unido (Gask et al., 2017) y Asia (Hashimoto et al., 2016). Hasta el momento, no hemos encontrado ningún plan de prevención de la conducta suicida publicado y desarrollado en población universitaria española.

1.3. Justificación del I Plan de Prevención de la Conducta Suicida en la Universidad de Málaga

A partir de lo expuesto anteriormente se considera una necesidad la implantación de un Plan de Prevención de la Conducta Suicida en la Universidad de Málaga. Dicho Plan incluiría una serie de pautas de actuación dirigidas al colectivo universitario con la finalidad de favorecer apoyo y ayuda a quienes estudian y trabajan en ella y, a la vez, proporcionarles la formación necesaria para la prevención de conductas de suicidio.

Un plan de prevención de la conducta suicida debe incluir principalmente 3 niveles: prevención primaria (prevención universal) dirigida a toda la población universitaria, prevención secundaria (prevención selectiva) centrada en la población en situación de riesgo y más vulnerable y prevención terciaria (prevención indicada) para la actuación ante personas que han realizado un intento de suicidio o que estén en alto riesgo de hacerlo.

Para la puesta en marcha de cualquier plan preventivo es necesario identificar la magnitud del problema y con ese objetivo, en marzo de 2021, se realizó un estudio de investigación con los estudiantes de la Universidad de Málaga para conocer la prevalencia de la conducta suicida no letal. Los resultados de esta encuesta indican que la prevalencia, en los 6 meses previos a la entrevista, fue del 30,4% para los deseos de muerte, 14,7% para las ideas de suicidio, 5% para las lesiones auto-infligidas y un 0,5% para los intentos de suicidio. En conclusión, consideramos que la conducta suicida está presente en los estudiantes de la Universidad de Málaga en cifras similares a las obtenidas en otros contextos universitarios. Hay que tener en cuenta que esta encuesta se realizó durante la pandemia Covid-19, en concreto en referencia al periodo en el que la docencia se debía impartir en forma on-line y no presencial (octubre 2020-marzo 2021), por lo que estos resultados habría que interpretarlos a la luz de esta circunstancia y que podría estar influyendo en las tasas de conducta suicida obtenidas.

2. OBJETIVOS

Este I Plan de Prevención de la Conducta Suicida tiene como objetivo general reducir la incidencia y prevalencia de la conducta suicida a través de la implementación de estrategias y acciones para alcanzar los siguientes objetivos específicos:

1. Información y sensibilización de la población universitaria (personal docente e investigador, personal de administración de servicios y alumnado) sobre la conducta suicida como un problema de salud pública.
2. Fomentar la formación y la investigación respecto a la conducta suicida entre el alumnado universitario.
3. Formación de figuras clave para la actuación ante situaciones de riesgo de suicidio en la UMA.
4. Ofrecer atención psicológica a la población universitaria con conducta suicida.
5. Potenciar la coordinación de las actuaciones encaminadas a la prevención de la conducta suicida dentro de la universidad y entre esta y los organismos públicos y agentes sociales implicados en este tema.
6. Difundir y divulgar las actuaciones del Plan de Prevención de la Conducta Suicida de la UMA.

3. LINEAS ESTRATÉGICAS Y ACCIONES

En el marco del I Plan de Prevención de la Conducta Suicida se desarrollarán una serie de acciones encaminadas a alcanzar los objetivos específicos del mismo, que se corresponderán con cada una de las líneas estratégicas que se irán poniendo en marcha de forma sucesiva a lo largo del periodo de implementación del mismo, que se ha programado a lo largo de los cursos 2021/22 al 2023/24. (Ver cronograma)

3.1. Línea estratégica 1. Información y sensibilización sobre la conducta suicida

Las conductas suicidas suelen ser vistas de forma negativa y conllevan un gran estigma que afecta al sujeto y los familiares, lo que puede ser un impedimento en la búsqueda de ayuda, así como en la adherencia terapéutica e implicar sentimientos de discriminación y marginación. Con el objetivo de sensibilizar a la población universitaria sobre la conducta suicida como un problema de salud pública, así como reducir el estigma y la discriminación hacia este tipo de conductas se llevarán a cabo una serie de acciones para ofrecer información sobre la conducta suicida. Este tipo de campañas mejoran el conocimiento público en general sobre el suicidio y contribuyen a su aceptación social.

