

U2. Mesures pedagògiques sobre els mitjans de comunicació locals

Tipus de prevenció

Universal

Objectius

Descripció de les accions

- Difusió de la guia de recomanacions als mitjans de comunicació per informar en matèria de conducta suïcida (elaborada pel Ministeri de Sanitat)
- Formació als mitjans de comunicació locals i comarcals per potenciar l'efecte preventiu de la comunicació de la conducta suïcida

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

- Materials: guia de recomanacions als mitjans de comunicació (accés gratuït)
- Humans i econòmics: hores de formació per professionals de referència

Temporalització

Durant el segon any del pla

Avaluació

- Nº de mitjans que disposen de la guia
- Nº de mitjans que participen a la formació
- Millora dels coneixements sobre informació responsable respecte a la conducta suïcida
- Nombre de notícies amb informació responsable respecte a la conducta suïcida

Altres aspectes a considerar

Es pot incloure a l'acció U1 o realitzar les dues

U3. Restricció de l'accés als mitjans letals

Tipus de prevenció

Universal

Objectius

- Restringir l'accés als mitjans letals en línia amb una de les principals recomanacions de l'OMS per a la prevenció universal de la conducta suïcida.
- Facilitar als professionals de les farmàcies coneixements sobre la detecció de la conducta suïcida i facilitar la coordinació amb altres agents implicats en la prevenció de la conducta suïcida.
- Abordar la prevenció estructural a la ciutat de Calella per eliminar els possibles punts negres existents sobre les vies de ferrocarril de la localitat.

Descripció de les accions

- Campanya punt SIGRE a les farmàcies.
- Estudi i actuació sobre punt negre sobre les vies de ferrocarril que travessen la localitat.

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

Temporalització

Durant el primer any del pla

Avaluació

Altres aspectes a considerar

U4. Elaboració d'un catàleg de recursos locals

Tipus de prevenció

Universal

Objectius

- Donar a conèixer els recursos existents així com tots aquells programes i accions que s'estan desenvolupant
- Millorar el coneixement de la xarxa de recursos per part dels professionals per tal de facilitar l'abordatge coordinat i integrat
- Millorar la coordinació entre els diferents recursos existents
- Potenciar la continuïtat assistencial de la ciutadania entre els diferents dispositius

Descripció de les accions

- Elaboració d'un catàleg de recursos a nivell local (que també inclourà els principals recursos d'ajut a nivell comarcal i nacional)
- Donar a conèixer el catàleg i actualitzar-lo periòdicament

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

Temporalització

Durant el primer any del pla (elaboració)

Durant el segon any del pla (difusió)

Avaluació

Altres aspectes a considerar

U5. Actes de visibilització i sensibilització entorns als dies assenyalats (10S, 10O, 18N)

Tipus de prevenció

Universal

Objectius

- Conscienciar del gran problema que representa el suïcidi entre la població jove.
- Fer activitats amenes i entretingudes per tal d'informar al jovent sobre la gran problemàtica del suïcidi i les eines per combatre'l.
- Recordar i rendir homenatge a les víctimes dels suïcidis.
- Informar a les persones joves de les eines i recursos per la prevenció del suïcidi que tenen al seu abast.
- Trencar amb els prejudicis i estereotips que envolten tots els temes relacionats amb els suïcidis.

Descripció de les accions

10 de setembre “dia mundial per la prevenció del suïcidi”:

Al voltant del dia 10 de setembre, realització de tallers /accions relacionada amb el “dia mundial per la prevenció del suïcidi”:

- 1 taller de sensibilització a les hores del pati de les 3 escoles de secundària.
- 1 taller/xerrada a l’Espai Jove amb algun professional especialitzat en la matèria.

10 d’octubre «dia mundial de la salut mental»

- 1 taller de sensibilització a les hores del pati de les 3 escoles de secundària.
- 1 taller/xerrada a l’Espai Jove amb algun professional especialitzat en la matèria.

