

X CONGRESO INTERNACIONAL SALUD LABORAL Y PREVENCIÓN DE RIESGOS

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN EL ÁMBITO SANITARIO



SALUD MENTAL,
CRISIS CLIMÁTICA,
METAVERSO

NUEVA REALIDAD,
NUEVOS RETOS
Y DESAFÍOS EN PREVENCIÓN

Uriarte Vega, Leticia;

Boza Buenaño Lisset; Ortiz Hernando Raquel; Martins Muñoz Gabriela, González De Abreu Juan;
Núñez López Concepción.

Hospital Universitario La Paz
Madrid

Introducción

El suicidio es el acto de matarse de un modo consciente y es el resultado de un terrible sufrimiento interno.

El suicidio es un problema relevante de salud pública en Europa con una tasa de **prevalencia media de 11,8 por 100.000 habitantes** (Eurostat, 2020).

En el año **2020**, se han quitado la vida un total de **3.941 personas** en nuestro país.

En **2022**, la cifra asciende a **4.030**.



REPORTAJES / SUICIDIO

El pediatra Nacho pidió cambiar de turno en el hospital de Granada antes de tirarse: las incógnitas

Su entorno lo describe como "muy trabajador" y "estudioso". Se había trasladado hacía poco a la ciudad andaluza con su mujer e hijos.

14 marzo, 2023 - 18:54

EL SUICIDIO LABORAL

EL SUICIDIO LABORAL



¿Cuáles son las **profesiones con mayores tasas de suicidio**?
Hay 3 que se encuentran que destacan por número de fallecidos



1

Policía Nacional

Un total de **34 agentes** decidieron poner fin a su vida en 2021. **17 pertenecían al Cuerpo Nacional de Policía** y las otras **17** formaban parte de la **Guardia Civil**.

2

Guardia Civil

3

Médicos

1,3 % de estos profesionales sanitarios optaron por esta vía Tras los 3 primeros meses de **pandemia** en 2020, el **3,5 %** pensaron en suicidarse.



Objetivos:

Incidir en la **importancia de la prevención del suicidio** en el ámbito sanitario.

Colocar este problema en el foco de la salud pública y formar a los médicos del trabajo para el manejo de estos casos.

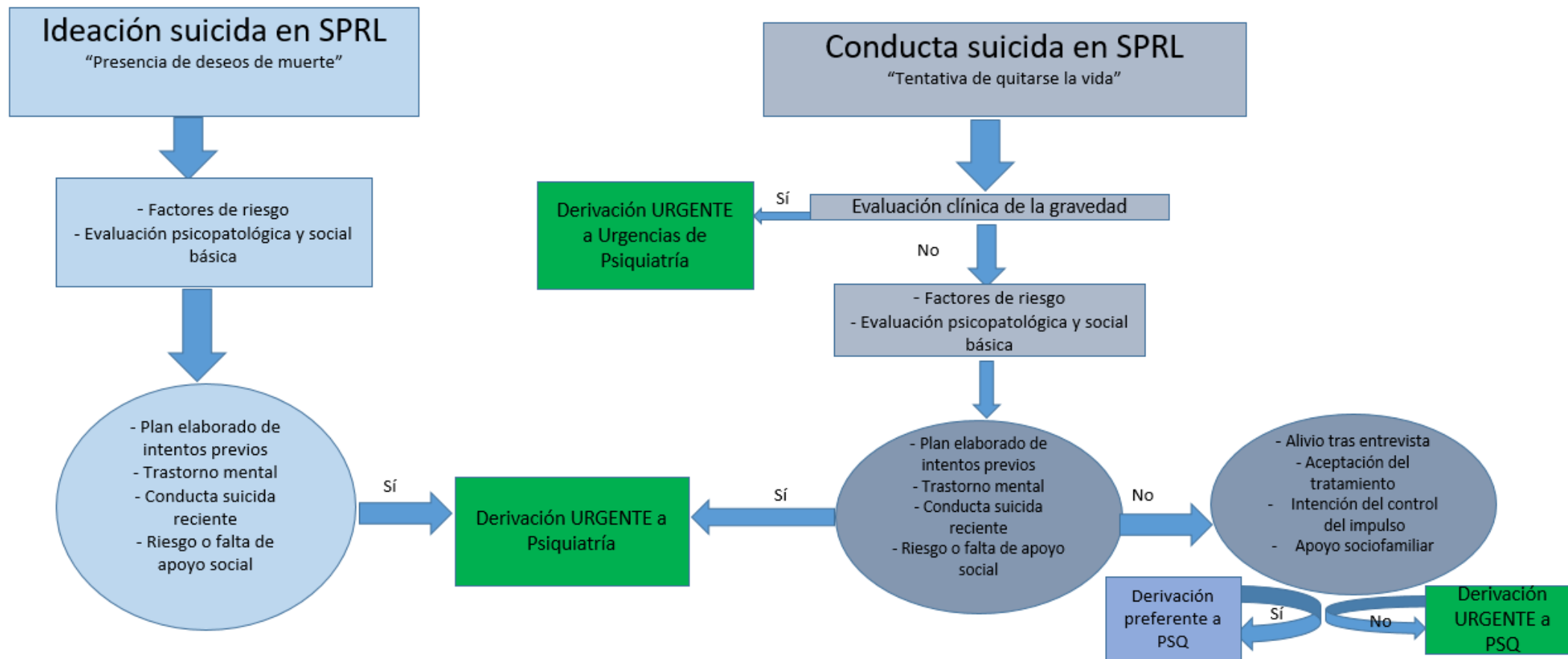
El suicidio puede considerarse accidente laboral.



