



Ministerio de
Salud

Gobierno de Chile



Herramientas de apoyo para la prevención del suicidio



Presentación

Cada año, el 10 de septiembre, el mundo entero se moviliza para crear conciencia en torno al **Día Mundial para la Prevención del Suicidio**.

Bajo el lema "**Creando esperanza a través de la acción**", la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP) con el respaldo de la Organización Mundial de la Salud (OMS), enfatizan en la necesidad de una acción colectiva para abordar este problema urgente de salud pública. Todas y todos estamos convocados a tomar medidas para prevenir el suicidio: en la familia, el trabajo, instituciones educativas, comunidades religiosas, centros de salud, instituciones públicas y privadas, en el mundo político y a nivel de gobiernos.

Chile se suma a la conmemoración de este día y a lo largo del país se realizan diferentes acciones que buscan concientizar que **el suicidio puede prevenirse, y que todas y todos podemos desempeñar un rol central** en el apoyo a las personas que experimentan en sus vidas el dolor de la conducta suicida.

Cualquier acción que podamos realizar puede crear esperanza y ser un primer paso para ayudar a quienes lo necesitan.



Introducción

El Suicidio es una de las principales causas de muerte prematura prevenible y, por tanto, constituye un problema de salud pública de gran importancia. Cada año, aproximadamente setecientas mil personas pierden la vida en el mundo a causa del suicidio y, al igual que en nuestro país, se encuentra entre las primeras causas de mortalidad para la población entre 15 a 29 años. En Chile, las cifras han mostrado importantes cambios desde inicios de este siglo, registrándose un descenso en las tasas luego del importante peak registrado el año 2008; no obstante, continúa siendo tema de gran preocupación, especialmente en población mayor, donde actualmente se registra la tasa acumulada más alta a nivel nacional.



El suicidio es prevenible, y existe cada vez más evidencia respecto a las estrategias que presentan un mayor impacto en la disminución de muertes a causa de este. Las principales medidas de prevención incluyen restringir el acceso a medios letales (armas de fuego, pesticidas, etc.), políticas de salud mental y reducción del alcohol, promoción de una cobertura mediática responsable sobre el suicidio y el desarrollo de habilidades socioemocionales en población joven.

A su vez, el estigma social y la falta de conciencia siguen siendo las principales barreras para la búsqueda de ayuda, lo que pone de relieve la necesidad de estrategias de alfabetización en salud mental y reducción del estigma.

Introducción

A través de la entrega de las presentes herramientas, el Programa Nacional de Prevención del Suicidio del Ministerio de Salud, pone a disposición de equipos de salud, psicosociales y de educación, instituciones, organizaciones y la comunidad en general, una serie de **recursos y materiales desarrollados a nivel nacional e internacional**, para el desarrollo de acciones de prevención del suicidio en diferentes entornos comunitarios.

En una primera sección, se presenta el panorama de la situación en Chile y el mundo, entregando una nueva actualización de las cifras de suicidio en el país correspondientes a los registros oficiales para nuestro territorio. Posteriormente, se presentan herramientas organizadas en las siguientes categorías: estrategia de prevención integral, vigilancia del suicidio, comunidades educativas, formación para equipos de salud, prevención en la comunidad, cobertura mediática responsable y líneas de ayuda en crisis.



Índice

1.

SITUACIÓN ACTUAL

- ▶ MORTALIDAD POR SUICIDIO
- ▶ IDEACIÓN, PLANIFICACIÓN E INTENTO SUICIDA
- ▶ VIGILANCIA DE LAS LESIONES AUTOINFLINGIDAS INTENCIONALMENTE

2.

HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

- ▶ ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN INTEGRAL
- ▶ VIGILANCIA DEL SUICIDIO
- ▶ COMUNIDADES EDUCATIVAS
- ▶ FORMACIÓN PARA EQUIPOS DE SALUD
- ▶ PREVENCIÓN EN LA COMUNIDAD
- ▶ COBERTURA MEDIÁTICA RESPONSABLE
- ▶ LÍNEAS DE AYUDA EN CRISIS

3.

EQUIPO DE TRABAJO

4.

REFERENCIAS



1.

SITUACIÓN ACTUAL

- ▶ MORTALIDAD POR SUICIDIO
- ▶ IDEACIÓN, PLANIFICACIÓN E INTENTO SUICIDA
- ▶ VIGILANCIA DE LAS LESIONES AUTOINFLINGIDAS INTENCIONALMENTE

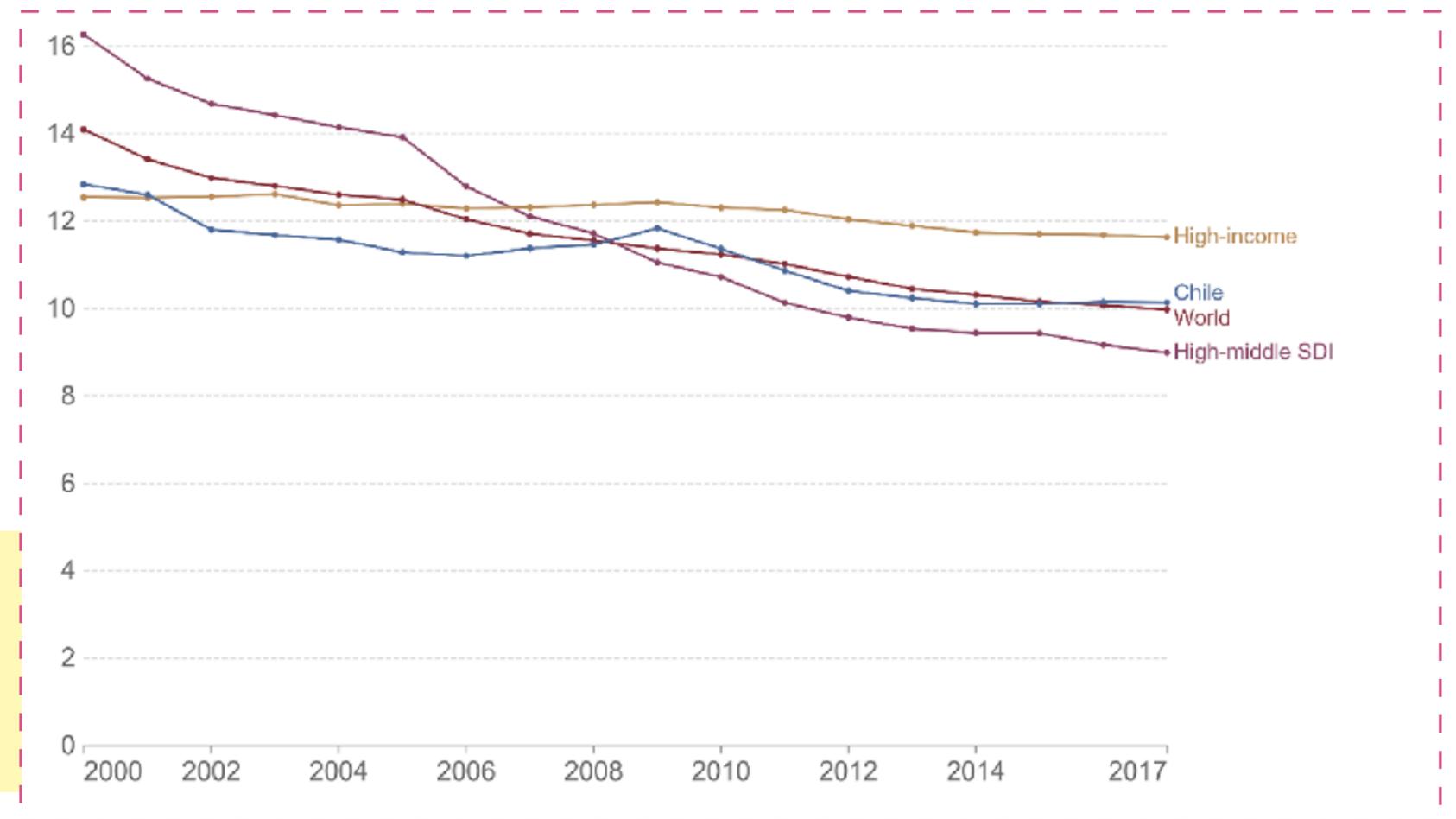
Mortalidad por suicidio

Cada año alrededor de 703 mil personas mueren por suicidio, significando más muertes que las producidas a causa de la malaria, el VIH / SIDA o el cáncer de mama. Aproximadamente una de cada 100 muertes registradas a nivel mundial el año 2019 fue resultado de un suicidio.

A nivel mundial, la tasa ajustada de muertes por suicidio calculada al año 2017 es de 9,98 por cada 100 mil habitantes, 11,55 para los países de mediano y bajo ingreso y 11,63 para países de altos ingresos. De acuerdo a estas cifras, Chile al año 2017 se encontraba en rangos cercanos a la tasa mundial (gráfico 1)