18 de novembre “dia internacional dels supervivents al suïcidi”

Al voltant del dia 18 de novembre, realització de tallers /accions relacionada amb el “dia internacional dels supervivents al suïcidi”:

- 1 taller de sensibilització a les hores del pati de les 3 escoles de secundària.
- 1 taller a l’Espai Jove on es projectaran uns fragments de documentals que parlen sobre el tema, per després poder fer un petit col·loqui amb les persones joves. Seria molt interessant poder comptar amb la presencia d’algun supervivent per tal que pogués explicar la seva experiència i d’aquesta manera arribar al jovent d’una forma més real.

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

Temporalització

Avaluació

Altres aspectes a considerar

- Nº de persones que participen a cada taller
- Grau de satisfacció de les persones participants als tallers.

Recordar la campanya “Pura emoció” portada a terme pel servei comarcal de joventut, el qual ha desenvolupat una web per abordar els malestars emocionals en l’etapa adolescent (joves de 12 a 18)

U6. Contractes programa

Tipus de prevenció	<i>Universal</i>
Objectius	
Descripció de les accions	
Previsió de recursos materials, humans i econòmics	
Temporalització	
Avaluació	
Altres aspectes a considerar	

PREVENCIÓ SEL-LECTIVA

S1. Formació i capacitat dels professionals vinculats als grups de risc i a la intervenció en primera línia

Tipus de prevenció

Sel·lectiva

Objectius

- Millorar el nivell de coneixements dels diferents professionals que treballen en primera línia amb col·lectius de risc de conducta suïcida
- Capacitar per a la prevenció, l'abordatge i el seguiment de la conducta suïcida
- Instaurar un llenguatge comú entre els diferents professionals que permeti oferir una millor atenció i la continuïtat assistencial

Descripció de les accions

- Formació sanitaris atenció primària
- Formació equips serveis socials
- Formació tècnics joventut i educació
- Formació policia local
- Càpsules formatives personal docent

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

Temporalització

Avaluació

Altres aspectes a considerar

S2. Formació i capacitat dels grups de risc vulnerables davant la conducta suïcida

Tipus de prevenció

Sel·lectiva

Objectius

Descripció de les accions

- Càpsula formativa joves
- Càpsula formativa gent gran
- Formació específica policia local

Previsió de recursos materials, humans i
econòmics

Temporalització

Avaluació

Altres aspectes a considerar

S3. Creació Espai Escolta Jove

Tipus de prevenció

Objectius

Sel·lectiva

- Prevenir les tendències suïcides.
- Aconseguir que les persones joves tinguin un espai segur i còmode on puguin expressar els seus temors i preocupacions.
- Reduir l'estrés i angoixa de les persones joves.
- Aconseguir detectar possibles casos on el jovent necessiti una ajuda especial i derivar-los al servei adequat.
- Oferir al jovent informació sobre la prevenció del suïcidi i la xarxa de serveis que treballen a la zona.

Descripció de les accions

Creació d'un espai a "l'Espai Jove" on les persones joves puguin anar a parlar en total intimitat, de tot allò que els preocupa o que els faci sentir malament. En aquestes sessions l'educador/a escoltarà activament a les persones i intentarà reduir l'estrés i angoixa que puguin tenir. Els donarà eines i suport per tal que relativitzin els seus temors i problemes, evitant possibles pensaments suïcides. Donarà informació sobre la xarxa de professionals i serveis de la zona i, en cas necessari, activarà els protocols existents.

Aquesta acció es desenvoluparia de forma quinzenal.

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

- Una sala dins de l'Espai Jove on les persones joves i professionals estiguin còmodes i amb intimitat.
- La figura d'una professional durant un espai de temps, cada 15 dies (educador/a social, treballador/a social, etc. faltaría definir qui fa aquest servei, en funció dels RRHH)

Temporalització

Durant tot l'àbant del pla, es desenvoluparia quinzenalment.

Avaluació

- Nº de persones joves que assisteixen a l'espai Escolta Jove
- Grau de satisfacció que fan les persones que fan ús de l'espai Escolta Jove.