3.1.1. Acciones

1. Organización de jornadas y talleres de sensibilización para la reducción del estigma hacia la conducta suicida para todo el colectivo universitario.
2. Información sobre pautas básicas de actuación ante situaciones de riesgo de conducta suicida (anexo 1).

3.2. Línea estratégica 2. Formación académica e investigación en la conducta suicida

El conocimiento sobre la conducta suicida en el contexto de la formación universitaria en aquellas carreras relacionadas con esta temática es esencial para estos estudiantes por el rol profesional que posteriormente desempeñarán en la sociedad. Por ello se considera importante ofrecer formación sobre este tema en carreras como, por ejemplo: Medicina, Psicología, Ciencias de la Salud, Terapia Ocupacional, Periodismo, Criminología, Ciencias de la Educación, Trabajo Social, Educación Social, etc.

Por otro lado, la investigación supone una herramienta importante en la prevención del suicidio ya que, no solo permite la recogida de datos, análisis y evaluación de los mismos, sino que, a su vez, ayuda a tomar decisiones basadas en la evidencia, que pueden ser implementadas y ejecutadas en los diversos programas de prevención de la conducta suicida.

Con las siguientes actividades se pretende promover la formación académica sobre suicidio y proponer la introducción en los planes de estudio de temas relacionados con el mismo, así como fomentar líneas de investigación enfocadas a este tema. En consonancia con esta temática se seguirá ofertando en el Programa de Doctorado de Psicología una línea de investigación sobre suicidio.

3.2.1. Acciones

3. Proponer la inclusión del tema del suicidio en las Guías Docentes de las asignaturas susceptibles de formar al alumnado en este contenido desde cualquier perspectiva.
4. Identificar los Trabajos Fin de Grado, Trabajos Fin de Máster y Tesis Doctorales desarrolladas en la UMA sobre el tema del suicidio. Fomentar propuestas de investigación sobre dicha temática.
5. Proponer cursos cortos o talleres de formación en el tema del suicidio.

6. Organizar y participar en congresos científicos nacionales e internacionales sobre la temática del suicidio

3.3. Línea estratégica 3. Formación de figuras clave para la actuación ante riesgo de conducta suicida en el ámbito universitario

El desarrollo de programas de formación para figuras clave (*gatekeepers*) que ofrezcan herramientas que permitan identificar a la población vulnerable es otro objetivo de la mayoría de programas de prevención de suicidio. Este tipo de programas se pueden encaminar hacia dos tipos de figuras clave: a) el personal docente e investigador, el personal de administración y servicios y b) estudiantes (iguales), como por ejemplo los miembros del Grupo de Orientación Universitario (GOU), del Consejo de Estudiantes y alumnos del Máster de Psicología General Sanitaria, entre otros. Durante la etapa universitaria el profesorado puede ser un referente para sus alumnos por lo que sería de gran utilidad que cuente con una formación específica para la detección y derivación del alumnado en riesgo de conducta suicida. Así mismo, el entrenamiento de iguales como figuras clave (*peers as gatekeeper*) se considera una de las estrategias preventivas más usadas en los planes de prevención de la conducta suicida, ya que está dirigido a personas que tienen contacto más o menos directo con la población diana, que en este caso sería el colectivo de estudiantes. El objetivo sería aumentar el conocimiento y la capacidad de estas figuras clave, en la identificación y derivación de aquellas personas en riesgo de conducta suicida.

3.3.1. Acciones

7. Ofrecer a figuras clave un programa de formación específica sobre identificación y derivación de personas en riesgo de conducta suicida.

3.4. Línea estratégica 4. Atención psicológica a personas con conducta suicida en la Universidad de Málaga

Una de las claves para el adecuado abordaje de la conducta suicida es proporcionar una respuesta rápida y eficaz por parte de personal especializado en salud mental. La realización de intervenciones breves y asegurar la continuidad asistencial es una estrategia que ha mostrado un efecto significativo en la reducción de la conducta suicida.