Gráfico 1

Tasas de Muerte por Suicidio
2000-2017



Fuente: Our World in Data, 2021

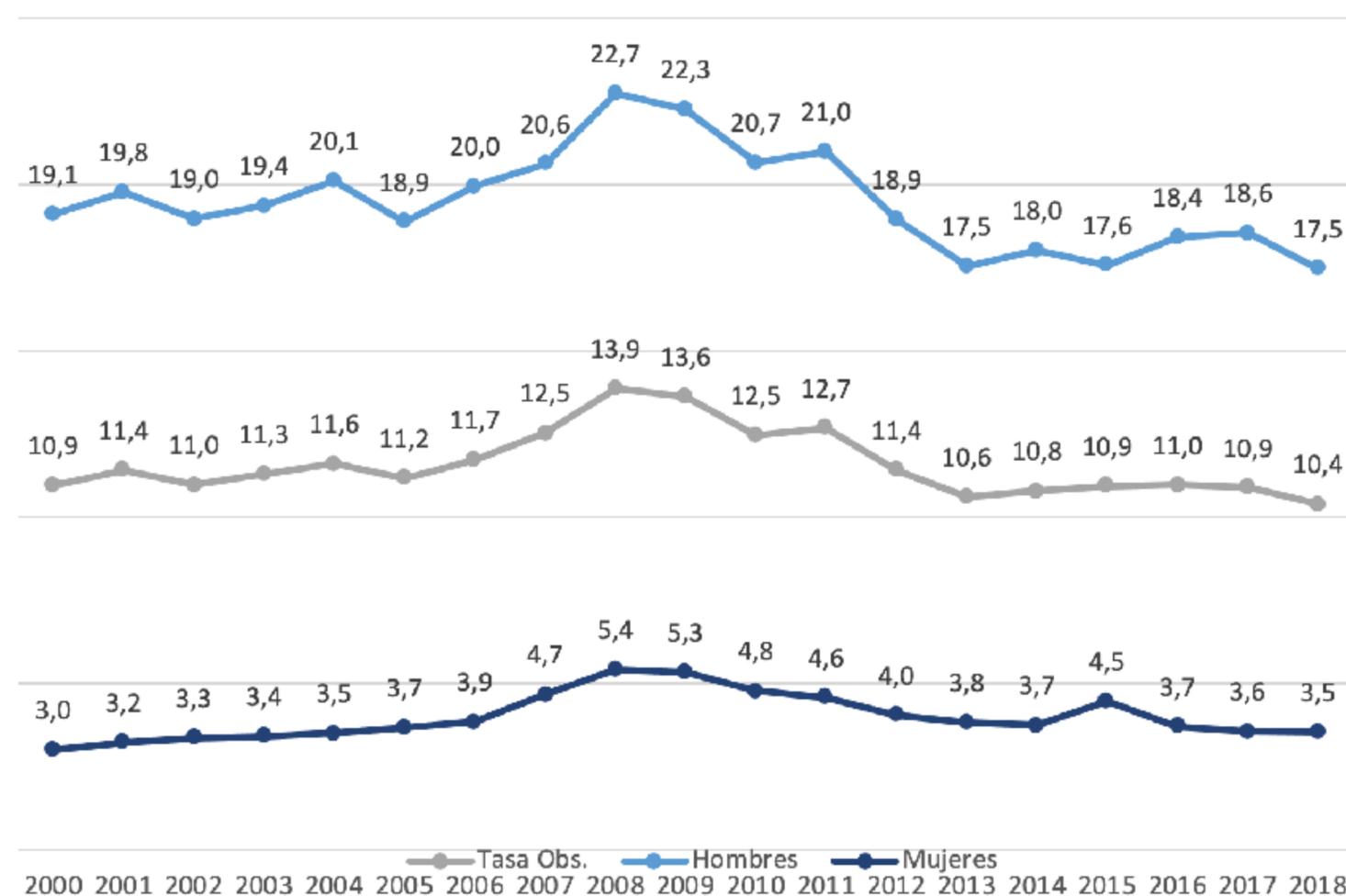
Específicamente en nuestro país, luego del alza que alcanzó su peak en 2008, las tasas ajustadas de mortalidad sugirieron una tendencia al descenso y luego a la estabilidad a partir de 2013 con valores alrededor de los 10 casos por cada 100 mil habitantes. Las últimas cifras validadas en Chile indican una tasa observada de 10,39 al año 2018, según muestra el gráfico 2. Llevando estas tasas a número de defunciones, el año con mayor número de suicidios correspondió a 2011, con 2.025 casos. El año con menor ocurrencia fue 2013, con 1.737 casos. Al evaluar el cambio en la tendencia de las tasas en los últimos 10 años, existirían cambios estadísticamente significativos en el transcurso de la década.

Importante:

- ▶ Cada estadística representa una persona, con una familia y una comunidad que está sufriendo una pérdida.
- ▶ Todo análisis de información vinculada al fenómeno del suicidio debe ser siempre considerando su dimensión ética.
- ▶ A nivel internacional, la información generalmente se presenta en términos de tasas cada 100mil habitantes, permitiendo realizar comparaciones en el tiempo y entre distintas poblaciones y países.
- ▶ La divulgación mediática de información asociada al suicidio de forma poco responsable puede causar daño a la población, aumentando el riesgo de otros suicidios, en un fenómeno que se le ha llamado “contagio suicida” o “efecto Werther”.

En cuanto a diferencias de género, las cifras a nivel global indican que el suicidio es más frecuente en hombres que en mujeres; durante 2017 las tasas mundiales para las mujeres fueron de 6,3 por 100 mil habitantes, y los hombres mostraron una tasa de 13,9. En Chile, esta diferencia también es observada de manera constante desde 2010, dando cuenta de una razón de 4 es a 1, es decir, por cada mujer que muere por esta causa, 4 hombres mueren por lo mismo (gráfico 2).

Gráfico 2
Tasas observadas de mortalidad por suicidio en Chile 2000-2018

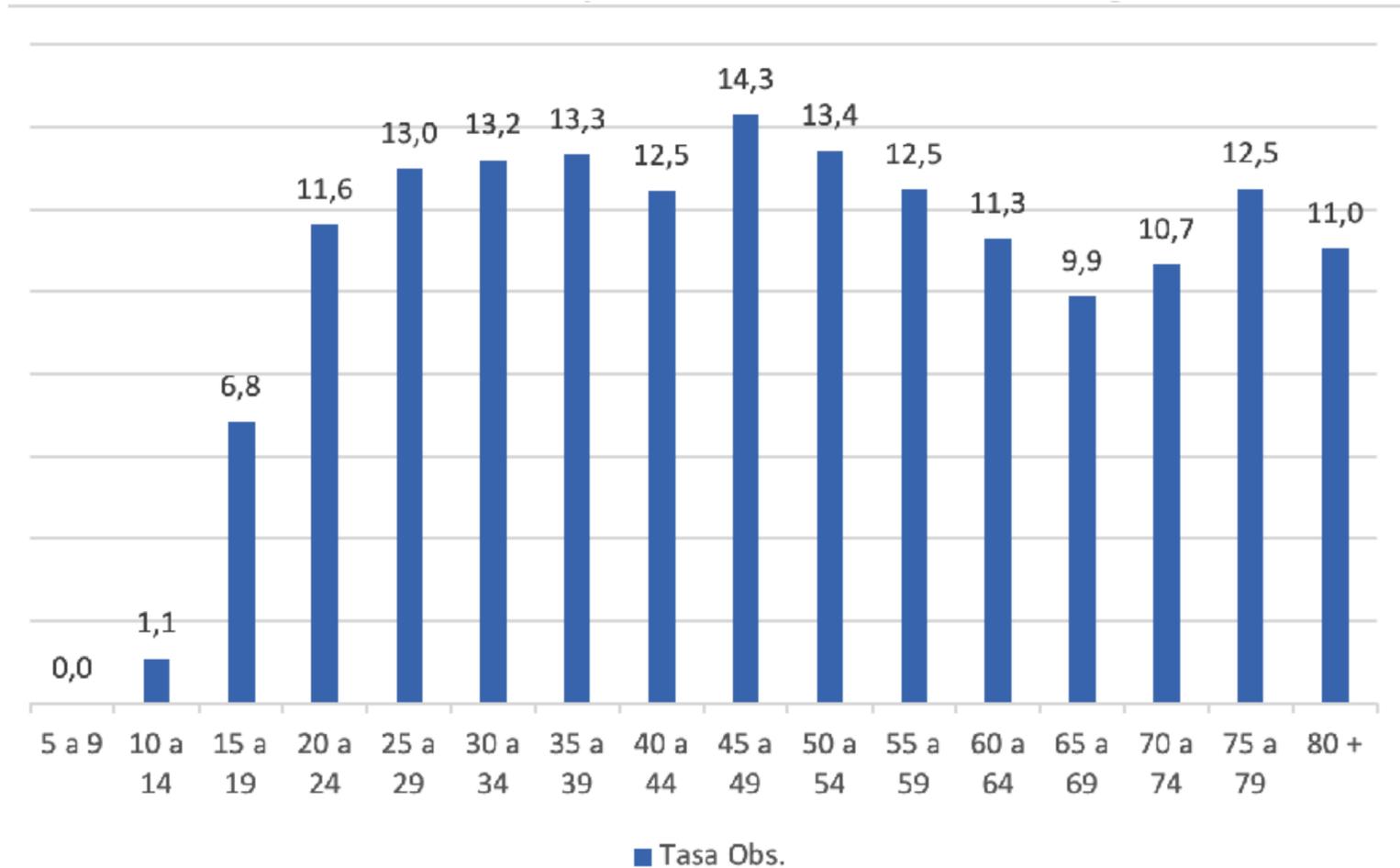


Importante:

- ▶ Para el cálculo de las tasas de mortalidad por suicidio, la información se analiza en relación a la población homologada del Instituto Nacional de Estadísticas para el año de referencia, pasando luego por procesos de validación interna. Dada la sensibilidad de la información que provee, la validación de esta información debe ser rigurosa demorando alrededor dos años, siendo este plazo cada vez menor gracias a los avances en los procesos. De acuerdo al último reporte de OMS, Chile se encuentra dentro de los países con más alta calidad de información estadística sobre vigilancia de mortalidad por suicidio¹.