Altres aspectes a considerar

És molt important formar a les professionals que portin a terme les sessions d'escolta en tot allò referent a la prevenció del suïcidi.

S4. Coordinació i supervisió de casos

Tipus de prevenció	<i>Sel·lectiva</i>
Objectius	
Descripció de les accions	Crear un espai per coordinar i supervisar casos de població de risc entre els diferents agents que intervenen
Previsió de recursos materials, humans i econòmics	
Temporalització	
Avaluació	
Altres aspectes a considerar	

PREVENCIÓ INDICADA

I1. Creació d'un procediment i protocol local per a la prevenció, la detecció primerenca, l'abordatge, la intervenció, el seguiment i la postvenció de la conducta suïcida

Tipus de prevenció

Indicada

Objectius

- Definir, de forma detallada, el procediment d'actuació davant d'una situació de conducta suïcida.
- Identificar els diferents agents implicats i les persones referents de cada servei.
- Coordinar les diferents accions dels diferents agents involucrats.
- Agilitzar i facilitar la continuïtat assistencial entre els diferents serveis involucrats.
- Millorar la resposta dels diferents agents facilitant així una resposta ràpida i àgil per tal de millorar el resultat en la prevenció.

Descripció de les accions

1. Creació d'una comissió interdisciplinar formada per tots els agents que puguin realitzar una tasca de prevenció de la conducta suïcida.
2. Creació, identificació i definició del protocol d'actuació del municipi i de cada servei en el moment en que es detecti un cas sigui quin sigui el servei que ho detecta.
3. Implementar el protocol facilitant així una resposta coordinada i integrada dels diferents agents.

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

Hores de dedicació a la creació del protocol i la seva implementació

Temporalització

3 mesos (primers tres mesos del Pla)

Avaluació

- Avaluació prevista semestralment per valorar l'adequació del pla i la incorporació de possibles millors en el protocol.
- Seguiment de les activacions del protocol.

Altres aspectes a considerar

Serveis involucrats:

- Salut mental: CSMA, CSMIJ, CAS, SRC
- Política social
- Educació: serveis educatius, escoles, instituts i escola d'adults
- Cossos de seguretat (Policia Local i Mossos d'Esquadra)
- Àrea de joventut
- Salut: CAP, Hospital de Calella
- Entitats de l'àmbit de l'esport, l'oci i el lleure
- Farmàcies del municipi

I2. Creació de l'Observatori Local sobre la Conducta Suïcida a la ciutat de Calella i la creació d'una comissió de seguiment del Pla Local

Tipus de prevenció

Indicada

Objectius

- Coordinar i recollir informació objectiva i fiable sobre actuacions fetes en els diferents serveis de prevenció.
- Tenir dades per difondre a la ciutadania i als professionals.
- Obtenir dades fiables per tal de poder abordar la problemàtica i actuar en conseqüència.

Descripció de les accions

- Recollir les dades , ofertes des dels diferents serveis que intervenen en el protocol.
- Difondre les dades, cada cert temps (any, 6 mesos) per conscienciar i aportar dades reals a la ciutadania .
- Fer activitats per donar a conèixer l'observatori.

Previsió de recursos materials, humans i econòmics

Temporalització

Avaluació

Altres aspectes a considerar

I3. Recursos per a la postvació en supervivents

Tipus de prevenció	<i>Indicada</i>
Objectius	<ul style="list-style-type: none">- Donar a conèixer els diferents recursos dedicats a la postvació en persones supervivents.- Facilitar la derivació i l'accés als recursos de postvació per tal de prevenir el risc de conducta suïcida augmentat en aquest sector de població.
Descripció de les accions	<ul style="list-style-type: none">- Difusió del grup de dol per suïcidi del CSMA (dirigida a professionals).- Difusió de les entitats que es dediquen a la postvació en l'àmbit del suïcidi.
Previsió de recursos materials, humans i econòmics	
Temporalització	
Avaluació	
Altres aspectes a considerar	

8. AVALUACIÓ I SEGUIMENT DEL PLA

Comissió de seguiment

Indicadors

Revisió i introducció de millores

Continuïtat

9. ESTIMACIÓ DEL COST ECONÒMIC DEL PLA

(ENGANXAR PRESSUPOST)

10. BIBLIOGRAFIA

"La Prevención del suicidio, un imperativo global" OMS (2014).

