

SEMINARIO WEB

# Prevención del suicidio en tiempos de COVID-19

Viernes, 3 de julio de 2020  
11.00 am - 12.00 p.m. EDT

**OPS**



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
WHO Regional Office for the Americas



MINISTERIO PÚBLICO  
PROCURADURÍA GENERAL DE LA NACIÓN

Cuadro 1. NÚMERO DE MUERTES POR SUICIDIO REGISTRADOS A NIVEL NACIONAL SEGÚN MES, DEL PERÍODO DE LA PANDEMIA EN PANAMÁ, DEL 13 DE MARZO AL 18 DE MAYO DE 2020 (p)

MES	CANTIDAD	PORCENTAJE
<b>TOTAL...</b>	<b><u>32</u></b>	<b><u>100%</u></b>
MARZO	5	16%
ABRIL	10	31%
MAYO	17	53%

(p) Hace referencia a cifras preliminares.

Los datos mostrados en el cuadro pueden variar en el tiempo según el método y forma de investigación utilizada por los Fiscales de la Institución.

Fuente: Centro de Estadísticas, Ministerio Público de Panamá/ Unidades de Homicidios Ministerio Público.

# Afectaciones por Covid-19

- **Estrés** económico
- Distanciamiento **social**
- **Barreras** para la salud
- **Enfermedades** físicas
- Aumento de **ansiedad**



# Prevención en la sociedad en general

- **Mantener** contacto social
- Campañas **educativas**
  - Salud mental
  - Prevención de suicidios
- **Tele** terapias
- Programas de **prevención** basados en la distancia
  - Contactos breves
  - Mensajes
  - Contactos de seguimiento
- Reportes en **medios de comunicación**



# Prevención a nivel de profesionales

- Entrenamientos
- **Evaluar y monitorear** a todos los pacientes
- Desarrollar planes de **seguridad**
- Adaptaciones para la **tele terapia**
- **Educar** a los pacientes y sus familiares
- Ser voluntario que **crea consciencia**



# Pautas básicas para iniciar el contacto con paciente en posible riesgo de suicidio

- **Ubicación** de la persona (dirección, número de apartamento)
- Contacto de **emergencia**
- **Privacidad** del paciente
- Mantenerse al teléfono con el paciente mientras organiza el rescate de emergencia



# Adaptaciones para realizar una evaluación integral del riesgo de suicidio

- **Evaluación** más amplia del riesgo de suicidio.
- Pregunte directamente sobre **la ideación** y **el comportamiento** suicida recientes
- Evalúe el **impacto emocional** de la pandemia en el riesgo de suicidio.

# Adaptaciones para realizar una evaluación integral del riesgo de suicidio

- Identificar los **factores de protección** que se pueden enfatizar:
  - **razones para vivir** (familia, esperanza para el futuro, niños)
  - disuasivos (miedo a las lesiones, creencias religiosas).
  - Preste atención a los factores protectores que pueden haber disminuido recientemente.
- Pregunte sobre el **aumento** al acceso a medios letales (particularmente a las reservas de Tylenol o medicamentos)



# Adaptaciones para el manejo clínico de pacientes con riesgo de suicidio

- Identificar formas de **aumentar la seguridad** antes de enviar al paciente al cuarto de urgencias
- Desarrolle un **plan de seguridad**
- **Aumente** las sesiones de terapia (incluso llamadas breves) hasta que el riesgo disminuya
- Proporcione información de la **línea de crisis**

# Pasos para desarrollar un plan de seguridad

- Paso 1: Identifique las **señales de peligro**
- Paso 2: Identifique las **habilidades de afrontamiento** interno que pueden distraer de los pensamientos suicidas y reducir las crisis, teniendo en cuenta el acceso limitado a los recursos



# Pasos para desarrollar un plan de seguridad

- Paso 3: Identifique los **contactos sociales** que pueden ayudar a distraerse de una crisis suicida.
- Concéntrese en actividades virtuales



# Pasos para desarrollar un plan de seguridad

- Paso 4: **Identificar apoyos sociales** que puedan ayudar a manejar una crisis suicida.
- Paso 5: Identifique los **contactos profesionales** de emergencia que están disponibles actualmente
- Proporcionar la línea de vida nacional de prevención del suicidio
- Paso 6: Planifique para **reducir el acceso a medios letales**