Gráfico 3

Tasas observadas de mortalidad por suicidio en Chile según edad 2018

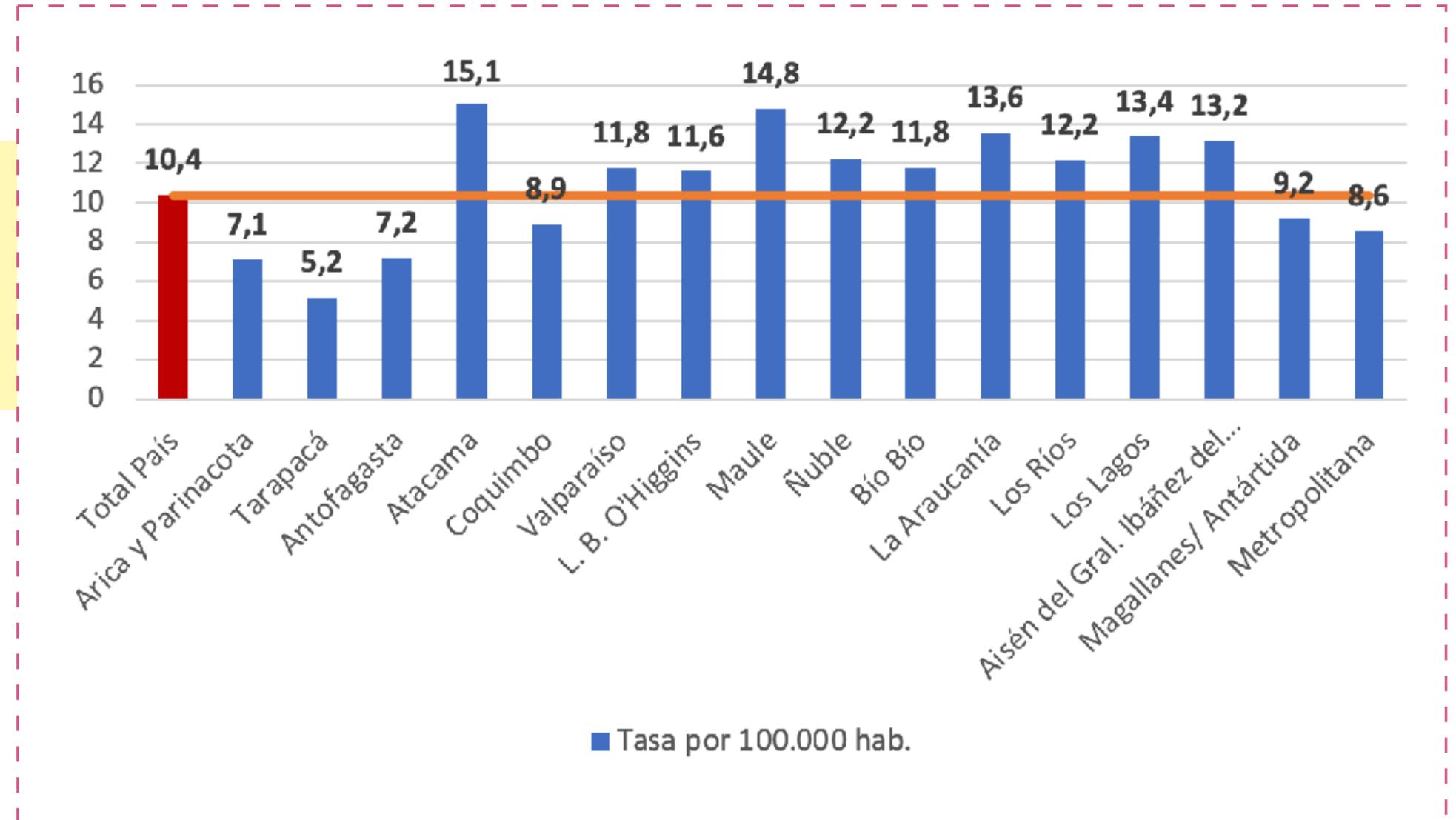


Fuente: DEIS, 2021

De acuerdo a la edad, las tasas más altas se encuentran en la población entre 45 a 54 años, mientras que las más bajas se encuentran en la población de 5 a 19 años. A nivel mundial, las tasas de suicidio más altas se ubican en la población de 70 años y más. Esta mirada global, ha permitido identificar un patrón en la población de mayor edad con tasas de muerte siempre de las más altas en relación a los otros grupos de edad². La situación en Chile para este grupo de la población también ha evidenciado altas tasas registrándose la tasa de mortalidad acumulada más alta para el país entre los años 2000 y 2018.

Gráfico 4

Tasa de mortalidad por suicidio según región en Chile 2018



Fuente: DEIS, 2021

La situación actual a nivel territorial indica que la mayoría de las regiones se encuentran por encima de la tasa nacional. Las mayores tasas se aprecian en las regiones de Atacama y Maule, con cifras por sobre los 14 por 100 mil habitantes. Por su parte, las tasas más bajas se encuentran en las regiones del extremo norte del país (gráfico 4).

Ideación, planificación e intento suicida

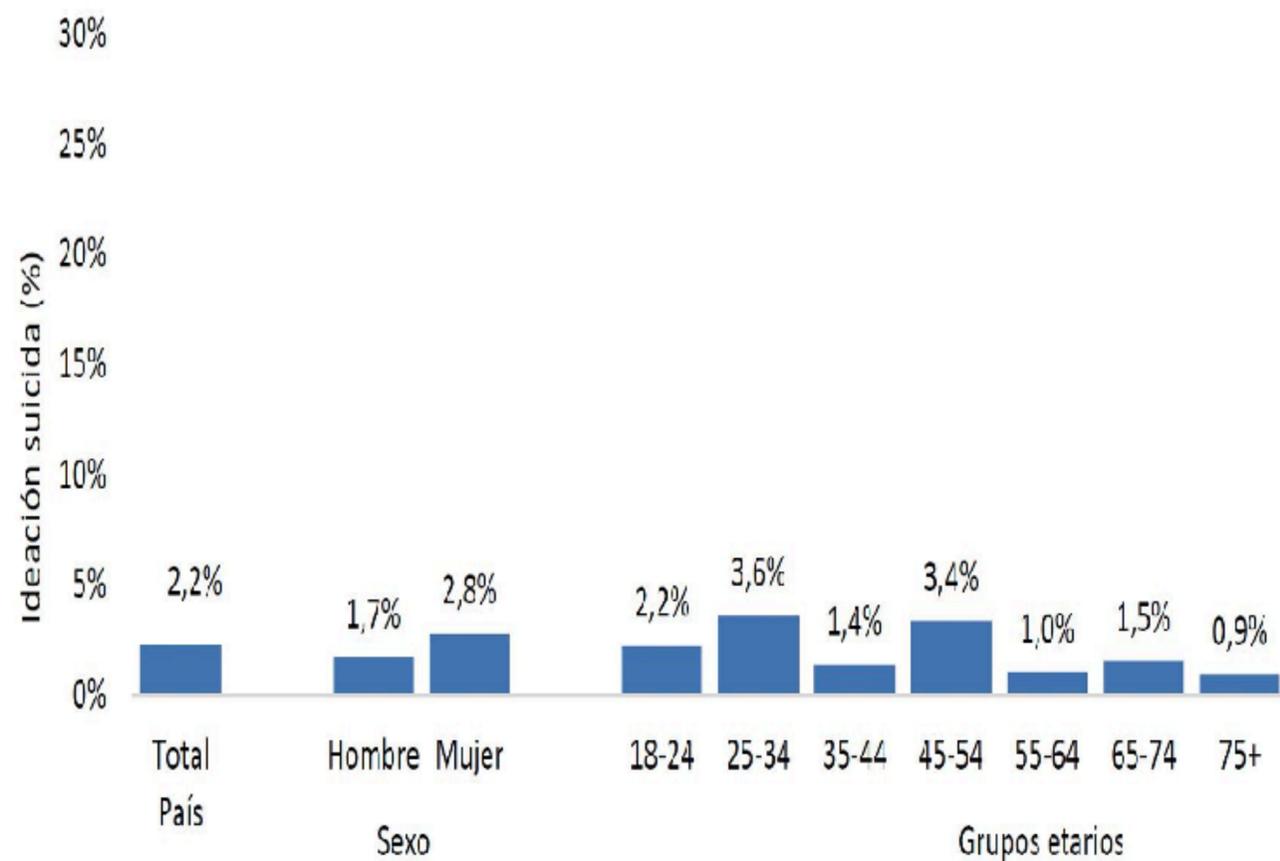
Según la Encuesta Nacional de Salud 2016-2017 (ENS), el 2,2% de la población respondió Sí a la pregunta “Alguna vez ha pensado seriamente en suicidarse en los últimos 12 meses” (gráfico 5). En relación con la planificación suicida, el 1,5% de la población responde afirmativamente a las preguntas relacionadas, existiendo una marcada diferencia entre hombres y mujeres (0,5% y 2,5%, respectivamente) y grupos de edad, siendo el grupo de 45-54 años el de mayor porcentaje a nivel poblacional (3,0%) (gráfico N° 6). Finalmente, el intento suicida muestra diferencias significativas, siendo mayor para las mujeres (gráfico N°7), lo cual es consistente con la evidencia internacional.



Gráfico 5 y 6

Ideación y planificación suicida.

“Alguna vez ha pensado seriamente en suicidarse en los últimos 12 meses”
(% que respondió Sí en pregunta SD3 o SD16) total según sexo y edad
ENS 2016-17



“Alguna vez ha hecho un plan para suicidarse en los últimos 12 meses”
(% que respondió Sí en pregunta SD5 y SD18) total según sexo y edad
ENS 2016-17