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/136083/9789275318508_spa.pdf;jsessionid=48DDA691BB0A700C523E3DB7D76DBD18?sequence=1

Memoria teléfono de la Esperanza

<https://www.telefonodelaesperanza.org/caceres/noticias/8699/el-telefono-de-la-esperanza-atendio-116-155-llamadas-en-2019->

Mitos sobre el suicidio

<https://www.osakidetza.euskadi.eus/salud-mental-suicidio/ab84-oessmcon/es/>

Fundación Española para la prevención del suicidio

<https://www.fsme.es/>

Agenda 2030 para el desarrollo sostenible (Resolución ONU 25-09-2015)

https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=S

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/development-agenda>

Memoria del Tribunal Superior de Justicia de Extremadura, 2019

<http://www.poderjudicial.es/cgpj/es/Poder-Judicial/Tribunales-Superiores-de-Justicia/TSJ-Extremadura/Actividad-del-TSJ-Extremadura/Memoria-Judicial/Memoria-del-TSJ-de-Extremadura-2019->

INE

https://www.ine.es/buscar/searchResults.do?Menu_botonBuscador=&searchType=DEF_SEARCH&startat=0&L=0&searchString=suicidios%20por%20comunidades

I Plan de Acción para la Prevención y Abordaje de las conductas suicidas en Extremadura.

<https://saludextremadura.ses.es/smex/detalle-contenido-estructurado/304086>

III Plan Integral de Salud Mental de Extremadura 2016-2020

<https://saludextremadura.ses.es/smex/pismex>

Guías y documentos que pueden ayudarles en la prevención del suicidio. Junta de Extremadura

<https://saludextremadura.ses.es/smex/detalle-contenido-estructurado/923486>

9.^a Conferencia Mundial de Promoción de la Salud, Shanghai 2016

<https://www.who.int/healthpromotion/conferences/9gchp/es/>

1."El informe anual sobre la vulnerabilidad local de CRE". Juan Manuel Suarez del Toro Rivero

Dumon, E. y Portzky, G. (2014). Directrices de actuación para la Prevención, Intervención y postvención del suicidio en el entorno escolar. Unidad de Investigación en Suicidio.

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/136083/9789275318508_spa.pdf;jsessionid=48DDA691BB0A700C523E3DB7D76DBD18?sequence=1

Universidad de Gante. Euregenas (European Regions Enforcing Actions Against Suicide). Directrices generals para la prevención del suicidio.

<https://consaludmental.org/publicaciones/Directricesprevencionsuicidio.pdf>

- CNJC i APSAS, (2020). Encarem el suïcidi juvenil: orientacions i eines per a entitats juvenils.

https://www.cnjc.cat/sites/default/files/u89/encarem_el_suicidi_juvenil-eines-orientacions.pdf

- Dumon, E. i Portzky, G. (2014) Proyecto Euregenas. Prevención de la conducta suicida e intervenciones tras el suicidio, recomendaciones para el ámbito escolar. Unidad de Investigación en Suicidio, Universidad de Gante.

https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/5152_d_Herramienta-ambito-escolar_def.pdf

- Generalitat Valenciana. Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública, (2016).

Prevención del Suicidio, Guía Preventiva para el ámbito Escolar.

<http://www.prevencionelsuicidi.san.gva.es/documents/7217942/7267322/GUÍA+SUICIDIO+ÁMBITO+ESCOLAR.pdf>

- Grupo de trabajo para la prevención del suicidio en el ámbito escolar (2021). Prevención, detección e intervención en casos de ideación suicida en el ámbito educativo. Departamento de Educación, Cultura y Deporte, Gobierno de Aragón.

