

ANTE UNA SEÑAL DE RIESGO, ACÉRQUESE, PREGUNTE Y ACTIVE LA AYUDA

Actúe con calma, respeto y coordinación.

1. Observe y acérquese

Busque un lugar privado y seguro. Expresé su preocupación a partir de lo que ha observado o escuchado.

2. Pregunte directamente

Pregunte con claridad a la persona si ha pensado en hacerse daño o quitarse la vida. Escuche sin juzgar, regañar ni apresurarse a dar consejos.

3. Proteja de inmediato

Si existe intención, plan, acceso a medios o un intento reciente, no deje sola a la persona. Reduzca el acceso a medios peligrosos mediante adultos responsables.

4. Solicite ayuda y active la ruta

Coordine con la autoridad del centro, la familia o un adulto protector, Supervisión Educativa, DIDEDUC y PROESVI. Ante riesgo inminente o intento, solicite servicios de emergencia y atención de salud.

5. Refiera y dé seguimiento

Facilite la atención especializada, proteja la privacidad, documente según los procedimientos y acompañe.

Nunca debe...

- Minimizar, desafiar, culpabilizar o tratar la situación como manipulación.
- Prometer confidencialidad absoluta o guardar en secreto un riesgo para la vida.
- Dejar sola a una persona en riesgo o asumir la situación sin apoyo institucional.
- Difundir detalles, rumores, imágenes o mensajes que expongan a la persona.

ANTE UN INTENTO DE SUICIDIO, LA PRIORIDAD ES PROTEGER LA VIDA

Considérelo siempre una emergencia. Solicite atención médica inmediata y cumpla la ruta institucional. Programa de Salud Escolar: **teléfono 1528**

NINGUNA PERSONA DEBE ENFRENTAR EN SOLEDAD EL DOLOR QUE LE HACE PENSAR QUE LA VIDA NO TIENE FUTURO

Esta miniguía orienta la consulta; no sustituye la lectura ni la aplicación de la guía oficial ni la atención especializada.

Documento completo:



MINIGUÍA



Ministerio de Educación

PREGUNTAR, ESCUCHAR Y ACTUAR A TIEMPO SALVA VIDAS

Guía para la prevención y abordaje de la conducta suicida en el Sistema Educativo Nacional

PREVENGA · IDENTIFIQUE · PROTEJA · ACOMPAÑE

Esta guía fortalece las capacidades de la comunidad educativa para promover el bienestar emocional, hablar del suicidio de manera preventiva y segura, reconocer señales de alerta, brindar acompañamiento inicial, activar medidas de protección y referencia, responder ante un intento y acompañar a la comunidad después de una muerte por suicidio.

Es aplicable en los centros educativos públicos, privados, por cooperativa y municipales, en todos los niveles y modalidades de los subsistemas escolar y extraescolar del Sistema Educativo Nacional.

Utilícela para...

- Desarrollar acciones educativas de prevención y búsqueda de ayuda.
- Reconocer cambios emocionales, conductuales y comunicaciones de alerta.
- Conversar de forma directa, segura, respetuosa y sin juicios.
- Proteger y referir a una persona en riesgo.
- Actuar ante un intento de suicidio como una emergencia.
- Organizar la posvención después de una muerte por suicidio.

PREGUNTAR DIRECTAMENTE NO PROVOCA EL SUICIDIO

Hablar de manera clara, responsable y sensible puede reducir el aislamiento y abrir una oportunidad para recibir ayuda.

TODA EXPRESIÓN DE DESEO DE MORIR DEBE TOMARSE EN SERIO

No minimice, no juzgue y no espere a que suceda algo grave. Acérquese, escuche y active los apoyos correspondientes.

¿EN QUÉ PUEDE AYUDARME?

Preguntas que la guía le ayuda a resolver.

1. ¿Cómo prevenir sin alarmar ni estigmatizar?

Adapte los mensajes a la edad, fortalezca habilidades para la vida y enseñe que pedir ayuda es una forma de cuidarse.

2. ¿Qué señales requieren que me acerque?

Reconozca expresiones de desesperanza, aislamiento, cambios importantes, autolesiones, despedidas, ideas, planes o intentos previos.

3. ¿Cómo pregunto si una persona está pensando en suicidarse?

Con calma y de forma directa: "¿Has pensado en quitarte la vida?". Escuche más de lo que habla y evite mostrar alarma o juicio.

4. ¿Qué debo hacer si existe riesgo o un intento?

No deje sola a la persona. Proteja, solicite atención de salud o emergencia y active la coordinación institucional: Programa de Salud Escolar, **teléfono 1528**.

5. ¿Cómo actuar después de una muerte por suicidio?

Consulte las orientaciones para realizar actividades de posvención para comunicar con seguridad, acompañar el duelo e identificar a quienes necesitan atención prioritaria.

Consulte la guía cuando cuando...

- Planifique actividades de bienestar emocional y prevención del suicidio.
- Observe señales de sufrimiento o reciba una comunicación preocupante.
- Una persona hable de morir, se autolesione o exprese ideas suicidas.
- Exista un plan, acceso a medios, un intento o riesgo para la vida.
- La comunidad educativa enfrente una muerte por suicidio.

UNA SEÑAL NO ES UN DIAGNÓSTICO, PERO SÍ UNA OPORTUNIDAD PARA ACTUAR

El personal educativo no debe evaluar clínicamente el riesgo. Debe reconocer la preocupación, preguntar, proteger y facilitar el acceso oportuno a ayuda especializada.

ENCUENTRE LO QUE NECESITA

Consulte la guía desde la necesidad que debe atender:

Para comprender el alcance y su responsabilidad — pp. 6–14

Presentación y marco de referencia

1

Propósito, alcance, protección integral, papel del Sistema Educativo Nacional, principios y articulación con CUIDA, PROESVI y otros instrumentos.

Úselo para: comprender por qué la prevención y el abordaje son una responsabilidad compartida y coordinada.

Para comprender la conducta suicida — pp. 16–27

Conceptos, manifestaciones y mitos

2

Continuo de la conducta suicida, carácter complejo y multicausal, sufrimiento emocional, ambivalencia, desesperanza, mitos y realidades.

Úselo para: evitar explicaciones simplistas, estigmas y respuestas que minimicen el sufrimiento.

Para desarrollar prevención educativa — pp. 28–48

Prevención en la comunidad educativa

3

Diálogo seguro, aprendizajes clave y orientaciones diferenciadas para los niveles de educación primaria y media.

Úselo para: planificar actividades apropiadas para la edad que fortalezcan factores protectores y búsqueda de ayuda.

Para reconocer, conversar, proteger y referir — pp. 51–56

Acompañamiento psicosocial no especializado

4

Señales de alerta, conversación directa, validación, medidas inmediatas, plan de seguridad, servicios especializados y seguimiento.

Úselo para: brindar apoyo inicial dentro de sus competencias y activar la atención correspondiente.

Para responder ante una crisis o una pérdida

Intento de suicidio, pp. 64–68 · Posvención, pp. 70–74 · Anexos, pp. 78–85

5

Emergencia y coordinación institucional; acompañamiento posterior; comunicación segura; duelo; personas vulnerables y herramientas prácticas.

Úselo para: organizar una respuesta protectora, reducir nuevos riesgos y apoyar la recuperación de la comunidad.