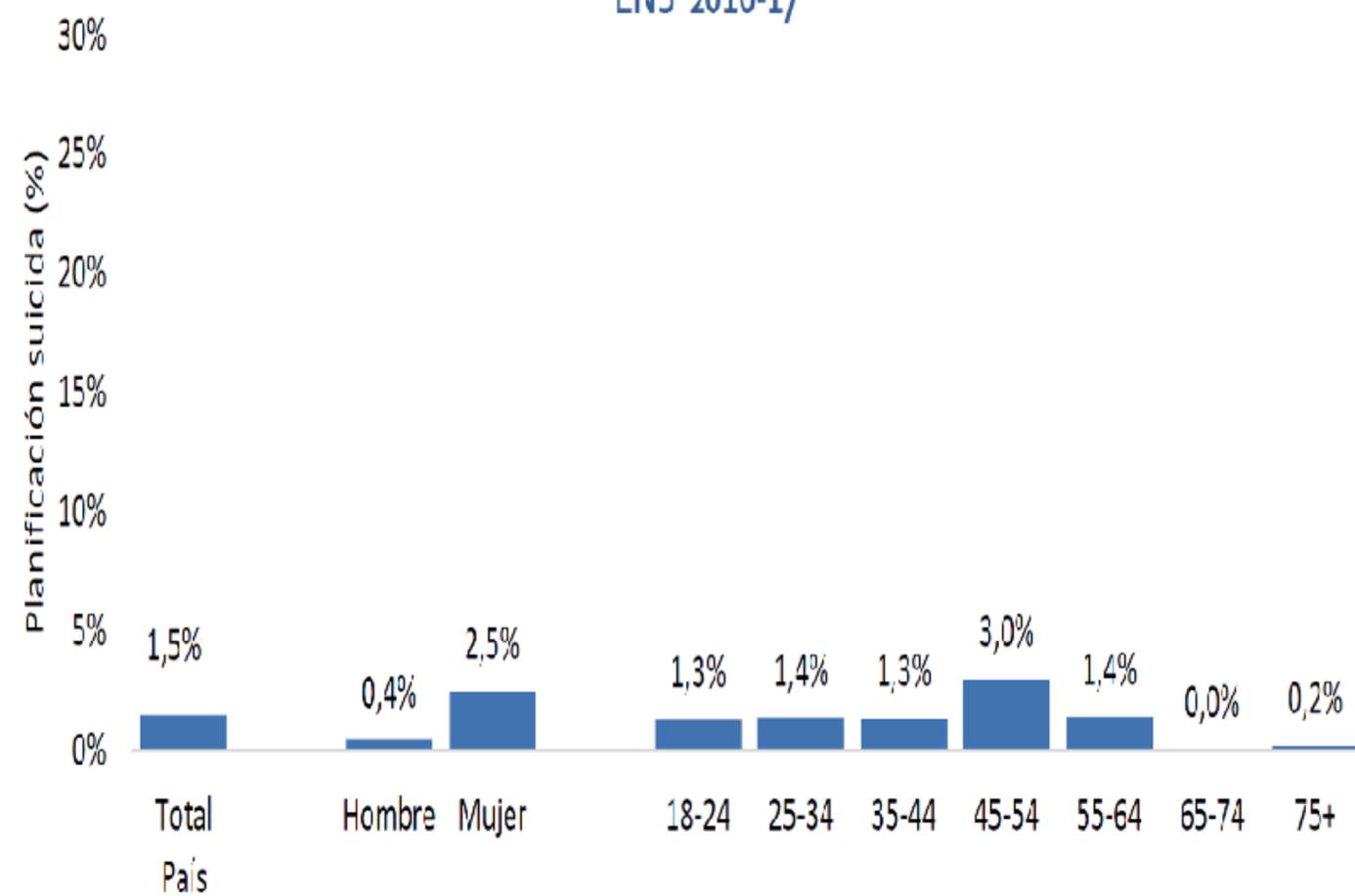
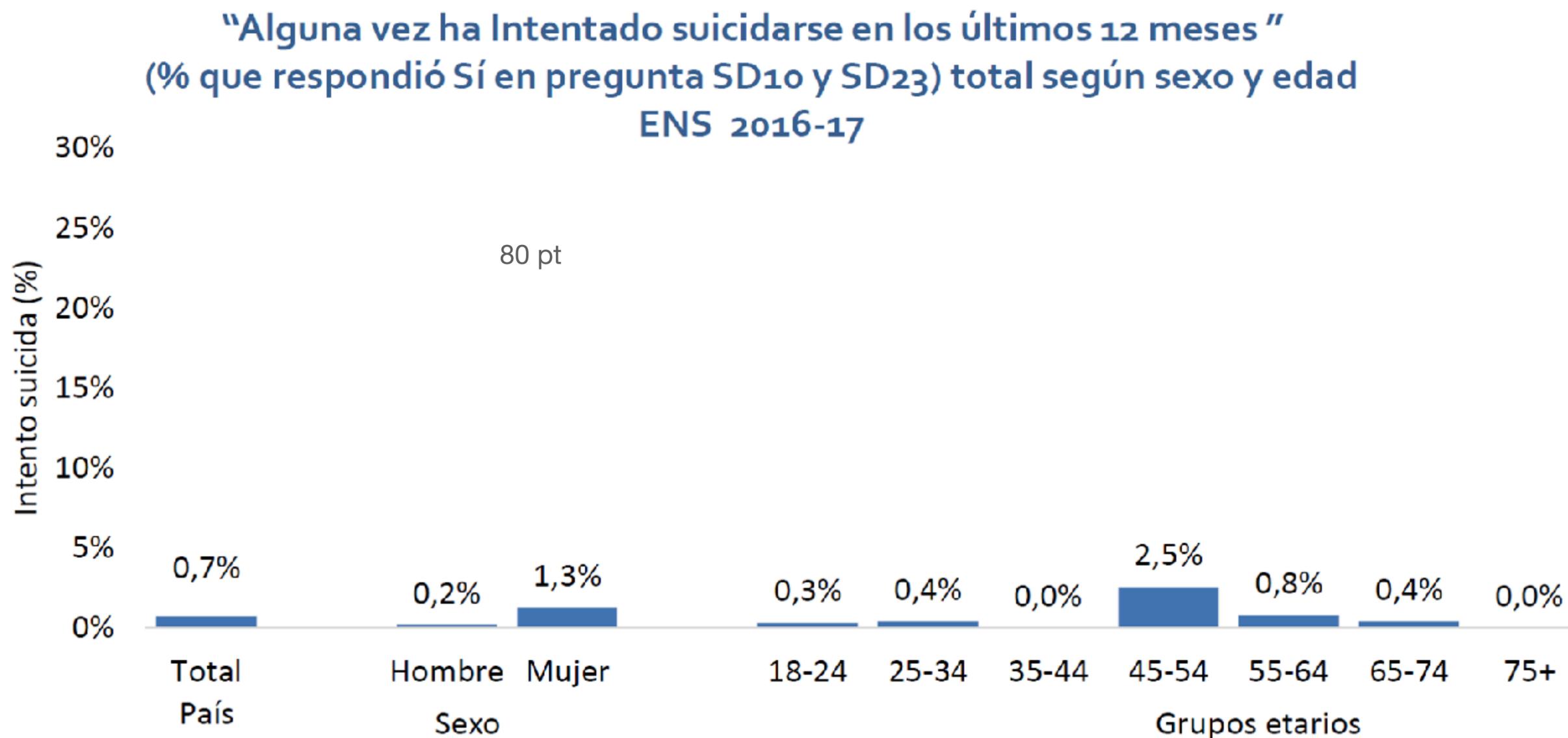


Gráfico 7

Ítems SD10 y SD23 Intento suicida.



Vigilancia de las lesiones autoinflingidas Intencionalmente



Si bien el 80% de las Secretarías Regionales Ministeriales de Salud del país cuentan con algún sistema de vigilancia de lesiones autoinflingidas intencionalmente, para el año 2022 se espera contar con un Sistema de Vigilancia estandarizado a nivel país a partir de la implementación de la notificación obligatoria de lesiones autoinflingidas intencionales en todos los servicios de urgencia, tanto públicos como privados. Esto permitirá un mejor análisis epidemiológico permitiendo la definición de perfiles de riesgo regional y nacional, como también el desarrollo de estrategias de prevención más focalizadas.

2.

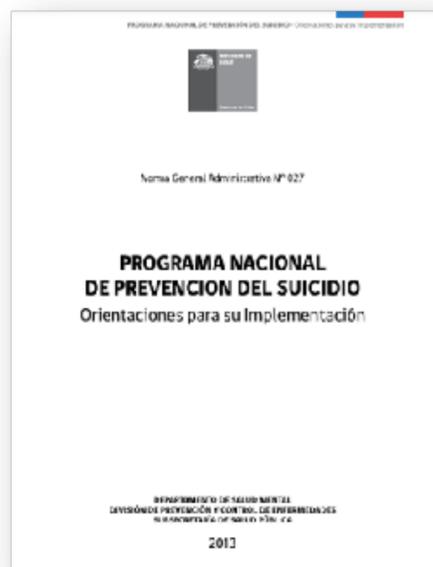
HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

- ▶ ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN INTEGRAL
- ▶ VIGILANCIA DEL SUICIDIO
- ▶ COMUNIDADES EDUCATIVAS
- ▶ FORMACIÓN PARA EQUIPOS DE SALUD
- ▶ PREVENCIÓN EN LA COMUNIDAD
- ▶ COBERTURA MEDIÁTICA RESPONSABLE
- ▶ LÍNEAS DE AYUDA EN CRISIS

Estrategia de prevención integral

Las estrategias nacionales de prevención del suicidio son esenciales para posicionar este tema en la agenda política. Es fundamental que los gobiernos lideren el desarrollo de estrategias integrales de prevención del suicidio multisectoriales para la población en su conjunto y las personas vulnerables en particular⁹. Chile a partir del año 2008 comenzó a desarrollar su estrategia integral preventiva a través del Programa Nacional de Prevención del Suicidio del Ministerio de Salud.

