

5. RECURSOS E INICIATIVAS DE PREVENCIÓN DISPONIBLES

A lo largo de los últimos años en la CAE se han venido desarrollado diferentes iniciativas y acciones para la prevención y abordaje de la conducta suicida, la investigación o la postvención. Dichas actuaciones se han realizado fundamentalmente desde el ámbito sanitario, pero también desde otros entornos como el educativo, el de servicios sociales, o los servicios de emergencias y primera intervención. También existen numerosos recursos e iniciativas que todavía no incluyen la prevención del suicidio de forma explícita entre sus objetivos, pero en los que podría ser viable y eficaz su incorporación. En este apartado se recogen ambos tipos de iniciativas.

5.1. INTERVENCIONES MULTICOMPONENTE

En el año 2013 la Red de Salud Mental de Gipuzkoa (RSMG) inició la aplicación en este territorio del Modelo desarrollado por la Alianza Europea Contra la Depresión (EAAD). En dicho contexto se han venido desarrollando las siguientes actividades:

- Campañas de sensibilización e información sobre el suicidio para población general en varias regiones sanitarias (OSIs) del territorio histórico, incluyendo la difusión de carteles y trípticos informativos o la difusión de información a través los medios de comunicación locales.
- Formación de agentes sociales (o gatekeepers) en identificación y primer abordaje del riesgo de suicidio para profesionales no sanitarios, incluyendo las y los trabajadores sociales, farmacéuticos o farmacéuticas, educadores o educadoras, sacerdotes, policías, etc. Hasta la fecha más de 400 profesionales han recibido formación.
- Charlas-coloquio de sensibilización e información sobre el papel de los medios en la prevención de suicidio. Con profesionales de los medios y estudiantes universitarios o universitarias de comunicación. Se han realizado sesiones anuales en la Universidad de Deusto desde 2014 y en la UPV/EHU en 2018. Han participado más de 200 personas.
- Prevención de conducta suicida en pacientes con riesgo de suicidio atendidos y atendidas en hospitales comarcales, incluyendo acciones para mejorar la coordinación con los centros de salud mental, los sistemas de información y la adherencia a los tratamientos. Se han incluido más de 150 casos de tentativa de suicidio.

37

5.2. INVESTIGACIÓN

Se han realizado numerosos proyectos de investigación para mejorar el conocimiento sobre la epidemiología de la conducta suicida en la CAE o la eficacia de algunas medidas de prevención puestas en marcha, aunque no todos los trabajos han sido publicados. Algunos ejemplos incluyen:

- 1996. Estudio multicéntrico sobre las conductas parasuicidas en Europa promovido por la OMS. El Hospital Universitario Donostia participó en el estudio, cuyo objetivo era mejorar el conocimiento sobre la epidemiología de las tentativas de suicidio⁶⁶.
- 1997. La Encuesta de Salud de la Comunidad Autónoma Vasca (ESCAV) incluye la evaluación de las ideas de suicidio en la población encuestada. Dicha variable se recoge también en las encuestas de 2002, 2007 y 2013.
- 1998. Estudio Suicidios en Bizkaia: Factores de riesgo, analizó el perfil de riesgo de los suicidios en Bizkaia, como base para el diseño futuro de un plan de prevención de suicidio.

