



PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

Beatriz Vallejo Sánchez

Ismael Puig Amores

Jorge Javier Ricarte Trives

Beatriz Mata Sáenz

Jose Luís Santos Ruiz

Francisco José Celada Cajal

Bvs286@hotmail.com

Suicidio, planes de prevención

RESUMEN

En 1996 las Naciones Unidas y posteriormente la O.M.S., recomendaron que cada país en forma individual debería desarrollar planes y políticas de prevención de suicidio, relacionados, en lo posible, con otros programas de salud pública. En respuesta a este consejo muchos países han desarrollado planes de suicidio, que son importantes y efectivos en cuanto que mantienen a los gobiernos focalizados en la prevención del suicidio.

En 2014 la OMS publica el informe "La prevención del suicidio, un imperativo global", alentando a los países a considerar la prevención del suicidio como una prioridad alta en sus programas, y a poner en marcha intervenciones multisectoriales.

En Europa se han llevado a cabo diferentes programas y proyectos de prevención de la conducta suicida. Sin embargo, en España no existe ningún plan o programa de prevención del suicidio a nivel estatal ni estrategia específica alguna en su Sistema Nacional de Salud. No obstante, a nivel autonómico y local se han puesto en marcha en los desde 2014 diferentes estrategias y planes de prevención, que se revisan en este trabajo.

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

INTRODUCCIÓN

En España fallecen por suicidio 10 personas al día, cerca de 3700 personas en 2017 (últimos datos de los que disponemos publicados por el Instituto Nacional de Estadística).. Es ya la segunda causa de muerte en población juvenil (después de los tumores). Estos datos suponen casi el doble de fallecimientos que por accidentes de tráfico, y ochenta veces más que por violencia de género, aunque sobre estos aspectos existen planes de prevención integral a nivel nacional, no siendo así en el ámbito de suicidio.

En Europa es más alta la tasa en países nórdicos y del este, siendo más baja en países mediterráneos, en lo cual influyen factores ambientales, sociales y culturales. Y en Estados Unidos, actualmente, la tasa oscila entre 13 y 29 por 100.000 habitantes según las zonas. Ha aumentado un 25% en los últimos 15 años.

Pero si los datos de fallecimientos por suicidio son alarmantes, lo son mucho más los de personas potencialmente afectadas. Por cada persona que fallece por suicidio, hay entre 10 y 20 intentos de suicidio, es decir, personas que no lo consiguen, pero que probablemente volverán a intentarlo; y hay muchas más personas aún afectadas por ideación de suicidio, que nunca llegarán a intentarlo pero que sufren igualmente.

El impacto del suicidio es brutal no solo en la persona que sufre de ideación suicida, que lo intenta, sufriendo importantes secuelas físicas y emocionales, o que lo consigue; también es tremendo en todo el entorno y la sociedad en general. Hay cifras que hablan de que cada suicidio tiene un serio impacto al menos sobre otras seis personas del entorno, y la Asociación Internacional de Prevención del suicidio (IASP; *International Association for Suicide Prevention*) indica que "por cada suicidio, aproximadamente 135 personas sufren un dolor intenso o se ven afectadas de alguna manera".

La magnitud del problema ha llevado a las Naciones Unidas y a la O.M.S. ha considerarlo como un problema prioritario, que debe ser abordado con la implementación de políticas a nivel nacional. En este trabajo, se presenta un resumen del estado de la cuestión, a nivel mundial, europeo, y nacional, para después presentar algunas de las experiencias que se están llevando a cabo en España en el ámbito autonómico.

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

AMBITO MUNDIAL

En 1996 las Naciones Unidas y posteriormente la O.M.S., recomendaron que cada país en forma individual debería desarrollar planes y políticas de prevención de suicidio, relacionados, en lo posible, con otros programas de salud pública. En respuesta a este consejo muchos países han desarrollado planes de suicidio, que son importantes y efectivos en cuanto que mantienen a los gobiernos focalizados en la prevención del suicidio.

En 2008, En el Programa de Acción para superar las brechas en salud mental (mhGAP), la OMS considera el suicidio como una de las cuestiones prioritarias y proporciona asesoramiento técnico creando un Centro de Datos de Investigación, basado en datos científicos para mejorar y ampliar la prestación de servicios en los diferentes países, que incluye materiales de antecedentes, documentos de proceso, datos de investigación y recomendaciones. Está organizado en torno a las enfermedades prioritarias.

En 2013, en el Plan de Acción sobre Salud Mental de la OMS 2013-2020, compromete a los Estado Miembros a trabajar en pro de la meta mundial de reducir para el 2020 un 10% la tasa de suicidio.

Un año después, la OMS publica el informe "LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO, UN IMPERATIVO GLOBAL", que busca concienciar sobre las importantes repercusiones no solo a nivel sanitario, sino en múltiples sectores y sobre la sociedad en su conjunto, alentando a los países a considerar la prevención del suicidio como una prioridad alta en sus programas, y a poner en marcha intervenciones multisectoriales que aborden la magnitud del problema de forma integral, siendo los ministerios de salud los responsables de liderar la participación de otros ministerios como parte de un esfuerzo integral.