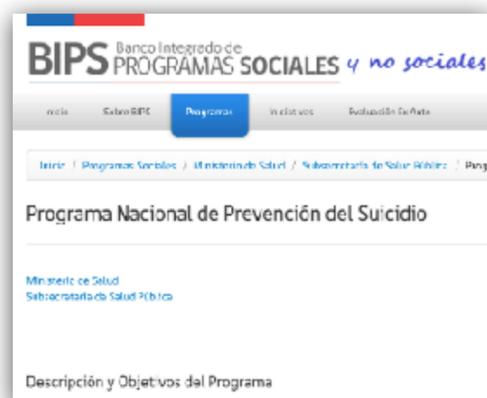




Programa Nacional de prevención de suicidio

Norma general administrativa N°027

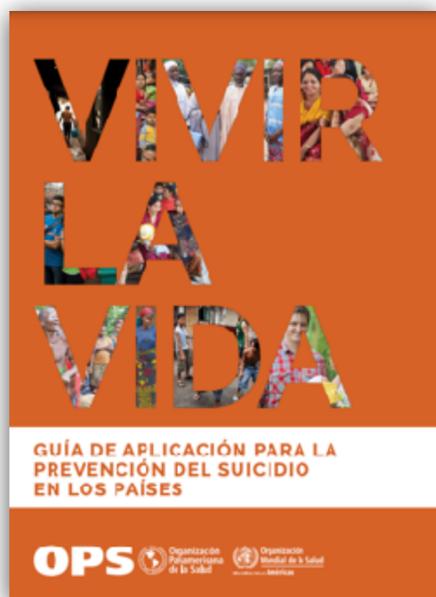
Año	2013
Descripción	Documento que reúne las orientaciones entregadas a las Secretarías Regionales Ministeriales de Salud para la implementación del Programa Regional de Prevención del Suicidio en cada una de las regiones del país.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Equipos a cargo de la gestión y ejecución de las políticas, planes y programas en salud mental.
Enlace	https://www.minsal.cl/sites/default/files/Programa_Nacional_Prevenccion.pdf



Programa de prevención de suicidio

Banco de programas sociales

Año	2021
Descripción	Formulario del Programa Social “Programa Nacional de Prevención de Suicidio”, el cual incluye el financiamiento y seguimiento de algunas de las acciones que tributan al Programa Nacional, como son las de formación al personal de salud, a facilitadores comunitarios y a equipos educativos. Desde su primer diseño, el año 2015, el programa social ha sido reformulado metodológicamente para fortalecer su seguimiento y monitoreo en función de sus resultados.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Diseñadores y ejecutores de políticas públicas.
Enlace	https://programassociales.ministeriodesarrollosocial.gob.cl/programas/59461/2021/3



Vivir la Vida

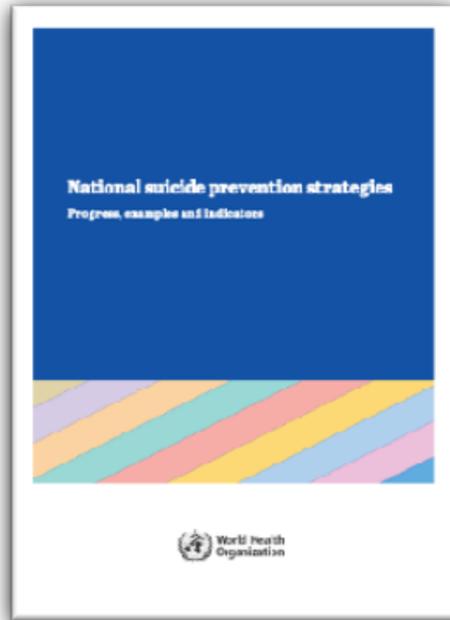
Guía de aplicación para la prevención del suicidio en los países

Año	2021
Descripción	Guía orientada a apoyar a los países para que ejecuten intervenciones eficaces clave basadas en la evidencia, usando como punto de partida el enfoque multisectorial “Vivir la Vida”, a fin de establecer una respuesta nacional integral para prevenir el suicidio.
Organización	Organización Mundial de la Salud (OMS)
Dirigido a	Diseñadores y ejecutores de políticas públicas.
Enlace	https://iris.paho.org/handle/10665.2/54718



Prevención del suicidio: Un imperativo global

Año	2014
Descripción	Documento que busca alentar y apoyar a los países para que establezcan estrategias integrales de prevención del suicidio, en el marco de una estrategia multisectorial de salud pública. Propone una orientación práctica sobre las medidas estratégicas que los gobiernos pueden adoptar según sus recursos y la evidencia existentes de prevención del suicidio.
Organización	Organización Mundial de la Salud (OMS)
Dirigido a	Tomadores de decisión, diseñadores y ejecutores de políticas públicas.
Enlace	https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/54141/9789275318508_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y



Estrategias de prevención del suicidio: Avances, ejemplos e indicadores

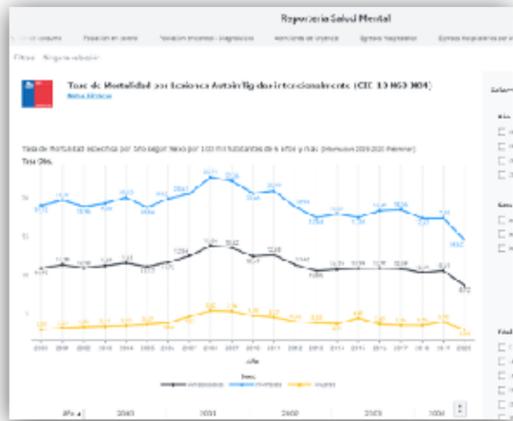
National suicide prevention strategies: Progress, examples and indicators (Material disponible en inglés)

Año	2018
Descripción	Este documento tiene como objetivo ayudar a los países a continuar con el progreso que se está logrando en la prevención del suicidio e inspirar a los gobiernos y los responsables políticos a establecer o revisar estrategias nacionales de prevención del suicidio que se adapten para involucrar a las comunidades locales.
Organización	Organización Mundial de la Salud (OMS)
Dirigido a	Tomadores de decisión, diseñadores y ejecutores de políticas públicas.
Enlace	https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/279765/9789241515016-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vigilancia del suicidio

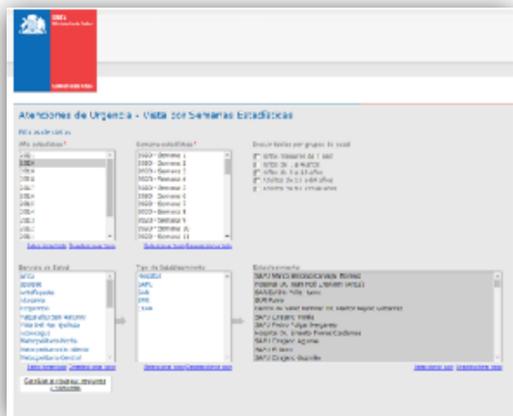
Los gobiernos tienen un papel crucial en el desarrollo y fortalecimiento de la vigilancia tanto del suicidio como de los intentos de suicidio a nivel nacional. La vigilancia de alta calidad para la prevención del suicidio debe percibirse como una necesidad a fin de proporcionar los datos para informar las acciones necesarias.

Una vigilancia rigurosa permite además la toma de decisiones informada, el desarrollo de intervenciones y prácticas basadas en evidencia y políticas públicas acorde al comportamiento del fenómeno del suicidio en la población.



Dashboard Salud Mental

Año	2010 - 2021
Descripción	Reportaría de Salud Mental 2010-2021. Incluye información relevante sobre el estado de la Salud Mental en el País.
Organización	Ministerio de Salud. Departamento de Estadísticas de Salud. (DEIS)
Dirigido a	Equipos a cargo de la gestión y ejecución de las políticas, planes y programas en salud mental, equipos de investigación, organizaciones para la prevención del suicidio.
Enlace	https://informesdeis.minsal.cl/SASVisualAnalytics/?reportUri=%2Freports%2Freports%2Fad0c03ad-ee7a-4da4-bcc7-73d6e12920cf&sectionIndex=0&sso_guest=true&reportViewOnly=true&sas-welcome=false



Registros de Atenciones por Salud Mental en Servicios de Urgencia del Sistema Público de Salud

Año	2021
Descripción	Registros de Atenciones por Salud Mental en Servicios de Urgencia del Sistema Público de Salud. Con énfasis en Lesiones Autoinflingidas intencionalmente (CIE-10 X60-X84).
Organización	Ministerio de Salud. Departamento de Estadísticas de Salud. (DEIS)
Dirigido a	Equipos a cargo de la gestión y ejecución de las políticas, planes y programas en salud mental, equipos de investigación, organizaciones para la prevención del suicidio.
Enlace	https://bit.ly/3E1pBRs



Encuesta Nacional de la Salud 2016–2017

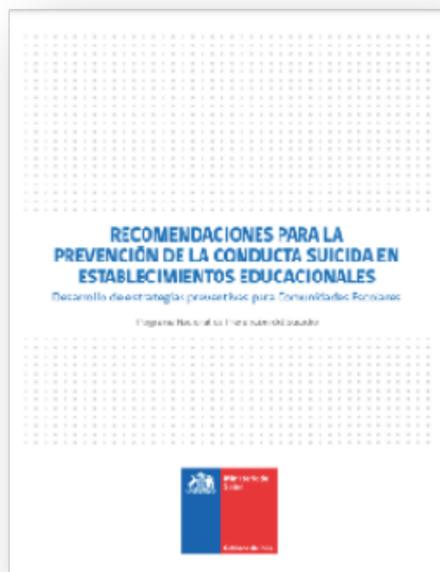
Módulo de Evaluación de Salud Mental

Año	2021
Descripción	Entrega prevalencias de Vida y de 12 meses de los principales trastornos de salud mental en Chile, para población de 18 años y más.
Organización	Ministerio de Salud. Departamento de Estadísticas de Salud. (DEIS)
Dirigido a	Equipos a cargo de la gestión y ejecución de las políticas, planes y programas en salud mental, equipos de investigación, organizaciones para la prevención del suicidio.
Enlace	http://epi.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/01/MinutaTecnica.-2%C2%BA-Resultados-ENS_DEPTO.EPIDEMIOLOGIA.MINSAL.14.01.2019.pdf

Comunidades Educativas

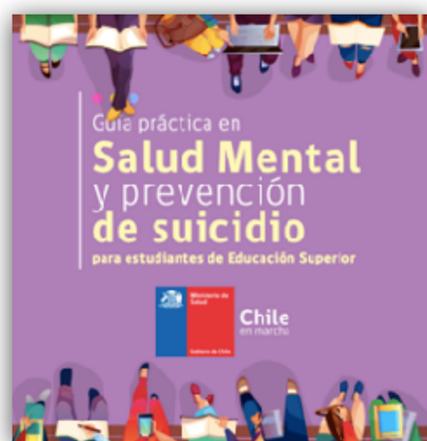
Los establecimientos educacionales son uno de los contextos más importantes durante la niñez y juventud, ya que es ahí donde se llevan a cabo la mayor parte de las interacciones sociales y cotidianas. Así, son un ámbito propicio y estratégico para promover la salud mental, como también para propiciar estrategias para sobrellevar el estrés y prevenir conductas de riesgo para la salud de toda la comunidad, entre las cuales se encuentra la prevención de la conducta suicida.