- 2006. Estudio de los factores de riesgo de la conducta suicida en pacientes hospitalizados. Análisis de la atención sanitaria. Analizó el perfil clínico y sociodemográfico en una muestra de pacientes con diagnóstico de trastornos del humor ingresado en el Hospital Santiago Apóstol entre 1990-2000⁵⁹.
- 2014-2018. Proyecto UNIVERSAL: Universidad y Salud Mental. Iniciativa internacional en el que participan 5 universidades españolas, entre ellas la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU) y la Red de Salud Mental de Gipuzkoa. El proyecto pretende identificar los factores asociados a la salud mental y el riesgo de suicidio en las y los estudiantes universitarios⁶¹.
- 2014. Proyecto de investigación El suicidio en la CAE realiza un análisis de los suicidios e intentos de suicidio ocurridos en 2013 en la CAE a partir de los datos recogidos por la Ertzaintza.
- 2014. Estudio de Prevención conducta suicida con técnicas de telemedicina (fase 1). Analiza la eficacia de un programa de prevención de reintentos de suicidio a través de un programa de seguimiento telefónico protocolizado. Participan la Red de Salud Mental de Gipuzkoa, el Hospital Universitario Araba y el Hospital Universitario de Galdakao.
- 2015. Mapa de suicidios en Gipuzkoa (fase 1). Analiza los suicidios consumados en Gipuzkoa entre 2004 y 2014, incluyendo su distribución geográfica y temporal, así como los perfiles sociodemográficos y de uso de métodos. Participan el Instituto Vasco de Medicina Legal (IVML) de Gipuzkoa y la Red de Salud Mental de Gipuzkoa.
- 2016. El Estudio Suicidio y desempleo: Barakaldo 2003-14, analiza la evolución de los suicidios en el municipio de Barakaldo, así como las variables clínicas y/o sociodemográficas asociadas a un mayor riesgo de muerte por suicidio⁶⁷.
- 2016. El Estudio descriptivo de pacientes atendidos en un hospital general tras tentativa suicida en Gipuzkoa (2016) analiza el perfil clínico y sociodemográfico de las y los 190 pacientes atendidos por una tentativa de suicidio en el Hospital Universitario Donostia entre octubre de 2013 y octubre de 2014⁶⁴.
- 2017. Proyecto Prevención del suicidio y de la inflamación mediante telemedicina (fase 2). Analiza la eficacia de un programa de seguimiento telefónico protocolizado de duración ampliada y evalúa su impacto en parámetros inflamatorios. Participan el Hospital Universitario Araba, el Hospital Universitario de Galdakao y la Red de Salud Mental de Gipuzkoa.
- 2018. Proyecto SU2: metodología y localización de los suicidios en Bizkaia. Proyecto de investigación de la Red de Salud Mental de Bizkaia junto con el Instituto Vasco de Medicina Legal, para describir los factores y perfiles de riesgo, identificando puntos habituales de suicidio en Bizkaia e introducir la herramienta de la autopsia psicológica.
- 2018. Proyecto Mapa de suicidios en Gipuzkoa (fase 2). Amplía los objetivos de la fase 1 incorporando el análisis de los perfiles clínicos y de uso sanitario, así como la información de los suicidios en 2015.
- 2018. Registro de Suicidios en Gipuzkoa. Se inicia el registro sistemático de las variables de especial interés epidemiológico en los casos de suicidio atendidos por el Instituto Vasco de Medicina Legal, como colaboración con la Red de Salud Mental de Gipuzkoa.
- Ensayo clínico aleatorizado multicéntrico internacional sobre el uso de esketamina intranasal en pacientes con depresión y riesgo inminente de suicidio, en el que participa el Hospital Universitario de Basurto.

Además, se han identificado numerosas iniciativas adicionales como:

- Los artículos de investigación desarrollados desde el Hospital Universitario Araba sobre suicidio en trastorno bipolar, depresión y psicosis, revisión sistemática de terapias psicológicas para psicosis, estudio unicéntrico con llamadas telefónicas de seguimiento a todas y todos los pacientes con intento de suicidio o proyectos bottom up para la prevención del suicidio.
- Las investigaciones de tipo social que se han elaborado desde la Asociación Vasca de Suicidología-Aidatu.

5.3. INFORMACIÓN Y CONCIENCIACIÓN SOBRE LA CONDUCTA SUICIDA

- La web Osasun Eskola, principal herramienta divulgativa online sobre salud de Osakidetza, incorpora desde 2014 un apartado específico sobre suicidio y su prevención.
- Profesionales de Osakidetza han realizado charlas informativas y de sensibilización para la ciudadanía sobre la depresión y el suicidio, con la colaboración, entre otros, del Colegio de Médicos de Gipuzkoa o la iniciativa divulgativa Diálogos de ética, humanismo y ciencia.
- La Ertzaintza ha participado en la difusión de información el suicidio y su prevención desde los medios de comunicación y ha colaborado en jornadas, conferencias y cursos sobre la prevención del suicidio.
- Desde diferentes organizaciones y, especialmente, asociaciones civiles como la Asociación de Supervivientes (Biziraun) o Aidatu se han realizado cursos, jornadas y talleres de formación, aparición en medios de comunicación y divulgación en redes sociales de contenidos relacionados con la conducta suicida en la CAE.