La Universidad de Málaga cuenta con el Servicio de Atención Psicológica (SAP) dependiente del Vicerrectorado de Igualdad, Diversidad y Acción Social y vinculado a la Facultad de Psicología y Logopedia, para ofrecer atención psicológica a toda la comunidad universitaria. Tiene entre sus objetivos principales ofrecer psicoterapia individual (depresión, ansiedad, ...), psicoterapia grupal (técnicas de estudio, miedo a hablar en público...) e intervención en crisis.

3.4.1. Acciones

8. Diseño e implementación de un protocolo de actuación específico en el SAP ante la conducta suicida en el colectivo universitario.

3.5. Línea estratégica 5. Coordinación de actuaciones relacionadas con la conducta suicida

A partir de la puesta en marcha de este Plan se pretende que las actuaciones sobre este tema en el ámbito de la Universidad de Málaga estén coordinadas y vayan todas en la misma línea de forma que se complementen para ofrecer un abordaje integrador de este problema, dentro de nuestra institución.

Además, la conducta suicida es multifactorial y, por lo tanto, también requiere un abordaje integral desde diversos ámbitos de la sociedad: servicios sanitarios, sociales, educativos, asociaciones, ayuntamiento, etc. Por ello es necesario una correcta colaboración de todos los organismos implicados en la misma. Con esta línea estratégica se pretende fomentar y potenciar la coordinación entre organismos públicos, agentes sociales e instituciones implicadas en la prevención de la conducta suicida y la Universidad de Málaga.

En Málaga existen diversas iniciativas llevadas a cabo por organismos públicos y asociaciones no gubernamentales encaminadas a la prevención de la conducta suicida las cuales han sido invitadas a formar parte de este I Plan de Prevención de la Conducta Suicida para aunar esfuerzos e iniciativas encaminadas hacia un mismo objetivo. A lo largo del Plan se concretarán las colaboraciones con las siguientes instituciones:

- En el ámbito de la Consejería de Salud y Familia, el Programa de Salud Mental de Andalucía del Servicio Sanitario Público Andaluz ha puesto en marcha un grupo de trabajo sobre

“Atención y Prevención del Suicidio”. La profesora Berta Moreno Küstner es miembro del subgrupo de trabajo sobre “Prevención Universal” en representación de la Universidad de Málaga. La Unidad de Gestión Clínica Salud Mental (UGC-SM) del Hospital Regional Málaga ha creado una Comisión de Prevención del Suicidio y ha puesto en marcha un Programa de Prevención y Abordaje de la Conducta Suicida. La colaboración de la Universidad de Málaga se ha concretado en la colaborando en proyectos de investigación conjuntos sobre la temática del suicidio, en el marco del Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA) y el Grupo Andaluz de Investigación Psicosocial (GAP; PAIDI, CTS-945). La Unidad de Salud Mental Comunitaria de Marbella, dependiente de la UGC-SM del Hospital Clínico Universitario “Virgen de la Victoria” ha puesto en marcha la Unidad de Prevención en Intervención Intensiva en Conducta Suicida “UPII Cicerón” ubicada en el Hospital Costa del Sol. La colaboración entre la Unidad UPII Cicerón y la Universidad de Málaga se concreta en un compromiso por parte de dicha Unidad para atender de forma prioritaria a las personas en riesgo de suicidio, derivadas desde el Servicio de Atención Psicológica de la Universidad de Málaga y que tengan como área de referencia el Distrito Sanitario Costa del Sol. El Servicio de Urgencias de Atención Primaria del Distrito Sanitario de Málaga, lleva varios años colaborando con la Universidad de Málaga en investigaciones sobre las demandas por conducta suicida a este servicio. Fruto de esta línea de trabajo ha sido la publicación de diversos artículos científicos (Jiménez-Hernández et al., 2017; Guzmán-Parra et al., 2016; Moreno-Küstner et al., 2019) así como el desarrollo de un proyecto de investigación financiado por la Consejería de Salud y Familia (Código: AP-0226-2019).