Los 10 mandamientos de la prevención en caso de crisis inminente:

1. Estar presente en la escena una sola persona para tratar de salvaguardar la privacidad.
2. Averiguar la motivación.
3. Tratar de hablar de forma tranquila y pausada.
4. Mantener contacto visual y/o verbal. Proceder a la contención física sólo si el intento de suicidio resultase incontrolable o pudiese resultar de una situación de riesgo o violenta para otros.
5. Escucha activa.
6. Aceptar los sentimientos de la persona con ideación autolítica.
7. Respetar los silencios.
8. Transmitir que estás dispuesta a ayudar e involucrar a otras personas significativas para superar la situación
9. Informar de los recursos disponibles: 024
- 10. Acompañar al centro sanitario más cercano y facilitar valoración por parte del equipo de salud mental (Figura 1).**

Figura 1. Algoritmo de manejo de la conducta suicida por SPRL HULP



Herramientas de detección del riesgo suicida

ESCALA DE DESESPERANZA DE BECK

A.T. Beck, A. Weissman, D. Lester, L. Trexler. The measurement of pessimism: The hopelessness scale. J Consult Clin Psychol 1974; 42:861-865

Evalúa: Expectativas de la persona sobre su futuro

Nº de ítems: 20

Administración: Auto aplicada

Espero el futuro con esperanza y entusiasmo	V	F
Puedo darme por vencido, renunciar, ya que no puedo hacer mejor las cosas por mi mismo	V	F
Cuando las cosas van mal me alivia saber que las cosas no pueden permanecer tiempo así	V	F
No puedo imaginar como será mi vida dentro de 10 años	V	F
Tengo bastante tiempo para llevar a cabo las cosas que quisiera poder hacer	V	F
En el futuro espero poder conseguir los que me pueda interesar	V	F
Mi futuro me parece oscuro	V	F
Espero más cosas buenas de la vida que lo que la gente suele conseguir por término medio	V	F
No logro hacer que las cosas cambien y no existen razones para creer que pueda en el futuro	V	F
Mis pasadas experiencias me han preparado bien para mi futuro	V	F
Todo lo que puedo ver hacia adelante es más desagradable que agradable	V	F
No espero conseguir lo que realmente deseo	V	F
Cuando miro hacia el futuro espero que seré más feliz de lo que soy ahora	V	F
Las cosas no marchan como yo quisiera	V	F
Tengo una gran confianza en el futuro	V	F
Nunca consigo lo que deseo por lo que es absurdo desear cualquier cosa	V	F
Es muy improbable que pueda lograr una satisfacción real en el futuro	V	F
El futuro me parece vago e incierto	V	F
Espero más bien épocas buenas que malas	V	F
No merece la pena que intente conseguir algo que desee, porque probablemente no lo lograré	V	F