<https://educa.aragon.es/web/guest/-/documentosprevencionsuicidio>

- Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica de Prevención y Tratamiento de la Conducta Suicida (2012). Guía de Práctica Clínica de Prevención y Tratamiento de la Conducta Suicida. Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Galicia (Avalia-t).

https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC_481_Conducta_Suicida_Avaliat_compl.pdf

- Organització Mundial de la Salut, (2001). Prevención del suicidio, un instrumento para docentes y demás personal institucional.

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/66802>

- Organización Mundial de la Salud. (2021). Vivir la vida: guía de aplicación para la prevención del suicidio en los países: resumen ejecutivo. Organización Mundial de la Salud.

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/343054>.

- Red AIPIS y Comunidad de Madrid (2016). Guía para la prevención de la conducta suicida dirigida a docentes.

<http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM017853.pdf>

- Aseán, A. et al, (2014). Manual de Prevención Intervención y Postvención de la Conducta Suicida. Fundación Salud Mental España.

- Federació Salut Mental Catalunya: (recull de recursos)
www.salutmental.org/que-fem/acompanyament-a-les-persones/salut-mental-infantjuvenil-2/

- Àrea de Salut Mental de Sant Joan de Déu. (2019) Conducta suicida y adolescencia: factores de protección y signos de alarma. Revista Faros.

<https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/conducta-suicida-adolescencia-factores-proteccion-signos-alarma>

- Corporació Sanitària Parc Taulí Sabadell, Servei de Salut Mental Infants i Joves : Projecte Web Mind-U
<http://mind-u.cat/ca/>

- FSME - Fundación Salud Mental España – Observatorio del Suicidio en España (2018).
<https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio/>

- Federació Salut Mental Catalunya: Infància i Joventut - Guies
<https://www.salutmental.org/la-salut-mental/biblioteca-salut-mental/infancia-i-joventut/>

- Kirchner, T. Ferrer, L. Forns M, Zanini D (2011) Conducta autolesiva e ideación suicida en estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria.
<https://actaspsiquiatria.es/repositorio/13/72/ESP/13-72-ESP-226-235-920269.pdf>

- Know the signs (Projecte Califòrnià): <https://www.suicideispreventable.org/>

Marí-Klose, M. i Escapa, S. (2021). La soledat de les persones joves. A VVAA, La joventut de Barcelona l'any de la pandèmia. 10 anàlisis de l'Enquesta a la joventut de Barcelona 2020 (pp. 152-167). Ajuntament de Barcelona.
https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documents/la_joventut_de_barcelona_lany_de_la_pandemia.pdf

- Mosquera, L. (2016) Conducta suicida en la infancia: Una revisión crítica. Elche, España, Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes ,Vol. 3. Nº. 1: 9-18.
http://www.revistapcna.com/sites/default/files/mosquera_2016_revision_critica_conducta_suicida.pdf

- Movement Advancement Project (2012). Conversaciones sobre el suicidio y las poblaciones LGTB .
<https://www.lgbtmap.org/file/conversaciones-sobre-el-suicidio-y-las-poblaciones-lgbt.pdf>

- Navarro Gómez, N. (2017) El suicidio en jóvenes en España: cifras y posibles causas. Análisis de los últimos datos disponibles. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, Revista Clínica y Salud 28: 25-31.
<https://journals.copmadrid.org/clysa/art/j.clysa.2016.11.002>

- Obertament i Departament d'Educació: Projecte What's Up, com vas de salut mental?
<https://obertament.org/ca/educacio/projecte-what-s-up>

- <http://papageno.es/>

- Selecció d'articles a la plataforma SOM 360:
Autolesions: <https://www.som360.org/ca/articulo/alumnes-sautolesionen>

Monogràfic Suïcidi: <https://www.som360.org/ca/monografic/prevencio-suicidi>

Prevenció del suïcidi en el context educatiu: <https://www.som360.org/ca/blog/prevencio-suicidi-context-educatiu>