- El Teléfono de la Esperanza es una organización nacional de voluntariado y acción social fundada en 1971. Entre su campo de actuación la Intervención en crisis es el más específico, y su objetivo es abordar de forma urgente, gratuita, anónima y especializada las situaciones de crisis emocionales. [<http://telefonodelaesperanza.org>]
- La Asociación Justalegría es una asociación sin fines de lucro fundada en el año 2006 para desarrollar proyectos de cooperación internacional para el desarrollo y ayuda humanitaria. En el año 2014, inician en la ciudad de Málaga el programa “Razones para vivir” para la prevención al suicidio desarrollando diferentes programas de formación y sensibilización

sobre la conducta suicida. Esta asociación tiene firmado un convenio de colaboración con la Universidad de Málaga. [www.razonesparavivvir.org].

- Asociación Alhelí. Es una asociación malagueña sin ánimo de lucro dedicada al apoyo psicológico durante el duelo. Entre sus actividades realiza jornadas de sensibilización sobre el suicidio y grupos de ayuda mutua para personas en proceso de duelo por suicidio. [<https://asociationalheli.org/>]
- El Ayuntamiento de Málaga, a través del Área de Derechos Sociales, viene trabajando desde hace años en la prevención de la conducta suicida desde el punto de vista preventivo y asistencial con la creación de la Mesa Intersectorial de Prevención del Suicidio, en el año 2017, de la que la Universidad de Málaga formó parte junto con otros organismos implicados en este tema.
- La asociación de familiares de enfermos mentales “AFENES Salud Mental Málaga” está trabajando en la lucha contra el estigma hacia la salud mental y para ello se ha creado la “Plataforma contra el estigma”, teniendo entre sus líneas de actuación luchar contra el estigma hacia personas con conducta de suicidio. La Universidad de Málaga está entre las instituciones participantes en dicha plataforma. [<https://www.afenes.org/>]
- La Asociación de Profesionales en Prevención y Postvención de la Conducta Suicida «Papageno» es una entidad no lucrativa e independiente. Se trata de un proyecto abierto y de carácter no lucrativo, una ventana a la prevención del fenómeno suicida, donde todo el mundo tiene cabida. Está formado por profesionales de contrastada experiencia en el tema y busca promover el trabajo multidisciplinar y multinivel entre todos los agentes implicados. [<https://papageno.org>]

3.5.1. Acciones

9. Canalizar y coordinar las actuaciones que sobre este tema se lleven a cabo en la UMA.
10. Concretar la colaboración de la UMA con las instituciones externas a la UMA en temas de prevención de la conducta suicida.

3.6. Línea estratégica 6. Difusión y divulgación de las acciones del Plan

Uno de los pilares de este Plan es su difusión para dar visibilidad a las actuaciones encaminadas a conseguir sus objetivos. En esta línea estratégica se incluirán todas aquellas acciones encaminadas a divulgar el Plan y las actuaciones derivadas del mismo tanto en el ámbito de la Universidad de Málaga (página web, Servicio de Información, Servicio de Comunicación, Servicio de Divulgación Científica, etc.) como fuera del mismo (redes sociales, actividades científicas, prensa, etc.).

3.6.1. Acciones

11. Diseño y actualización de una sección sobre “Prevención de la Conducta Suicida” en la página web de la Universidad de Málaga
12. Difusión de las actividades del Plan de Prevención de la Conducta Suicida

4. EVALUACIÓN

Para comprobar el adecuado desarrollo de este Plan, todas las acciones detalladas anteriormente serán evaluadas a través de los siguientes indicadores:

Línea estratégica 1. Información y sensibilización sobre la conducta suicida

- Organización de actividades de sensibilización y reducción de estigma. Número de asistentes, número de actividades y evaluación pre-post de las actividades de sensibilización.
- Información sobre pautas de actuación ante situación de riesgo de suicidio.

Línea estratégica 2. Formación académica e investigación sobre la conducta suicida

- Asignaturas en las que se ha incluido en la Guía Docente el tema del suicidio para su docencia.
- Tesis Doctorales, TFM y TFG sobre suicidio desarrollados. Nuevas propuestas de investigación sobre dicha temática.
- Cursos o talleres propuestos relacionados con el tema del suicidio.
- Organización de congresos sobre el suicidio y asistencia a actividades científicas.