Recomendaciones para la Prevención de Suicidio en Establecimientos Educativos

Año	2019
Descripción	Guía cuyo objetivo es sensibilizar, educar y entregar herramientas para el despliegue de una estrategia integral de prevención del suicidio en establecimientos educacionales, que incluya la promoción de un clima escolar protector, la prevención de problemas de salud mental, la educación y sensibilización en el tema, detección y protocolos de actuación y postvención, y la coordinación con la red de salud.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Equipos educativos y equipos de salud.
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/03/GUIA-PREVENCIÓN-SUICIDIO-EN-ESTABLECIMIENTOS-EDUCACIONALES-web.pdf



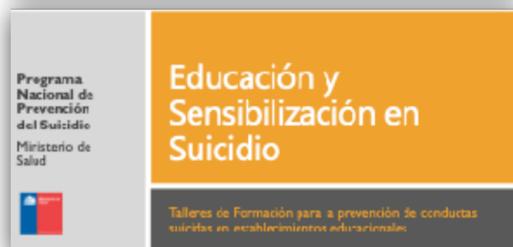
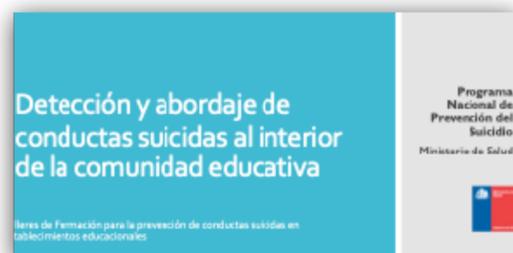
Guía Práctica Salud Mental y Prevención de Suicidio en Educación Superior

Año	2019
Descripción	Guía práctica, cuyo objetivo es educar y sensibilizar sobre la salud mental y prevención de suicidio en estudiantes de educación superior, abordando tres ejes fundamentales: cuándo y dónde buscar ayuda en salud mental; cuáles son los mitos sobre las personas que pueden tener un problema de salud mental y cómo estos limitan la posibilidad de ayudar y dar una mano a las personas que lo sufren; y cuáles son las señales de alerta de que una persona pudiera estar pensando en el suicidio.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Jóvenes y comunidad en general
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/09/2020.09.08_Guía-Práctica-en-Salud-Mental-y-Prevención-de-Suicidio-para-estudiantes-de-educación-superior.pdf



Prevención del Suicidio Información para profesores

Año	2019
Descripción	Cápsula audiovisual de sensibilización y educación para la prevención del suicidio dirigida a equipos educativos.
Organización	Organización Panamericana de la Salud (OPS)
Dirigido a	Equipos educativos.
Enlace	https://youtu.be/GBKMMM72kjU



Talleres de Formación para la Prevención del Suicidio

Año	2019
Descripción	Talleres de formación desarrollados por las Secretarías Ministeriales de Salud a lo largo de Chile, donde se entregan herramientas para la implementación de estrategias preventivas en comunidades educativas. Para acceder a ellos se debe contactar a la SEREMI de Salud correspondiente a cada región.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Equipos educativos.
Enlace	https://www.minsal.cl/secretarias-regionales-ministeriales-de-salud/



Curso de Prevención del Suicidio en comunidades educativas

Año	2021
Descripción	Curso online que entrega herramientas específicas para que docentes puedan implementar en sus comunidades educativas estrategias de prevención del suicidio, en base a las recomendaciones del Ministerio de Salud. El curso es parte de la oferta formativa anual de CPEIP MINEDUC.
Organización	CPEIP MINEDUC, MINSAL
Dirigido a	Docentes.
Enlace	https://desarrollodocenteenlinea.cpeip.cl/



Taller de Formación Básica en Primera Ayuda Psicológica en Comunidades educativas

Año	2021
Descripción	Taller de aprendizaje online, elaborado con el objetivo de adquirir nociones básicas de Primera Ayuda Psicológica (PAP) y su aplicación en las distintas acciones de respuesta frente a la pandemia por COVID-19. Además, se aborda la aplicabilidad de PAP en comunidades educativas.
Organización	MINSAL, MINEDUC
Dirigido a	Equipos educativos.
Enlace	https://convivenciaescolar.mineduc.cl/taller-primera-ayuda-psicologica/



Salud Telemental

Año	2021
Descripción	Cápsulas audiovisuales para promover la educación en salud mental asociada a riesgos emocionales, sociales y familiares y la prevención del suicidio en la comunidad escolar. Las temáticas que aborda son: bullying, autolesiones, alcohol y drogas.
Organización	Ministerio de Ciencia y Centro de Comunicación de la Ciencia de la Universidad Autónoma de Chile
Dirigido a	Comunidades educativas.
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=T4v_EmJz5nl&list=PLw00b0cS6r-TEZaXPncL4WCJD_3hiPIRq&index=1

Formación para equipos de salud

Los equipos de salud se encuentran en una posición única para detectar las señales de alerta de problemas de salud mental o de conductas suicidas. Es por ello que contar con las competencias necesarias para detectar a tiempo y brindar una primera respuesta, así como también, realizar una adecuada evaluación y abordaje oportuno es crucial para recuperar la salud mental y prevenir el suicidio. La formación también permite derribar barreras de acceso a los servicios de salud asociadas a prejuicios y estigma sobre la salud mental, que desalientan el pedido de ayuda por parte de las personas que la necesitan.

Recomendaciones para la Prevención del Suicidio en contexto COVID-19 para Secretarías Regionales Ministeriales de Salud

Año	2020
Descripción	Nota técnica que incluye recomendaciones para la prevención del suicidio en contexto de COVID-19, basadas en la evidencia y consensos internacionales, a ser impulsadas, incentivadas y/o coordinadas por las SEREMIs de Salud.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Secretarías Regionales Ministeriales de Salud
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/09/Recomendaciones_Seremis.pdf

Recomendaciones para la Prevención del Suicidio en contexto COVID-19 dirigidas a encargados de salud mental o prevención de suicidio de Secretarías Regionales Ministeriales de Salud

Existe evidencia de que las muertes por suicidio aumentaron en los EE. UU. durante la pandemia de influenza 1918-1919 y entre las personas mayores en Hong Kong durante la epidemia del síndrome respiratorio agudo severo (SARS) de 2003, así como también luego de crisis económicas tal como la del año 2008. Los efectos sobre la salud mental de la pandemia por Coronavirus podrían ser profundos y es probable que el suicidio se convierta en una preocupación más apremiante a medida que la pandemia se extiende y tiene efectos a largo plazo en la población general, la economía y los grupos vulnerables. Prevenir el suicidio, por lo tanto, necesita una consideración urgente.

Los efectos adversos de la pandemia en personas con enfermedades mentales, y en la salud mental de la población en general, pueden verse exacerbados por el miedo, el autoaislamiento y el distanciamiento físico, así como también por la incertidumbre, falta de información real y sobreexposición a esta. Las personas con enfermedades de salud mental pueden experimentar un empeoramiento de los síntomas y otras pueden desarrollar nuevos problemas de salud mental, especialmente depresión, ansiedad y estrés post-traumático (todos asociados con un mayor riesgo de suicidio). Especial preocupación requieren aquellos con altos niveles de exposición a enfermedades causadas por COVID-19, como los trabajadores de atención de salud de primera línea y aquellos que desarrollan la enfermedad, y a situación de estigma y discriminación en la que se ven involucrados.

La clave para prevenir esta posible alza es una respuesta multisectorial y de amplia alcance que reconozca cómo la pandemia podría aumentar aquellos riesgos asociados al comportamiento suicida, e implemente acciones en base a enfoques efectivos de prevención del suicidio, dirigidos a mejorar la salud mental y reducir el riesgo de suicidio en toda la población y también sobre riesgos de carácter ambiental (medidas de prevención universal), dirigidos a personas con mayor riesgo (selectivas), como también a personas en situación de crisis suicida (medidas de prevención individual), de acuerdo a la figura.

Medidas universales: Estrategia Nacional, Modelo Intersectorial, Capacitación de líderes, Alentamiento social, emocional y espiritual, Acceso a modalidades, Reporte de eventos de suicidología.

Medidas selectivas e individuales: Informados de salud mental, Personalidades y tratamiento por COVID-19, Crisis suicida.

Recomendaciones para la Prevención del Suicidio en contexto COVID-19 para Servicios de Salud

Año	2020
Descripción	Nota técnica desarrollada con el propósito de entregar recomendaciones, basadas en la evidencia y consensos internacionales, para la prevención del suicidio en contexto de pandemia, a ser gestionadas, impulsadas, incentivadas y/o coordinadas por los Servicios de Salud.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Servicios de Salud
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/09/Recomendaciones_SS.pdf

Recomendaciones para la Prevención del Suicidio en contexto COVID-19 dirigida a Servicios de Salud (Gestión)

Existe evidencia de que las muertes por suicidio aumentaron en los EE. UU. durante la pandemia de influenza 1918-1919 y entre las personas mayores en Hong Kong durante la epidemia del síndrome respiratorio agudo severo (SARS) de 2003, así como también luego de crisis económicas tal como la del año 2008. Los efectos sobre la salud mental de la pandemia por Coronavirus podrían ser profundos y es probable que el suicidio se convierta en una preocupación más apremiante a medida que la pandemia se extiende y tiene efectos a largo plazo en la población general, la economía y los grupos vulnerables. Prevenir el suicidio, por lo tanto, necesita una consideración urgente.

Los efectos adversos de la pandemia en personas con enfermedades mentales, y en la salud mental de la población en general, pueden verse exacerbados por el miedo, el autoaislamiento y el distanciamiento físico, así como también por la incertidumbre, falta de información real y sobreexposición a esta. Las personas con enfermedades de salud mental pueden experimentar un empeoramiento de los síntomas y otras pueden desarrollar nuevos problemas de salud mental, especialmente depresión, ansiedad y estrés post-traumático (todos asociados con un mayor riesgo de suicidio). Especial preocupación requieren aquellos con altos niveles de exposición a enfermedades causadas por COVID-19, como los trabajadores de atención de salud de primera línea y aquellos que desarrollan la enfermedad, y a situación de estigma y discriminación en la que se ven involucrados.