- Sociedad Internacional de la Autolesión:

<https://www.autolesion.com/>

- UPRIGHT PROGRAM: projecte europeu que té com a objectiu millorar el benestar i la resiliència de les joves.

https://www.uprightprogram.eu/school_es/

ARTICLES MITJANS COMUNICACIÓ

“Hay una tormenta perfecta para que aumente el riesgo de suicidio”, Diego Palao, Taulí: <https://elpais.com/sociedad/2021-02-28/hay-una-tormenta-perfecta-para-que-aumente-el-riesgo-de-suicidio.html>

“El patiment psicològic és una de les seqüeles més grans de la pandèmia”;
<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/1939032-el-patiment-psicologic-es-una-de-les-sequeles-mes-grans-de-la-pandemia.html>

Adolescents i joves, amb més risc de tenir seqüeles en la salut mental per la Covid:
<https://www.ccma.cat/324/adolescents-i-joves-amb-mes-risc-de-tenir-sequeles-en-la-salut-mental-per-la-covid/noticia/3083138/>

Miedo, ansiedad y depresión. Expertos alertan de los efectos del aislamiento en los adolescentes pandémicos; <https://www.europapress.es/comunitat-valenciana/noticia-miedo-ansiedad-depresion-expertos-alertan-efectos-aislamiento-adolescentes-pandemicos-20210225113057.html>

Les temptatives de suïcidi creixen un 27% entre infants i adolescents durant el 2020
https://www.social.cat/noticia/14044/les-temptatives-de-suicidi-creixen-un-27-entre-infants-i-adolescents-durant-el-2020?id_butlleti_enviar=1374&id_element=14044
El suïcidi de l’«streamer» català Gabriel Chachi encén les alarmes:
«Joves, demaneu ajuda»

<https://www.naciodigital.cat/noticia/220844/cultura-i-mitjans/el-suicidi-de-streamer-catala-gabriel-chachi-twitch-twitter-joves>

Planta Baixa - TV3: Més intents de suïcidi en noies

<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/planta-baixa/mes-intents-de-suicidi-en-noies/video/6101241/>

30 minuts - TV3 - Buscant la sortida

<https://www.ccma.cat/tv3/alacarta/30-minuts/buscant-la-sortida/video/6122030/>
APPs

PREVENSUIC: app per a persones que tinguin ideació-conducta suïcida.

<https://www.prevensuic.org/>

- Bimbela Pedrola, J.L, (2021). Vosotros no tenéis la culpa. En torno al suicidio. Plataforma Actual.

- Villar Cabeza, F. (2022) Morir antes dels suicidio. Prevención en la adolescencia. Herder Editorial.

- López Martínez, F. (2020). Duelo, autolesión y conducta suicida: desafíos en la era digital. Ed. Letra Minúscula.

- Pérez Jiménez JC. (2011) La mirada del suicida, en enigma y el estigma. España, Plaza y Valdés.
- Villar Cabeza, F. (2022) Morir antes del suicidio. Prevención en la adolescencia. Herder Editorial.

VÍDEOS:

- Generalitat de Catalunya. Departament d'Educació. Educació inclusiva. Vídeo de Joan Roa i Glòria Iniesta:
<https://projectes.xtec.cat/educacioinclusiva/general/la-conducta-suicida-en-ladolescencia-una-realitat-amagada/>
- Recull del FSME
<https://www.fsme.es/videos-sobre-conducta-suicida/>
- Fundació ANAED i Institut Celestí Bellera. Saber que se puede.
<https://www.youtube.com/watch?v=Zq6TiPfcpTE&t=38s>
- Santa Perpètua de la Mogoda. Debat: Prevenció, intervenció i polítiques públiques.
<https://www.youtube.com/watch?v=ugAJw3MHK3Q&t=2203s&fbclid=IwAR1ZrYhTlzw34UnOBQv5-7d05g48mFOhOcYAOjMGhK-wmVttp7AjTVrTBzw>

ANNEXES