Línea estratégica 3. Formación de figuras clave para la actuación ante riesgo de conducta suicida

- Actividades de formación sobre el tema dirigidas a figuras clave. Evaluación pre-post de la formación. Nº de informantes clave formados.

Línea estratégica 4. La atención psicológica a personas con conducta suicida en la universidad de Málaga

- Desarrollo e implementación de un protocolo de actuación específico en el SAP para pacientes con conducta suicida.

Línea estratégica 5. Coordinación de actuaciones relacionadas con la conducta suicida

- Canalizar las actividades relacionadas con la prevención de la conducta suicida en la Universidad de Málaga
- Concretar las actuaciones de coordinación sobre el suicidio, con instituciones externas a la UMA

Línea estratégica 6. Difusión y divulgación de las actividades del Plan

- Diseño y actualización de la sección sobre prevención de suicidio en la página web de la UMA
- Acciones de difusión y divulgación de las actividades desarrolladas a partir del actual Plan

5. ORGANIZACIÓN

5.1. Comisión de Dirección y Seguimiento

- Vicerrectorado de Igualdad, Diversidad y Acción Social de la Universidad de Málaga.
- Vicerrectorado de Estudiantes de la Universidad de Málaga.
- Decanato de la Facultad de Psicología y Logopedia de la Universidad de Málaga.
- Dirección del Servicio de Atención Psicológica de la Universidad de Málaga.
- Coordinación del Plan de Prevención de la Conducta Suicida de la Universidad de Málaga.

5.2. Grupo de Trabajo

Para la implementación del I Plan de Prevención de la Conducta Suicida se debe crear un Grupo de Trabajo formado por profesionales, tanto del ámbito universitario como de aquellas instituciones que están implicadas en la atención a personas en riesgo de suicidio, externas a la Universidad. A

continuación, se indican las personas de la Universidad de Málaga implicadas en el desarrollo del Plan.

- Berta Moreno Küstner. Catedrática del Departamento Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Facultad de Psicología y Logopedia.
- Javier Ramos Martín. Psicólogo General Sanitario. Alumno del Programa de Doctorado de la Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de Málaga.
- Rosa Esteve Zarazaga. Catedrática del Departamento Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de Málaga.
- José Martín Salguero. Profesor Titular del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Facultad de Psicología y Logopedia. Director del Servicio de Atención Psicológica.
- Nicolás Sánchez Álvarez. Profesor del Departamento de Psicología Evolutiva. Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de Málaga.
- Jesús Miranda Páez. Profesor Titular del Departamento de Psicobiología y Metodología de las Ciencias del Comportamiento. Director de la Cátedra de Seguridad, Emergencias y Catástrofes.

6. CRONOGRAMA

Líneas estratégicas		2022				2023				2024			
Acciones		Enero- Marzo	Abril- Junio	Julio- Sept	Oct- Dic	Enero- Marzo	Abril- Junio	Julio- Sept	Oct- Dic	Enero- Marzo	Abril- Junio	Julio- Sept	Oct- Dic
Línea Estratégica 1. Información y sensibilización sobre prevención													
1	Actividades de información y sensibilización. Jornadas y talleres												
2	Información sobre pautas actuación ante riesgo conducta suicida												
Línea Estratégica 2. Formación académica e investigación													
3	Proponer la inclusión del tema de suicidio en las guías docentes												
4	Identificar trabajos de investigación sobre suicidio en la UMA												
5	Proponer cursos cortos o talleres de formación en el tema del suicidio.												
6	Participar y organizar congresos científicos sobre suicidio												
Línea Estratégica 3. Formación de figuras clave													
7	Formación de figuras clave para detección de personas en riesgo de suicidio												
Línea Estratégica 4. Atención psicológica a personas con conducta suicida													
8	Diseño e implementación de un protocolo específico de actuación ante pacientes con conducta suicida												
Línea Estratégica 5. Coordinación de actividades													
9	Unificar las actuaciones para la prevención de la conducta suicida en la UMA												
10	Concretar la colaboración con instituciones externas a la Universidad de Málaga												
Línea Estratégica 6. Difusión y divulgación													
11	Diseño y actualización de la sección sobre suicidio en web de la UMA												
12	Difusión de las actividades del Plan												