39

5.4. RESTRICCIÓN DEL ACCESO A MEDIOS LETALES

- La Ertzaintza cuenta con un procedimiento de retirada provisional del arma en caso de identificarse un trastorno de conducta, que persigue, entre otros objetivos, la disminución del riesgo de suicidio.
- El estudio Mapa de Suicidios de Gipuzkoa ha permitido conocer el perfil de uso de métodos de suicidio en este territorio histórico, así como un número de sus hotspots o puntos calientes.

5.5. EMERGENCIAS Y PRIMERA INTERVENCIÓN

- La Academia Vasca de Policía y Emergencias (AVPE) imparte formación en actuación ante conductas suicidas dirigida a los diferentes colectivos que integran el Sistema de Seguridad Pública de la CAE (Ertzaintza, Policías Locales, Alguaciles, Servicio de Prevención, Extinción de Incendios y Salvamento...). La formación está incluida en los cursos de ingreso y como parte del programa de formación continua.
- Las y los operadores de radio y telefonía (Ardatz-CMC) de la Ertzaintza disponen de un listado de teléfonos y páginas web sobre recursos de ayuda para facilitar a víctimas y/o familiares tanto en atención telefónica como en actuaciones de emergencia (en vía pública o domicilios).
- Desde 2014, profesionales del servicio de atención telefónica de Osakidetza Consejo Sanitario han recibido formación específica y participan en el seguimiento telefónico protocolizado de pacientes con historia de tentativa reciente de suicidio. La iniciativa se enmarca en el contexto de proyectos de investigación.

- Desde 2016, la Ertzaintza dispone de un equipo de profesionales expertos y expertas en negociación ante situaciones de crisis, que incluye la negociación en situaciones de emergencia por intento de suicidio.
- El Gobierno Vasco dispone de varios teléfonos de ayuda y orientación a la ciudadanía ante situaciones relacionadas con la violencia y/o maltrato. Por ejemplo, el Teléfono de Ayuda a la Infancia y Adolescencia (Zeuk Esan) o el Servicio de Atención Telefónica a las Mujeres Víctimas de la Violencia (SATEVI), etc.
- En Gipuzkoa, los bomberos han iniciado una colaboración con el Colegio Oficial de Psicología para trabajar la actuación en emergencias.

5.6. ÁMBITO EDUCATIVO

- Para la prevención de las situaciones de acoso y la intervención con el alumnado (tanto con quienes lo sufren como con quienes acosan), el Departamento de Educación ha desarrollado la iniciativa Bizikasi.
- Se ha elaborado un marco general de colaboración entre niveles asistenciales y educativos del que se ha definido un único procedimiento de coordinación sanitaria-educativa con dos ámbitos de aplicación: psicopedagógico y clínico (para menores y mayores de 6 años).
- En la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU)/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU) existe un servicio de atención psicológica (SAP) que atiende al alumnado, al profesorado y al personal de administración y servicios, orientado sobre todo a mejorar su bienestar psicológico.
- Como parte del proyecto EAAD, la Red de Salud Mental de Gipuzkoa realiza una colaboración con el servicio de apoyo Berritzegune para ofrecer formación en identificación y primer abordaje del riesgo de suicidio a profesionales del Departamento de Educación.

