Implementan “Programa de Prevención del Suicidio” y muestra sus primeros resultados

La experiencia fue presentada por la Dirección de Salud Mental en el XIII Congreso de la Sociedad Internacional para la Psicología Crítica de la Salud (ISCHP).

Las conductas suicidas en la población de estudiantes universitarios han sido reconocidas como un riesgo presente, identificándose -a partir de un reciente metaanálisis- que “un 22,3% de los y las estudiantes universitarios han presentado ideación suicida a lo largo de su vida (…) una de las dos principales causas de muerte en jóvenes en Chile”, precisa la directora de Salud Mental de la Universidad de O’Higgins (UOH), Irene Leniz.

Teniendo presente esta realidad, la UOH, a través de su Dirección de Salud Mental (DSM), desarrolló el “Programa de Prevención de Suicidio”. Como detalla Irene Leniz, se busca “promover la salud mental como uno de los factores esenciales del bienestar, tanto individual como colectivo, de quienes integran la UOH, abordando en sus objetivos, consolidar programas de prevención dirigidos a temáticas prevalentes y/o relevantes, como lo son las conductas suicidas”.

Así, dieron vida a un programa que se aplica -desde el año 2021- a los/as estudiantes de primer año de la universidad, y que considera un trabajo en tres niveles de prevención: Universal, Selectiva e Indicada, y que fue presentado en el XIII Congreso de la Sociedad Internacional para la Psicología Crítica de la Salud (ISCHP).

En el encuentro de especialistas, Claudia Prado, psicóloga de

la Dirección de Salud Mental, e Irene Leniz, fueron las encargadas de exponer el programa y sus resultados. Prado detalló que el primer nivel involucró a toda la comunidad universitaria y consideró campañas comunicacionales de sensibilización, des-estigmatización y educación sobre temáticas de salud mental y, en particular, sobre el fenómeno del suicidio y su prevención. Asimismo, se está instalando, progresivamente, la formación de habilidades socioemocionales en el currículum educativo.

En el nivel Prevención Selectiva, detalló la directora de Salud Mental, fue crucial "la conformación del equipo de Facilitadores Comunitarios que son integrantes de la comunidad UOH, que están capacitados para aplicar un instrumento que detecta el riesgo suicida y que permite brindar una primera respuesta, conectando a los estudiantes con los canales de apoyo disponibles". Asimismo, destacó el trabajo realizado en detección temprana de problemas de salud mental y riesgo suicida, a través de encuestas que conectan con protocolos de respuesta al detectar indicadores de riesgo.

El nivel de prevención Indicada, señaló Irene Leniz, se caracterizó por el sistema de evaluación y seguimiento de casos pesquisados con riesgo suicida y, muy particularmente, por "el programa de tutores pares en prevención de suicidio, lo que ha significado construir una serie de capacitaciones y guías estructuradas que permiten realizar un contacto telefónico a estudiantes con riesgo leve, en donde se evalúa el riesgo, se promueven factores protectores para la salud mental y se activa protocolo de urgencias en caso de un mayor riesgo suicida".

Positivos resultados y beneficios

A tres años de la implementación de la iniciativa, la directora de Salud Mental UOH, explica que "se puede dar cuenta que hay un número importante de estudiantes que reportan algún nivel de riesgo suicida al ingresar a la

universidad, lo que presenta importantes desafíos en el contexto universitario. Asimismo, nos permite tomar medidas basadas en la evidencia y establecer intervenciones que contemplen seguimientos periódicos que reducen el riesgo suicida en la mayoría de las personas que adhieren al acompañamiento". Agrega que se ha visto que en "los casos de riesgos leves la intervención entre pares ha resultado positiva, manteniendo un adecuado sistema de supervisión, apoyo y protocolo de llamadas". A lo que suma también que "en casos de riesgo leve, moderado y alto, la idea de 'crisis suicida' disminuye en un corto tiempo con las intervenciones adecuadas".

Implementar el programa, sostiene Irene Leniz, ha traído como beneficio, "contar con herramientas concretas y efectivas para abordar factores de riesgos asociados a problemáticas de salud mental, acercando el apoyo emocional y el tratamiento a más de 1.000 estudiantes que han recibido algún tipo de seguimiento alertado por los indicadores definidos en encuestas de salud mental, que considera el programa".

Al mismo tiempo, con todas las prácticas en sensibilización, capacitación, detección y manejo, se ha podido sistematizar experiencias y aportar a la mejora continua de la intervención, así como contribuir al bienestar de la comunidad universitaria, entendiendo la salud mental como un factor esencial en esta ecuación.

Como reto, la directora de Salud Mental UOH plantea que se hacen necesarios "futuros estudios que permitan una mayor comprensión de esta temática que es parte de los desafíos en el trabajo de salud mental en contextos universitarios, los cuales, viven una alta demanda por atención psicológica individual y, por tanto, se requiere diversificar la oferta de intervención, con modelos que estén avalados por la evidencia y que permitan su replicabilidad".