7. ANEXOS

Anexo 1. Pautas de actuación ante riesgo de conducta suicida en el colectivo de la Universidad de Málaga

1. Introducción

En esta breve guía de actuación se recogen una serie de pautas a seguir en situaciones de riesgo de suicidio en el colectivo universitario. Aunque hacer referencia a alumnado y profesorado es generalizable a cualquier miembro de la comunidad.

2. ¿Qué hacer y cómo actuar ante riesgo de suicidio?

Cuando nos encontremos ante un caso de riesgo de suicidio, el profesor, en primera instancia, debe intentar crear un ambiente seguro en el que el alumno se sienta cómodo para hablar de lo que le ocurre. Para ello el docente puede seguir los siguientes consejos:

- **Mantener una conversación con el alumno:** Estamos ante jóvenes universitarios así que se debe hablar con ellos como tal y no tratarlos como si fueran “niños pequeños”. Del mismo modo, no se debe exaltar la situación como algo extremo, inconcebible o muy grave, sino que se debe mantener la calma y hablar del tema de forma normal.
- **Escuchar y no interrumpir:** Debemos dejar que el alumno exprese lo que le ocurre y cómo se siente. Fomentar la empatía y hacer que se sienta comprendido facilitará que el alumno hable sin miedo. Además, debemos hacerle ver que estamos ahí para lo que necesite y que puede contar con nosotros, además de transmitirle que no está solo.
- **No minimizar el problema. No juzgar:** No conocemos la situación ni las circunstancias del alumno por lo que no se debe restar importancia a lo que nos está contando, sino que debemos tomarnos el asunto de forma seria. Tampoco se deben emplear frases bruscas sobre el asunto (p.ej.: “Eso es una tontería”; “No sabes lo que dices”; “Hay problemas más graves”).
- **No hacer terapia:** Para ello ya están los profesionales. El profesor debe servir como elemento de enlace entre el alumno y algún recurso de ayuda, pero no debe intentar hacer terapia.

Siempre debemos llevar estos casos con absoluta confidencialidad. Estamos tratando con personas mayores de edad, por tanto, no podemos, ni debemos avisar a una tercera persona (familiares, amigos, compañeros, otros profesores...) si el alumno no da su consentimiento. ¿Qué se debe hacer entonces?:

- **En casos leves:** Además de seguir las indicaciones anteriores, se debe informar al alumnado de los recursos y servicios disponibles para pedir ayuda ante una situación de riesgo de suicidio. No debemos obligar al alumno a acudir o pedir ayuda a uno de estos servicios, simplemente informarle de que existen y aconsejarle que ahí hay profesionales preparados y cualificados para ayudarle con su problema y cómo buscar soluciones antes de quitarse la vida. Entre los recursos y servicios disponibles para pedir ayuda se encuentran:
 - Servicio de Atención Psicológica (SAP) de la Universidad de Málaga. (solo para el colectivo universitario)

Para pedir citar el link es: <https://sap.uma.es>.
Para más información. Teléfono: 952-132417. Horario de 9h a 14h de lunes a viernes. Dirección de correo electrónico: sap@uma.es
 - Médico de Familia del Centro de Salud de referencia o privado

Para solicitar cita con el Médico de Familia del Servicio Sanitario Público Andaluz. Teléfono: 902-505060 (24 horas) o a través de la aplicación APP Salud Responde Junta de Andalucía
- **En casos de riesgo inminente de suicidio:** puede ser el propio profesor, el que contacte con los recursos disponibles para la atención sobre este tema, previa información al alumnado.
 - Acudir al Servicio de Urgencias del Hospital público o privado de referencia
 - Teléfono de Emergencias Sanitarias: 112 o 061 (24 horas)
 - Teléfono de la Esperanza: 952-261500 o 717-003171 (24 horas)