40

5.7. SISTEMA DE SERVICIOS SOCIALES

- El Departamento de Empleo y Políticas Sociales dispone de la plataforma telemática betiON, que da cobertura sociosanitaria en domicilio a personas mayores, en situación de dependencia, discapacidad o trastorno mental grave. Dicho servicio ha incorporado un protocolo para la identificación del riesgo de suicidio y su primer abordaje como uno de los riesgos sobre los que la teleasistencia puede actuar.
- A nivel comunitario existen protocolos de coordinación sociosanitaria entre los servicios sociales municipales y los centros de atención primaria de Osakidetza para atender de manera conjunta a las diversas necesidades de las personas. A través de estos protocolos y en aquellos casos en los que se considera necesario se incluye a la Red de Salud Mental. Las situaciones de emergencia se resuelven a través del 112.
- Desde las Diputaciones Forales se establecen interconsultas y/o derivaciones a Salud Mental a través del Programa de Atención Psiquiátrica en Residencias.
- Desde el Ayuntamiento de Donostia-San Sebastián se ha hecho formación a profesionales de los servicios sociales en prevención de conducta suicida.
- Como parte del proyecto EAAD, la Red de Salud Mental de Gipuzkoa realiza una colaboración con la Diputación de Gipuzkoa para ofrecer formación en identificación y primer abordaje del riesgo de suicidio a profesionales de la red de acogimiento residencial para menores de edad en desprotección.

5.8. ÁMBITO LABORAL

- En el ámbito laboral, la Ertzaintza ofrece asistencia psicológica a todas y todos los agentes que lo requieran y servicio de ayuda psicológica (debriefing) en caso de vivir experiencias traumáticas durante el servicio.
- La Diputación Foral de Álava ha elaborado e implantado un sistema integral de gestión de riesgos laborales que incluye la evaluación de riesgos psicosociales en los centros.
- Desde 2016, Osakidetza realiza la evaluación de riesgos psicosociales en todas sus organizaciones.
- Como parte del proyecto EAAD, la Red de Salud Mental de Gipuzkoa realizó una colaboración con el grupo empresarial Gureak, grupo sin ánimo de lucro que trabaja con personas con discapacidad, para ofrecer formación en identificación y primer abordaje del riesgo de suicidio a sus profesionales.

5.9. ÁMBITO SANITARIO

- Desde los servicios sanitarios, fundamentalmente desde Salud Mental y Emergencias de Osakidetza, se han desarrollado diversas iniciativas asistenciales en forma de guías de actuación, protocolos o programas piloto. Se incluyen algunos ejemplos:
 - La Red de Salud Mental de Gipuzkoa, siguiendo el modelo internacional Zero Suicide, ha desarrollado un plan de cuidados para el paciente con riesgo de suicidio, en el que se definen todas las fases de la atención al y a la paciente (identificación, evaluación y abordaje del riesgo). El plan se está aplicando en fase piloto y se ha elaborado en base a la evidencia disponible y al consenso entre profesionales.
 - El Hospital Universitario de Galdakao cuenta con un protocolo de seguridad del y de la paciente para reducir efectos adversos considerados evitables (entre ellos el suicidio) que incluye: prevención del suicidio en la y el paciente ingresado, prevención del suicidio postalta, medicación adecuada, comorbilidad/diagnóstico dual, revisión postincidente. En Osabide Global se han incorporado alertas para señalar el potencial riesgo suicida o de autoagresión de pacientes hospitalizados y hospitalizadas (estableciéndose tres niveles de cuidados de enfermería). También se han elaborado y consensado criterios de actuación entre unidades de hospitalización y centros de salud mental.
 - En el Hospital Universitario de Basurto existe un protocolo de triaje en el servicio de Urgencias y un protocolo de riesgo de suicidio en pacientes hospitalizados y hospitalizadas que se aplica en todas y todos aquellos pacientes con riesgo agudo de suicidio que son hospitalizados en la unidad psiquiátrica de corta estancia de este hospital.
 - El Hospital Universitario de Cruces, en colaboración con la OSI Ezkerraldea-Enkarterri-Cruces y la OSI Barakaldo-Sestao, junto con la Red Salud Mental de Bizkaia, pusieron en marcha un plan piloto para el registro de todas las intervenciones en el servicio de urgencias (gesto autolítico e ideación autolítica), donde, a criterio del o de la psiquiatra de guardia, se ingresaba un o una paciente con riesgo suicida o era remitido o remitida al CSM donde se le ofrecía atención en las primeras 48 horas. El registro se planificó con el servicio de documentación clínica del Hospital Universitario de Cruces y se dotó de un código específico a tal efecto en la historia de urgencias.

