

SEÑALES DE ALARMA DEL SUICIDIO

Gema Porro Guerra
Marta Elena Boada Gaite



1. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el suicidio como "el acto deliberado de quitarse la vida". Se caracteriza por la autolesión intencionada con el propósito de terminar con la propia vida. Constituye una de las principales causas de muerte a nivel mundial y puede verse condicionado por diversos factores psicológicos, sociales, biológicos, culturales y ambientales. Reconocer las señales de alarma es fundamental para su prevención e intervención temprana.

3. METODOLOGÍA

Este trabajo presenta una revisión bibliográfica de las señales de alarma del suicidio. Se ha utilizado una metodología realizando distintas búsquedas bibliográficas en informes de organizaciones relevantes como la OMS, NIMH, AFSP, Mayo Clinic y NNNConsult para abordar este importante problema de salud pública.

5. CONCLUSIONES

Identificar las señales de alarma del suicidio es importante para la intervención temprana. Son indicios que pueden predecir intentos suicidas. La revisión bibliográfica muestra que los cambios emocionales, conductuales, situacionales, sociales y físicos son indicadores clave de riesgo. Es fundamental que profesionales de la salud, familiares y el resto del entorno estén capacitados para reconocer estas señales y actúen de manera apropiada. Su prevención protege la salud mental de estas personas y ayuda a evitar este trauma colectivo, además del impacto que tiene en la sociedad.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Suicidio [Internet]. Who.int. [citado el 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/suicide>
- Suicide prevention [Internet]. National Institute of Mental Health (NIMH). [citado el 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/suicide-prevention>
- Risk factors, protective factors, and warning signs [Internet]. American Foundation for Suicide Prevention. [citado el 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://afsp.org/risk-factors-protective-factors-and-warning-signs/>
- Suicide and suicidal thoughts [Internet]. Mayo Clinic. 2022 [citado el 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/suicide/symptoms-causes/syc-20378048>
- NNNConsult [Internet]. Nnnconsult.com. [citado el 6 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.nnnconsult.com/nanda/289>



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL

Valladolid,
14/06/2024

Unidad de hospitalización
breve de psiquiatría del
CAUPA (Palencia)



2. OBJETIVOS

- Identificar las señales de alarma del suicidio a través de una revisión bibliográfica.
- Describir las señales de alarma del suicidio para poder actuar preventivamente.
- Describir los comportamientos y síntomas emocionales que anticipan al suicidio.



4. DESARROLLO

Los signos de alarma del suicidio incluyen aspectos:

01 Emocionales

- Sentimientos de culpa intensa
- Soledad
- Tristeza profunda
- Ansiedad
- Cambios repentinos en el estado de ánimo
- Pensamientos suicidas

DESESPERANZA → predictor importante de conducta suicida

03 Situacionales/Entorno

- Disponibilidad de armas
- Falta de independencia
- Falta de autonomía individual

04 Sociales

- Disfunción familiar
- Falta de apoyo social
- Adolescentes
- Hombres
- Personas en desventaja económica
- Crisis situacionales
- Personas solitarias
- Búsqueda frecuente de cuidados por síntomas vagos
- Institucionalizados
- Trastornos mentales
- Enfermedades terminales.

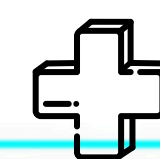
02 Conductuales

- Utilización inapropiada de sustancias
- Almacenamiento de medicamentos
- Falta de interacción social
- Comportamientos que ponen en peligro la vida
- Falta de interés
- Incapacidad para manejar el dolor prolongado
- Planificación de formas de suicidio.

SOLEDAD + PÉRDIDA DE ACTIVIDADES HABITUALMENTE PLACENTERAS → personas en situación de vulnerabilidad

MANIFESTACIONES DIRECTAS O INDIRECTAS SOBRE:

desear la muerte



carecer de razones para existir

indicios importantes

05 Físicos

- Alteraciones en los patrones de sueño y de alimentación
- Falta de interés en la apariencia personal
- Manifestaciones psicósomáticas (ej: cefaleas o malestares estomacales inexplicables)