Anexo 2. Bibliografía

- Auerbach, R., Alonso, J., Axinn, W., Cuijpers, P., Ebert, D., Green, J., Hwang, I., Kessler, C., Liu, H., Mortier, P., Nock, M., Pinder-Amaker, S., Sampson, N., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Andrade, L., Beniet, C., Caldas-de-Almeida, J., Demyttenaere, K.,... Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization world mental health surveys. *Psychological Medicine*, 46, 2955–2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Blasco, M., Vilagut, G., Almenara, J., Roca, M., Piqueras, J., Gabilondo, A., Lagares, C., Soto-Sanz, V., Alayo, I., Forero, C., Echeburúa, E., Gili, M., Cebrià, A., Bruffaerts, R., Auerbach, R., Nock, M., Kessler, R. & Alonso, J., on behalf of the Universal study group, (2018). Suicidal Thoughts and Behaviors: Prevalence and Association with Distal and Proximal Factors in Spanish University Students. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 19 (3), 881-898. <https://doi.org/10.1111/sltb.12491>
- Castillejos, M. C., Huertas-Maestre, P., Martín, P. & Moreno-Küstner, K. (2020). Prevalence of suicidality in the European General Population: A systematic review and meta-analysis. *Archives of Suicide Research*, 3, 1-19. <https://doi.org/10.1080/13811118.2020.1765928>
- Carrasco-Barrios, M. T., Huertas-Maestre, P., Martín, P., Martín, C., Castillejos, M. C., Petkari, E. & Moreno-Küstner, B. (2020). Determinants of Suicidality in the European General Population: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 4115. <https://doi.org/10.3390/ijerph17114115>
- Centers for Disease Control. (2015). *WISQARS Leading causes of death reports, national and regional, 1999–2010*.
- Eskin, M., Sun, J. M., Abuidhail, J., Yoshimasu, K., Kujan, O., Janghorbani, M., Flood, C., Giovanni, M., Tran, U., Mechri, A., Hamdan, M., Poyrazli, S., Aidoudi, K., Bakhshi, S., Harlak, H., Moro, M. F., Nawafleh, H., Phillips, L., Shaheen, A., Taifour, S.,...Voracek, M. (2016). Suicidal behavior and psychological distress in university students: a 12-nation Study. *Archives of Suicide Research: Official Journal of the International Academy for Suicide Research*, 20(3), 369–388. <https://doi.org/10.1080/13811118.2015.1054055>

- Gask, L., Coupe, N., McElvenny, D. & Green, G. (2017). Pilot study evaluation of suicide prevention gatekeeper training utilising STORM in a british university setting. *British Journal of Guidance & Counselling*, 45 (5), 593-605. <http://dx.doi.org/10.1080/03069885.2017.1335391>
- Guzmán-Parra, J., Martínez-García, A. I., Guillén-Benítez, C., Castro-Zamudio, S., Jiménez-Hernández, M. y Moreno-Küstner, B. (2016). Factores asociados a las demandas psiquiátricas a los servicios de urgencias prehospitalarios de Málaga (España). *Salud Mental*, 39, 287-294.
- Hashimoto, N., Suzuki, Y., Kato, T., Fujisawa, D., Sato, R., Aoyama-Uehara, K., Fukasawa, M., Asakura, S., Kusumi, I. & Otsuka, K. (2016). Effectiveness of suicide prevention gatekeeper-training for university administrative staff in japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 70 (1), 62-70. <https://doi.org/10.1111/pcn.12358>
- Huertas-Maestre, P., Moreno-Küstner, B., Gutiérrez, B. y Cervilla, J. A. (2020). Prevalence and correlates of suicidality in Andalusia (Spain): Results of the epidemiological study PISMA-ep. *Journal of Affective Disorders*, 266, 503-511. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.115>
- Indelicato, N., Mirsu-Paun, A. & Griffin, W. (2011). Outcomes of a suicide prevention gatekeeper training on a university campus. *Journal of College Student Development*, 52 (3), 350-361. <http://doi.org/10.1353/csd.2011.0036>
- Instituto Nacional de Estadística [INE] (2021). Causa básica de defunción. Resultados detallados. Año 2019. <https://www.ine.es/dynt3/inebase/es/index.htm?padre=7932&capsel=7936>
- Jiménez-Hernández, M., Castro-Zamudio, S., Guzmán-Parra, J., Martínez-García, A. I., Guillén-Benítez, C. y Moreno-Küstner, B. (2017). Las demandas por conducta suicida a los servicios de urgencias prehospitalarios de Málaga: características y factores asociados. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 40 (3), 379-389. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0047>
- Mitchell, S., Kader, M., Darrow, S., Haggerty, M. & Keating, N. (2013). Evaluating question, persuade, refer (QPR) suicide prevention training in a college setting. *Journal of College Student Psychotherapy*, 27 (2), 138-148.
- Moreno-Küstner, B., del Campo-Ávila, J., Ruíz-Ibáñez, A., Martínez-García, A. I., Castro-Zamudio, S., Ramos-Jiménez, G. & Guzmán-Parra, J. (2019). Epidemiology of suicidal behaviour in Malaga