- Como parte del proyecto EAAD, la Red de Salud Mental de Gipuzkoa ha puesto en marcha un protocolo de prevención de conducta suicida en pacientes atendidos en tres hospitales comarcales. Incluye sesiones de formación de médicos y médicas generales de urgencias, un registro de tentativas compartido a nivel hospitalario y ambulatorio, unos tiempos máximos para la visita ambulatoria y un seguimiento telefónico protocolizado de las y los pacientes.
- En Atención Primaria se han desarrollado protocolos de coordinación con Salud Mental en materia de atención a pacientes con los trastornos más prevalentes (ansiedad, depresión, abuso de alcohol).
- Desde el punto de vista de la formación y actualización de conocimientos para profesionales de la salud, se han identificado diversas iniciativas:
 - Desde Osakidetza se han realizado varios cursos de formación para profesionales de Atención Primaria, de Salud Mental y de Emergencias para la prevención y abordaje de la conducta suicida.
 - En el Hospital Universitario de Galdakao se han llevado a cabo sesiones clínicas para profesionales, tanto en el servicio de psiquiatría como con otros servicios, para favorecer la detección y la prevención del riesgo suicida de pacientes atendidos o atendidas.
 - El Hospital Universitario de Basurto tiene un programa de formación específico en Terapia Dialéctica Conductual en colaboración con la Universidad de Deusto y está asociado a la Unidad Docente de la Facultad de Medicina de la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU). También realiza jornadas periódicas de actualización sobre tratamientos de la depresión refractaria.

42

5.10. POSTVENCIÓN

- La asociación Biziraun participa y promueve la ayuda y soporte a supervivientes por suicidio, para lo la cual se ha creado un grupo de ayuda mutua.
- Desde la Dirección de Atención de Emergencias y Meteorología (DAEM), se puede, en casos de suicidio, movilizar a personal voluntario desde los servicios sociales de la Cruz Roja a los domicilios para acompañar a las personas allegadas o familiares.
- Dentro del plan de cuidados para el o la paciente con riesgo de suicidio desarrollado en la Red de Salud Mental de Gipuzkoa se incluye un protocolo de postvención, con el objetivo de mejorar la atención a los familiares y compañeros o compañeras de los pacientes que realizan un suicidio.

5.11. COLECTIVOS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD

- Desde la Federación de Euskadi de Asociaciones de Familiares y Personas con problemas de Salud Mental (FEDEAFES) se viene desarrollando el Proyecto Ateak Zabaldu de intervención en personas con enfermedad mental en prisión. En la incorporación al programa se explora el riesgo suicida.
- El Hospital Universitario de Galdakao ha llevado a cabo acciones de formación sobre la conducta suicida entre profesionales de AVIFES (Asociación Vizcaína de familiares y personas con enfermedad mental).
- Como parte del proyecto EAAD, la Red de Salud Mental de Gipuzkoa realiza una colaboración con la Diputación de Gipuzkoa para ofrecer formación en identificación y primer abordaje del riesgo de suicidio a profesionales de la red de acogimiento

residencial para menores de edad en desprotección.

- En el Ayuntamiento de Bilbao existe un programa de psiquiatría de calle.
- El programa Prevención desde la Comunicación de la Ertzaintza incluye charlas y conferencias en el ámbito escolar acerca de, entre otros temas, el bullying-ciberbullying. También incluye charlas en residencias para tratar temas relacionados con la vulnerabilidad específica de las personas ancianas. La Ertzaintza cuenta así mismo con un programa específico de atención al medio rural.
- Los centros penitenciarios disponen de un Programa Marco de prevención de suicidios, que se pone en marcha en el momento del ingreso o en cualquier momento que se detecte un riesgo. Por otro lado, el traspaso a Osakidetza de la asistencia sanitaria a los centros penitenciarios de la CAE ha propiciado la integración progresiva de profesionales del servicio vasco de salud al PAIEM (Programa de Atención Integral al Enfermo Mental) y al Programa de detección y prevención de la conducta suicida, puestos ambos en marcha por la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias.
- En el Hospital Universitario de Basurto existen programas específicos en población psiquiátrica de alto riesgo, en trastornos de personalidad en población infantojuvenil o en trastornos de alimentación.