Herramientas de detección del riesgo suicida

Escala de Riesgo Suicida de Plutchik (Risk of Suicide, RS)

Nombre completo:

N° HCL

Fecha de aplicación:

Instrucciones: Las siguientes preguntas tratan sobre cosas que usted ha sentido o hecho. Por favor, conteste cada pregunta simplemente con un sí o no.

1. ¿Toma de forma habitual algún medicamento como aspirinas o pastillas para dormir?	SI	NO
2. ¿Tiene dificultades para conciliar el sueño?	SI	NO
3. ¿A veces nota que podría perder el control sobre sí mismo/a?	SI	NO
4. ¿Tiene poco interés en relacionarse con la gente?	SI	NO
5. ¿Ve su futuro con más pesimismo que optimismo?	SI	NO
6. ¿Se ha sentido alguna vez inútil o inservible?	SI	NO
7. ¿Ve su futuro sin ninguna esperanza?	SI	NO
8. ¿Se ha sentido alguna vez tan fracasado/a que sólo quería meterse en la cama y abandonarlo todo?	SI	NO
9. ¿Está deprimido/a ahora?	SI	NO
10. ¿Está usted separado/a, divorciado/a o viudo/a?	SI	NO
11. ¿Sabe si alguien de su familia ha intentado suicidarse alguna vez?	SI	NO
12. ¿Alguna vez se ha sentido tan enfadado/a que habría sido capaz de matar a alguien?	SI	NO
13. ¿Ha pensado alguna vez en suicidarse?	SI	NO
14. ¿Le ha comentado a alguien, en alguna ocasión, que quería suicidarse?	SI	NO
15. ¿Ha intentado alguna vez quitarse la vida?	SI	NO
Puntuación total		

PUNTUACIÓN

Cada respuesta afirmativa evalúa 1 punto. Cada respuesta negativa evalúa 0 puntos. La puntuación total oscila entre 0 y 15

INTERPRETACIÓN

A mayor puntuación, mayor riesgo. Los autores de la validación en español identifican como punto de corte una puntuación igual o mayor a 6.



Estrategias claves de prevención de la conducta suicida en el ámbito laboral

1. Proporcionar y mantener un ámbito laboral seguro y saludable

2. Ampliar la oferta de apoyo psicológico

3. Educar y formar a directivos y personal

4. Restringir el acceso a medios letales

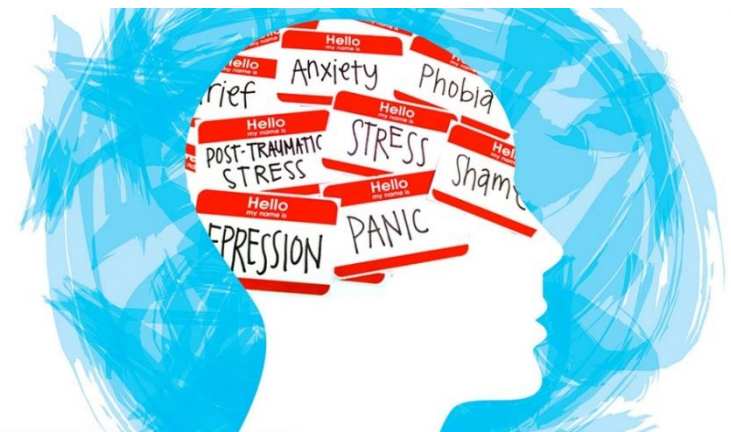


1. Proporcionar y mantener un ámbito laboral seguro y saludable

Promover la Salud Mental y desestigmatizar los problemas de salud mental → actividades de sensibilización y programas psicoeducativos (mejorar la resiliencia, gestión del tiempo, estrés...)

Prevención y reducción la intimidación y el acoso.