(Spain): An approach from the prehospital emergency service. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 111. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00111>

Moreno-Küstner, B. y González-Sánchez, F. (2020). Subregistro de los suicidios en el Boletín Estadístico de Defunción Judicial en Málaga. *Gaceta Sanitaria*, 34 (6), 624-626. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.09.003>

Navarro-Gómez, N. (2017). El suicidio en jóvenes en España: cifras y posibles causas. Análisis de los últimos datos disponibles. *Clínica y Salud*, 28, 25-31. <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2016.11.002>

Observatorio del Suicidio en España (2019). Suicidios. España 2018. En *fsme.es*. Recuperado de [Observatorio del Suicidio en España 2018. - Prevención del suicidio. \(fsme.es\)](https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio-en-espana-2018) el 25 de enero de 2021

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2016). *Education at a glance 2016: OECD indicators*. Paris, France: OECD Publishing.

Orovecz, J. (2021). *Evaluating the effects of suicide prevention gatekeeper trainings in a university setting* [Disertación doctoral, The University of Wisconsin]. ProQuest Dissertations & Theses. <https://search.proquest.com/dissertations-theses/evaluating-effects-suicide-prevention-gatekeeper/docview/2469847860/se-2?accountid=14568>

Ortiz-Tallo, M. (2019). *Psicopatología clínica. Adaptado del DSM-5*. 2ª edición. Madrid. Ediciones Pirámide.

Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C. & Wilens, T. (2015). College students: mental health problems and treatment considerations. *Academic Psychiatry: The Journal of the American Association of Directors of Psychiatric Residency Training and the Association for Academic Psychiatry*, 39 (5), 503–511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>

Rallis, B. (2017). *A brief peer gatekeeper suicide prevention training: Preliminary examination and individual factors that influence outcomes*. [Disertación doctoral, George Mason University]. Repositorio Dspace. <https://hdl.handle.net/1920/10420>

Sáiz P. A. y Giner L (2020). La prevención del suicidio. Claves para su abordaje. En: Navío, M. y Pérez V. (Coords.). *Depresión y suicidio 2020. Documento estratégico para la promoción de la salud mental*. Primera edición. 93-104. Madrid: Wecare-u. Healthcare communication group.

Sylvara, A. & Mandracchia, J. (2019). An investigation of gatekeeper training and self-efficacy for suicide intervention among college/university faculty. *Crisis*, 40 (6), 383-389. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000577>

de la Torre-López, J., Sánchez-Álvarez, N. y Pérez-Costilla, L. (2016). *Terapia de Fortalezas Personales basada en Psicología Positiva. Manual para terapeutas. Programa Comunitario de Prevención de Suicidio*. Málaga: Asociación Justalegría.

World Health Organization. (2014). *Preventing suicide: a global imperative Geneva*. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131056/1/9789241564779_eng.pdf?ua=1&ua=1

World Health Organization. (2019). *Suicide in the world: Global Health Estimates. World Health Organization*. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/326948>

World Health Organization. (17 de junio de 2021). *Suicide*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in 2019: global health estimates*. Geneva: World Health Organization. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>