



# Estrategias preventivas frente al suicidio en adolescentes y adultos jóvenes: Revisión bibliográfica

Araceli Plaza Andrés, Liliana Guita Gherghisan



## Introducción

El suicidio es un problema de salud pública que se presenta a edades cada vez más tempranas. En España, se mantuvo como la primera causa de muerte externa con más de 4.000 fallecidos en el 2022, por lo que es importante el desarrollo de programas preventivos y de promoción en diferentes contextos<sup>1</sup>.

**Objetivo:** Identificar las estrategias de promoción de la salud mental y de prevención frente a conductas suicidas en adolescentes y adultos jóvenes.

PubMed, Scopus y CUIDEN

## Metodología



Revisión Bibliográfica agosto 2024

Artículos originales de acceso a texto completo y libre, en inglés o español, publicados en los últimos 5 años

AND AND AND

Prevención, Suicidio, Adolescente, Enfermería

4 manuscritos seleccionados y analizados



## Resultados

Referencia	Objetivo	Estrategias preventivas	Intervenciones
Bahamón et al. <sup>2</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollar y potenciar habilidades personales y competencias emocionales mediante el Programa CIPRES en un entorno educativo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de sensibilización para favorecer factores protectores ante el suicidio pudiendo complementarse con otras intervenciones</li> <li>Estrategias de entrenamiento en psicoeducación para modelar la manera de actuar particular en donde existe también sensibilización e información sobre el suicidio. Potencia el contar con un repertorio de comportamientos de prevención de suicidio que puedan usar frente a situaciones de riesgo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Abordaje de la proyección subjetiva</li> <li>Ejercicios de control emocional</li> <li>Actividades para potenciar la interacción social para comunicarse, pedir ayuda y ayudar</li> <li>Trabajo para aumentar las autoafirmaciones positivas</li> <li>Ejercicios de relajación</li> </ul>
Amaral et al. <sup>3</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Implementar y evaluar un programa de intervención de síntomas depresivos e ideación suicida en un entorno educativo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de intervención terapéutica que implica la intervención clínica con personas en riesgo de suicidio que demandan la participación de personal especializado en salud mental</li> <li>Estrategias de entrenamiento en psicoeducación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sesiones grupales</li> <li>Al comienzo de cada sesión se crea un ambiente relajado mediante charlas en círculo, juegos con música y otros juegos o dinámicas</li> <li>Abordaje de los factores relevantes de riesgo frente al suicidio y la depresión</li> </ul>
Nagamitsu et al. <sup>4</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Probar la eficacia de dos intervenciones de promoción de la salud frente a la mejora del estado global en un entorno sanitario en colaboración con el educativo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de entrenamiento en psicoeducación</li> <li>Estrategias de información donde se ofrecen conocimientos relacionados con la promoción de la salud y prevención del suicidio</li> <li>Estrategias de desarrollo donde el participante cumple el logro de su entrenamiento y puede entrenar a otros pares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrevista estructurada y asesoramiento frente a los riesgos detectados</li> <li>Abordaje de las preocupaciones o factores estresantes</li> <li>Orientación a los padres o tutores</li> <li>Facilitar folletos educativos</li> <li>Aplicación móvil basado en la terapia cognitivo-conductual</li> </ul>
Grosselli et al. <sup>5</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejorar la búsqueda de ayuda, reducir el estigma hacia los compañeros suicidas y disminuir los factores de riesgo frente al suicidio mediante el Programa educativo universal de prevención del suicidio HEYLife en un entorno educativo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estrategias de sensibilización</li> <li>Estrategias de información</li> <li>Estrategias de entrenamiento para capacitar en la identificación y abordaje a estudiantes suicidas para poder derivarlos a los servicios especializados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sesiones informativas sobre prevención del suicidio</li> <li>Facilitar folletos con información sobre el estrés y la salud mental</li> <li>Trabajo individual y grupal con ejercicios de debate sobre los factores estresantes y mecanismos de afrontamiento tras lectura de serie de casos</li> </ul>



## Conclusiones

En la evidencia, se pueden encontrar distintas propuestas de intervención que pueden ser consideradas por los profesionales que trabajan la salud mental junto con la comunidad educativa para la prevención efectiva de la conducta suicida entre la población joven.

Se requiere de la coordinación entre el ámbito educativo y el sector salud para que los jóvenes, especialmente los que presentan riesgo de suicidio, reciban intervenciones con respaldo científico, para que puedan desarrollar capacidades para lograr que tal conducta no se instaure como una estrategia de afrontamiento.

## Referencias

- Ministerio de Sanidad. Informe mensual mayo 2024. Línea024. Disponible en: [https://www.sanidad.gob.es/linea024/docs/Informe\\_mayo\\_2024.pdf](https://www.sanidad.gob.es/linea024/docs/Informe_mayo_2024.pdf)
- Bahamón M, Alarcón-Vásquez Y, Trejos-Herrera A, Vinaccia S, Cabezas A, Sepúlveda J. Efectos del programa CIPRES sobre el riesgo de suicidio en adolescentes. Rev Psicopatol Psicol Clin. 2019;24:83-91. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/0aa8/64b6c59d38d97fba4f46529505d9d393a8b.pdf>
- Amaral AP, Sampaio JU, Ney FR, Santos MT, Fernandes F, Milanês LR. Depresión e ideación suicida en la adolescencia: implementación y evaluación de un programa de intervención. Enferm. Glob 2020;19(59): 1-35. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v19n59/1695-6141-eg-19-59-1.pdf>
- Nagamitsu S, Kanie A, Sakashita K, Sakuta R, Okada A, Matsuura K, Ito M, Katayanagi A, Katayama T, Otani R, Kitajima T, Matsubara N, Inoue T, Tanaka C, Fujii C, Shigeyasu Y, Ishii R, Sakai S, Matsuoka M, Kakuma T, Yamashita Y, Horikoshi M. Adolescent Health Promotion Interventions Using Well-Care Visits and a Smartphone Cognitive Behavioral Therapy App: Randomized Controlled Trial. JMIR Mhealth Uhealth. 2022 May 23;10(5):e34154. doi: 10.2196/34154. PMID: 35604760; PMCID: PMC9171600. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9171600/?report=printable>
- Grosselli L, Knappe S, Baumgärtel J, Lewitzka U, Hoyer J. Addressing help-seeking, stigma and risk factors for suicidality in secondary schools: short-term and mid-term effects of the HEYLife suicide prevention program in a randomized controlled trial. BMC Public Health. 2024 Jan 8;24(1):113. doi: 10.1186/s12889-023-17557-9. PMID: 38191336; PMCID: PMC10773084. Disponible en: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10773084/pdf/12889\\_2023\\_Article\\_17557.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10773084/pdf/12889_2023_Article_17557.pdf)



IMÁGENES Y FUENTES etiquetadas para su reutilización disponibles en: flaticon.es, dafont.com y google.com