La clave para prevenir esta posible alza es una respuesta multisectorial y de amplio alcance que reconozca cómo la pandemia podría aumentar aquellos riesgos asociados al comportamiento suicida, e implemente acciones en base a enfoques efectivos de prevención del suicidio, dirigidos a mejorar la salud mental y reducir el riesgo de suicidio en toda la población y también sobre riesgos de carácter ambiental (medidas de prevención universal), dirigidos a personas con mayor riesgo (selectivas), como también a personas en situación de crisis suicida (medidas de prevención individual), de acuerdo a la figura.

Medidas universales: Estrategia Nacional, Modelo Intersectorial, Capacitación de líderes, Alentamiento social, emocional y espiritual, Acceso a modalidades, Reporte de eventos de suicidología.

Medidas selectivas e individuales: Informados de salud mental, Personalidades y tratamiento por COVID-19, Crisis suicida.



Recomendaciones para la Prevención del Suicidio en contexto COVID-19 para Equipos de Atención de la Red Asistencial

Año	2020
Descripción	Nota técnica con recomendaciones para la implementación de acciones de prevención del suicidio en contexto de pandemia en la atención de la Red de Atención Primaria de salud, y en establecimientos de especialidad de atención
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Equipos de atención de la Red Asistencial
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/09/Recomendaciones_Red.pdf



Curso Virtual Prevención de la autolesión y el suicidio: Empoderamiento de los profesionales de atención primaria de salud.

Año	2021
Descripción	Programa de formación diseñado para capacitar a profesionales de la atención de salud en los elementos más pertinentes del conocimiento, el manejo y la prevención del suicidio.
Organización	Organización Panamericana de la Salud
Dirigido a	Personal de salud médico, no médico (enfermeros/as, psicólogos/as, personal auxiliar, entre otros), estudiantes de medicina, enfermería, salud pública y otras disciplinas relacionadas, gestores de programas de salud pública.
Enlace	https://www.campusvirtualesp.org/es/node/26373

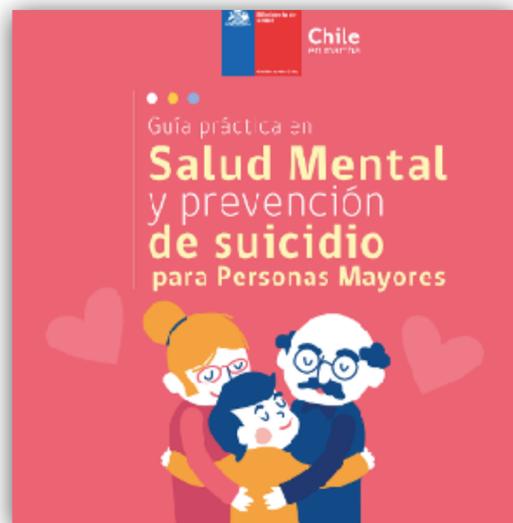


Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias en el nivel de atención de salud no especializada. Versión 2.0

Año	2018
Descripción	Herramienta técnica basada en las directrices del Programa de acción para superar las brechas en salud mental mhGAP de OMS/OPS, que presenta ejemplos del manejo integrado de trastornos de salud mental prioritarios aplicando protocolos para la toma de decisiones clínicas.
Organización	Organización Mundial de la Salud (OMS)
Dirigido a	Trabajadores de salud que prestan atención no especializada en establecimientos de atención de salud de primer y segundo nivel de atención.
Enlace	https://iris.paho.org/handle/10665.2/34071

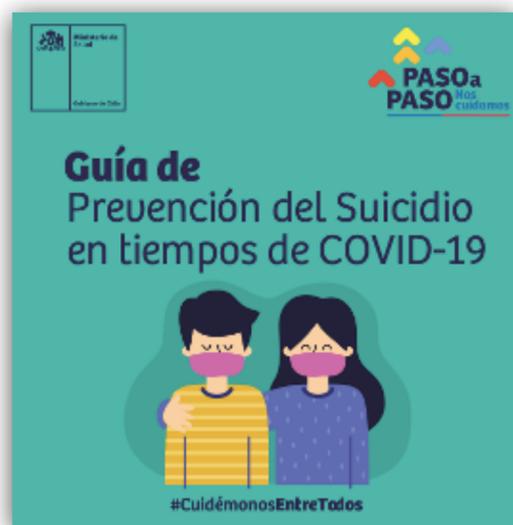
Prevención en la comunidad

Las comunidades tienen un papel protagónico en la prevención del suicidio. Pueden brindar apoyo a las personas en situaciones de vulnerabilidad y consuelo a quienes han perdido a alguien por suicidio. También pueden contribuir en la lucha contra el estigma y conectar a las personas con la ayuda que necesitan. De esta manera, es crucial fortalecer las capacidades organizativas y de autoayuda de la comunidad, y potenciar en la conciencia pública la noción de que el suicidio es prevenible.



Guía práctica de Salud Mental y Prevención de Suicidio en Personas Mayores

Año	2019
Descripción	Guía educativa, cuyo objetivo es sensibilizar e informar sobre la salud mental y prevención de suicidio en personas mayores, abordando temáticas como cuándo y dónde buscar ayuda; cómo ayudar a otros; factores de riesgo y señales de alerta de riesgo de suicidio en personas mayores.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Público general.
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/10/2019.10.08_Gu%C3%ADa-Pr%C3%A1ctica-Salud-Mental-y-prevenci%C3%B3n-de-suicidio-en-Personas-Mayores_versi%C3%B3n-digital.pdf



Guía de Prevención de Suicidio en tiempos de COVID-19

Año	2020
Descripción	Guía educativa que entrega herramientas para la identificación de factores de riesgo y señales de alerta para el comportamiento suicida, cómo prestar ayuda y grupos de especial preocupación en contexto de COVID-19.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Público general.
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/09/20200910_Gu%C3%ADaPrevSuicidioCOVID-19.pdf

Guía de apoyo a sobrevivientes de pérdida por suicidio de un ser querido: Vivir después de la muerte

Año	2021
Descripción	Guía educativa para acompañar el proceso tras la muerte de un ser querido por suicidio. Entrega información y orientaciones para personas que han sufrido una pérdida, como también para quienes se encuentren en posición de acompañar a alguien en su duelo. También puede ser utilizada como material de referencia para equipos de salud y psicosociales que trabajan en la temática.
Organización	Ministerio de Salud y Red de Equipos para la Prevención del Suicidio, REPS
Dirigido a	Personas en duelo por suicidio y sus cercanos. Equipos de salud y psicosociales.
Enlace	https://s3.amazonaws.com/gobcl-prod/public_files/Campa%C3%B1as/Saludable-Mente/2021.01.15_VIVIR_DESPUES_DE_LA_MUERTE.pdf



Ciclo de charlas sobreviviendo a la pérdida de un ser querido a causa del suicidio

Año	2021
Descripción	Cuatro charlas desarrolladas por el Ministerio de Salud y la Red de Equipos para la Prevención del Suicidio, REPS, con el objetivo de informar a la comunidad sobre cómo acompañar procesos de duelo tras la muerte de un ser querido por suicidio. Los temas a tratar también son de gran utilidad para equipos de salud e intersectoriales vinculados a esta temática.
Organización	Ministerio de Salud y Red de Equipos para la Prevención del Suicidio, REPS
Dirigido a	Personas en duelo por suicidio y sus cercanos. Equipos de salud y psicosociales.
Enlace	https://youtube.com/playlist?list=PLJORHkv_gUTCZz_yxwu_v69pyPjMnZ6jr





Cuida tu ánimo

Año	2021
Descripción	Aplicación móvil que promueve el acceso a herramientas para la prevención e intervención oportuna de la depresión y el riesgo suicida en jóvenes en el actual contexto sanitario. La App fue desarrollada a partir de investigaciones de académicos de la Universidad de Chile, además de universidades de Colombia, Alemania y Reino Unido.
Organización	Ministerio de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación e Imhay
Dirigido a	Población joven.
Enlace	http://imhay.org/cuidatuanimo/



Cápsulas educativas Núcleo Milenio Imhay

Año	2021
Descripción	Videos educativos con herramientas a la comunidad. Contienen información sobre prevención del Suicidio, cómo podemos ayudar a alguien que está en una crisis de salud mental y elaborar un plan de seguridad en caso de crisis suicida.
Organización	Ministerio de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación e Imhay
Dirigido a	Población joven.
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=5zxQJG1khlc https://www.youtube.com/watch?v=_CSTx4Nr_ps https://www.youtube.com/watch?v=-Cm9sTYmGK8

Hablemos de todo

Hablemos de todo

Año	2021
Descripción	Plataforma impulsada con el objetivo de informar sobre autocuidado y bienestar a las y los jóvenes a través de la entrega de información libre de estigmatización sobre temáticas asociadas a las conductas de autocuidado, iniciativas públicas disponibles, marcos normativos vigentes y derechos.
Organización	INJUV
Dirigido a	Población joven.
Enlace	https://hablemosdetodo.injuv.gob.cl/

Prevención del suicidio Un conjunto de herramientas para la participación comunitaria

Preventing suicide A community engagement toolkit. (Material disponible en inglés)

Año	2018
Descripción	Es una guía paso a paso para las personas que deseen iniciar actividades de prevención del suicidio en su comunidad. Describe un proceso participativo de abajo hacia arriba mediante el cual las comunidades pueden trabajar juntos para identificar, priorizar e implementar actividades que son importantes y apropiadas para ellos.
Organización	Organización Mundial de la Salud (OMS)
Dirigido a	Líderes comunitarios, trabajadores de la salud, parlamentarios, educadores, trabajadores sociales, policías y bomberos y líderes empresariales.
Enlace	https://www.who.int/publications/i/item/suicide-prevention-toolkit-for-engaging-communities

Preventing suicide
A community engagement toolkit





Incentivando comunidades para prevenir el suicidio

Engaging Communities in Preventing Suicide (Material disponible en inglés)

Año	2020
Descripción	Primer curso de aprendizaje virtual sobre la participación de las comunidades en la prevención del suicidio. Consta de seis módulos que cubren una guía paso a paso sobre el proceso de desarrollo, implementación y evaluación de un plan de acción para la prevención del suicidio dirigido desde dentro de la comunidad.
Organización	Organización Mundial de la Salud (OMS)
Dirigido a	Personas interesadas en desarrollar actividades para prevenir el suicidio en su comunidad local.
Enlace	https://www.campusvirtualesp.org/en/course/virtual-course-engaging-communities-preventing-suicide-2020

Cobertura mediática responsable

Informar sobre el suicidio de manera responsable puede cambiar las percepciones erróneas de la población y corregir mitos, favoreciendo que personas en situación de vulnerabilidad o en riesgo de suicidio pidan ayuda. El reporte inadecuado sobre suicidios en los medios de comunicación puede producir efectos negativos en la audiencia y aumentar la probabilidad del suicidio de personas en situación de riesgo. Existen pautas y recomendaciones desarrolladas para que medios de comunicación en diferentes formatos y plataformas puedan tratar la temática del suicidio de forma segura y responsable.