Prevención y reducción del estrés laboral, y aumento de la resiliencia de los empleados.



2. Ampliar la oferta de apoyo psicológico

Sistemas de cribado de empleados → detección lo más precoz posible de problemas de salud mental en los trabajadores y su derivación tan pronto como sea posible.

Desarrollo de programas de atención específicos como el programa de atención telefónica y gestión de cuidados para los trabajadores con depresión que mostró eficacia tanto en la disminución de los síntomas como en la mejora de la productividad de los trabajadores (Wang et. al, 2007).

Derivación para el tratamiento y seguimiento.

Apoyo a la reintegración en el lugar de trabajo.



3. Educar y formar a directivos y personal

- Muchos programas de formación sobre prevención de suicidio en el entorno laboral han demostrado:
 - Aumento del conocimiento sobre la conducta de suicidio
 - Mejora de las actitudes de comunicación y relación con las personas en riesgo de suicidio
 - Facilitan la realización de intervenciones más eficaces que tienen incluso un impacto significativo en las tasas de suicidio.



4. Restringir el acceso a medios letales

En empleos con fácil acceso a medicamentos, armas de fuego, objetos cortantes o pesticidas es importante garantizar el almacenamiento seguro de estos medios.

Además, es importante que en todos los lugares de trabajo estén aseguradas las posibles zonas de salto o caída.

Y, si es posible, las ventanas deben tener candados.



Conclusiones



El **médico del trabajo** juega un **papel fundamental** en la detección, prevención y manejo del suicidio junto con el médico de familia y la red de salud mental.

Es importante conocer los recursos disponibles incluyendo la vigilancia de salud obligatoria cuando hay riesgo para el trabajador y/o terceros según lo contemplado en el **artículo 22 de la Ley de PRL.**

X CONGRESO INTERNACIONAL SALUD LABORAL Y PREVENCIÓN DE RIESGOS



GRACIAS

SALUD MENTAL,
CRISIS CLIMÁTICA,
METAVERSO

NUEVA REALIDAD,
NUEVOS RETOS
Y DESAFÍOS EN PREVENCIÓN

Bibliografía

- Artículo 22 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales
- Prevención del suicidio, revisión del modelo OMS y reflexión sobre su desarrollo en España. Informe SESPAS 2020. Gabilondo A. Gac Sanit 2020; 34 (S1): 27-33
- Clark, S. E., & Goldney, R. D. (2000). The impact of suicide on relatives and friends. In K. Hawton & K. van Heeringen (Eds.), International handbook of suicide and attempted suicide (pp. 467–484). Chichester, UK: Wiley & Sons.
- World Health Organization. Preventing suicide: a global imperative. Geneva: WHO: 2014. 92 p.
- Hawton, K., Agerbo, E., Simkin, S., Platt, B., & Mellanby, R. J. (2011). Risk of suicide in medical and related occupational groups: A national study based on Danish case population-based registers. Journal of Affective Disorders, 134(1-3), 320-326. doi: DOI 10.1016/j.jad.2011.05.044
- Nock, M.K., Borges, G., Bromet, E.J., Alonso, J., Angermeyer, M., Beautrais, A., Bruffaerts, R., Chiu, W.T., de Girolamo, G., Gluzman, S., de Graaf, R., Gureje, O., Haro, J.M., Huang, Y., Karam, E., Kessler, R.C., Lepine, J.P., Levinson, D., Medina-Mora, M.E., Ono, Y., Posada-Villa, J., Williams, D., et al. (2008). Cross-national prevalence and risk factors for suicidal ideation, plans and attempts. British Journal of Psychiatry, 192 (2), 98-105.
- Wang, P. S., Simon, G. E., Avorn, J., Azocar, F., Ludman, E. J., McCulloch, J., Kessler, R. C. (2007). Telephone screening, outreach, and care management for depressed workers and impact on clinical and work productivity outcomes - A randomized controlled trial. Jama-Journal of the American Medical Association, 298(12), 1401-1411. doi: DOI 10.1001/jama.298.12.1401
- <https://vigilantesdelavida.com/>