Los Medios de Comunicación pueden ayudar a prevenir el suicidio

Año	2019
Descripción	Guía de bolsillo sobre la responsabilidad de los medios de comunicación en el reporte acerca del suicidio, incluyendo sugerencias y datos prácticos sobre qué hacer y no hacer al informar sobre el suicidio.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Editores y periodistas que trabajan en medios impresos, radiales, televisivos o en línea.
Enlace	https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/09/4.-Los-Medios-de-Comunicación-pueden-ayudar-a-prevenir-el-suicidio.pdf



Prevención del suicidio: Un recurso para los profesionales de los medios de comunicación

Año	2017
Descripción	Entrega datos en relación con las repercusiones de las notas periodísticas sobre suicidios, aportando sugerencias acerca de la mejor manera de asegurarse para suministrar información exacta, responsable y apropiada. Es aplicable a los medios tanto tradicionales como digitales.
Organización	Organización Panamericana de la Salud (OPS)
Dirigido a	Editores y periodistas que trabajan en medios impresos, radiales, televisivos o en línea.
Enlace	https://iris.paho.org/handle/10665.2/49121



Prevenición del suicidio: Un recurso para cineastas y personas que trabajan en el teatro, el cine y la televisión

Año	2019
Descripción	Recurso desarrollado para ayudar a realizadores, cineastas y personas que participan en el desarrollo y producción en televisión, cine y teatro, y que incluyan contenidos relacionados con el suicidio y las conductas autolesivas, con el fin de maximizar el impacto positivo de su trabajo y reducir el riesgo de posibles efectos nocivos, en particular entre las personas en situación de vulnerabilidad o con trastornos de salud mental.
Organización	Organización Panamericana de la Salud (OPS)
Dirigido a	Realizadores, cineastas y equipos de producción de televisión, cine y teatro.
Enlace	https://apps.who.int/iris/handle/10665/329959

Líneas de ayuda en crisis

Cada vez cobra más relevancia el uso de los canales de atención de comunicación remota para la orientación, apoyo y atención en salud mental, ya sea a través de contacto telefónico, videollamada o chats. Las medidas de distanciamiento físico, cuarentena y aislamiento por COVID-19 han intensificado su uso y, al mismo tiempo, demostrado su gran utilidad y apoyo en diferentes temáticas y grupos específicos, convirtiéndose en una real herramienta de ayuda. Nuestro país cuenta con una red de ayuda en situación de crisis, con el propósito de brindar asistencia remota a personas en riesgo de suicidio.



Salud Responde

Descripción	Plataforma multicanal que, a través de su línea telefónica, disponible las 24 horas del día, informa, orienta, apoya y educa a sus usuarios sobre diversos temas relacionados con salud. En salud mental, brindan orientación y contención, además de atención en crisis a aquellas personas con riesgo suicida o a sus familiares. Al mismo tiempo, coordinan con la red asistencial su atención y, en algunos casos de mayor riesgo, su rescate.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Público general.
Contacto	Vía telefónica llamando al 600 360 7777 - OPCION 1 para línea salud mental.



Línea Salud Mental Hospital Digital

Descripción	Apoyo y orientación psicológica gratuita a través de videollamada.
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Público general.
Contacto	Agendando hora a través de formulario SaludableMente en https://www.hospitaldigital.gob.cl/



Orientación en violencia contra mujeres

Descripción	Contención emocional, orientación y derivación para la atención y protección frente a situaciones de violencia contra la mujer en contexto de pareja.
Organización	Ministerio de Salud Servicio Nacional de la Mujer y Equidad de Género
Dirigido a	Mujeres que estén sufriendo alguna situación de violencia de género.
Contacto	Llamando o por chat al 1455 de www.sernameg.gob.cl o vía Whatsapp Mujer al +569 9700 7000.



Hablemos de todo

Descripción	Canal de atención digital atendido por psicólogas y psicólogos que entrega asistencia, contención psicosocial, orientaciones y derivación, si es necesario.
Organización	Instituto Nacional de la Juventud
Dirigido a	Jóvenes de 15 a 29 años.
Contacto	https://hablemosdetodo.injuv.gob.cl/chat-hablemos-de-todo/ De lunes a viernes de 11:00 a 20:00 horas, excepto feriados y festivos.



Fono Drogas y Alcohol

Descripción	Entrega orientación a personas afectadas por el consumo de alcohol y otras drogas.
Organización	Servicio Nacional para la Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas y Alcohol
Dirigido a	Personas que se ven afectadas por el consumo de alcohol y otras drogas; ya sea personalmente o por sus familiares, amigos o cercanos.
Contacto	Llamando al 1412, atención las 24 horas.



Fono Infancia

Descripción	Apoyo psicológico para la crianza.
Organización	Fundación Integra
Dirigido a	Padres, madres o cuidadores de niños, niñas y/o adolescentes.
Contacto	Llamando al 800 200 818



Fono Mayor

Descripción	Entrega contención y apoyo emocional a las personas mayores durante la emergencia sanitaria.
Organización	Servicio Nacional del Adulto Mayor
Dirigido a	Personas mayores y/o sus cuidadores ciudadanía en general.
Contacto	Llamando al 800 400 035



Línea libre

Descripción	Canal de apoyo dirigido específicamente para entregar orientación psicológica a niños, niñas y adolescentes.
Organización	Fundación Para la Confianza
Dirigido a	Niñas, niños y adolescentes.
Contacto	Llamando al 1515, descargando la App "Linea Libre" o en la web www.linealibre.cl



Fundación Míranos

Descripción	Canal de apoyo para la prevención del suicidio en personas mayores y sus cuidadores.
Organización	Fundación Míranos
Dirigido a	Personas mayores y sus cuidadores.
Contacto	Solicitando ayuda a través de contacto@fundacionmiranos.org



Todo Mejora

Descripción	Contención y orientación emocional a niñez, jóvenes y comunidad LGBTIQ+.
Organización	Fundación Todo Mejora
Dirigido a	Niñez y jóvenes hasta 29 años que sufren discriminación y bullying por su orientación sexual, identidad y expresión de género.
Contacto	El horario es de lunes a viernes de 13 a 14 horas y de 18 a 00 horas. Los domingos de 13 a 14 horas y de 19 a 23 horas. Vía contacto web www.todomejora.org , App Todo Mejora, Facebook Messenger de Todo Mejora



Teleconferencia Herramientas para el Abordaje del Riesgo Suicida a Través de Canales Remotos

Año	2020
Organización	Ministerio de Salud
Dirigido a	Teleconferencia donde se entregan herramientas para el abordaje del riesgo suicida en contextos de atenciones remotas, con foco en detección de riesgo y primera respuesta.
Enlace	https://www.youtube.com/watch?v=dMHbHD38jfs&t=4111s



3.

EQUIPO DE TRABAJO

EQUIPO DE TRABAJO

Jefa División de Prevención y Control de Enfermedades

Dra. Sylvia Santander Rigollet

Jefa Departamento Salud Mental

Dra. Cynthia Zavala Gaete

Grupo Redactor

María Paz Araya Álvarez

Belén Vargas Gallegos

Viviana Hernández Llewellyn

Programa Nacional Prevención del Suicidio

Departamento de Salud Mental División de Prevención y Control de Enfermedades

Subsecretaría de Salud Pública

Ministerio de Salud





4.

REFERENCIAS

1. WHO. Suicide worldwide in 2019: global health estimates. Geneva: World Health Organization; 2021.
2. Institute for Health Metrics and Evaluation IHME, Global Burden of Disease, 2021
3. Ministerio de Salud. Departamento de Estadísticas e Información en Salud. Tablero de Salud Mental; 2021.
4. WHO. Live life: an implementation guide for suicide prevention in countries. Geneva: World Health Organization; 2021.
5. World Health Organization. Suicide worldwide in 2019: global health estimates. Geneva: World Health Organization; 2021.
6. Prevención del suicidio: un recurso para los profesionales de los medios de comunicación. Actualización del 2017. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2018.
7. Anderson, R. N., Rosenberg, H. M. Age standardization of death rates; implementation of the year 2000 standard. National vital statistics reports; vol 47 no. 3. Hyattsville, Maryland: National Center for Health Statistics; 1998.
8. Departamento de Epidemiología, Ministerio de Salud; 2018.
9. Oquendo, M. A., Bongiovi-Garcia, M. E., Galfalvy, H., Goldberg, P. H., Grunebaum, M. F., Burke, A. K., Mann, J. J. Sex differences in clinical predictors of suicidal acts after major depression: a prospective study. *The American journal of psychiatry*, 164(1), 134-141. doi:10.1176/ajp.2007.164.1.134; 2007.
10. Freeman, A., Mergl, R., Kohls, E., Székely, A., Gusmao, R., Arensman, E., ... Rummel-Kluge, C. A cross-national study on gender differences in suicide intent. *BMC psychiatry*, 17(1), 234. doi:10.1186/s12888-017-1398-8; 2017.
11. National suicide prevention strategies: progress, examples and indicators. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.