AMBITO EUROPEO

En cuanto a las políticas, conocemos que 28 países tienen hoy estrategias nacionales de prevención del suicidio. El Día Mundial para la Prevención del Suicidio, organizado por la Asociación internacional para la prevención del suicidio, se observa a nivel mundial el 10 de septiembre de cada año.

En Europa se han llevado a cabo diferentes programas y proyectos de prevención de la conducta suicida, de gran interés y valor debido a la participación conjunta de diferentes países, con la participación de España en muchos de ellos. Entre ellos, destacan:

- OSPI-Europe (Optimizing Suicide Prevention Programs and their Implementation in Europe).
- EAAD (European Alliance Against depression).

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

- PREDI-NU (Preventing Depression and Improving Awareness through Networking in the EU)
- EUREGENAS (European Regions Enforcing Actions Against Suicide) .
- SEYLE (Saving and Empowering Young Lives in Europe) .
- MONSUE (European Multicentre Study on Suicidal Behaviour and Suicide Prevention).

También resulta de gran importancia el programa finlandés, que es un programa de referencia y una excepción en cuanto que ha sido el único evaluado externamente con resultados positivos. Consiguió, en una década (entre 1987 y 1996) reducir la tasa de suicidios en un 8,7%. Se considera que las claves del éxito finlandés fueron la implicación multinivel, formando parte muchos profesionales de diferentes ámbitos, llevándose a cabo en todo el país, con modalidades de aplicación local, regional y nacional, con la creación de 40 subprogramas y otros trabajos innovadores en el ámbito. Además incluía un seguimiento y registro de las personas en situación de riesgo. La valoración posterior encontró que habían disminuido índices como la frecuencia del suicidio, las tasas de atención hospitalaria por depresión, o frecuencias de baja por enfermedad por depresión. Se encontró que a pesar del gasto, se habían ahorrado 26 millones de dólares. Lo que llevó a la conclusión de que el reconocimiento temprano y el tratamiento adecuado de la depresión previene el suicidio (aproximadamente en un 7%).

AMBITO NACIONAL

En España no existe ningún plan o programa de prevención del suicidio a nivel estatal ni estrategia específica alguna en su Sistema Nacional de Salud.

El Sistema Nacional de Salud cuenta con una Estrategia en Salud Mental, originalmente elaborada en 2006 y evaluada y actualizada para 2009-2013. Esta estrategia no posee un objetivo para la prevención del suicidio (lo comparte con la prevención de la depresión dentro, a su vez, de un objetivo mayor de prevención de los trastornos mentales). Actualmente, la estrategia lleva varios años en revisión y actualización y se desconoce cuándo podrá estar disponible.

En Noviembre de 2017, la Comisión de Sanidad y Servicios Sociales del Congreso de los Diputados ha urgido al Gobierno a elaborar un Plan Nacional de Prevención contra el suicidio, presentando por unanimidad una proposición no de Ley solicitando su elaboración en 6 meses. No obstante, una propuesta similar se aprobó también en 2012, sin resultado.

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

AMBITO AUTONÓMICO

A falta de un plan, programa o estrategia propia a nivel estatal, las experiencias se limitan a iniciativas autonómicas y, sobre todo, locales.

A nivel autonómico, existen diferentes programas entre los que destacan el plan de Valencia, Navarra y el programa de Cataluña («Codi Risc Suicidi»), aunque también existen protocolos en otras comunidades (Cantabria, Baleares, Murcia, País Vasco, Canarias, Asturias, Comunidad de Madrid, ...)

A nivel local, destacan las experiencias llevadas a cabo en Barcelona, Sabadell y Guipúzcoa (en el marco de la European Alliance Against Depression -EAAD-) y los realizados en Ourense, Oviedo y Madrid. En esta última comunidad, se han puesto en marcha diferentes programas piloto, como Código 100, el Programa del Hospital 12 de Octubre, el programa ARSUIC (atención al Riesgo Suicida) o el programa PRISURE, del Centro de Salud Mental de Retiro, que pertenece al Hospital Gregorio Marañón), se han llevado a cabo desde 2013 planes de formación para la mejora de competencias en profesionales sanitarios en la detección y manejo de suicidio, y actualmente, se está trabajando en el desarrollo de un Plan integral autonómico, tal y como está contemplado dentro de su plan autonómico de salud mental, publicado en 2018.

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO DE CASTILLA-LA MANCHA

El 10 de septiembre de 2018 fueron presentadas en Castilla-La Mancha (CLM), las estrategias para la prevención del suicidio, no siendo actuaciones aisladas, sino que estarían al igual que en Madrid integradas en el Plan de Salud Mental 2018-25, un plan basado en los valores de la propia organización:

- Apuesta por la continuidad asistencial en la atención a la patología mental grave.
- Apuesta por la prevención y la intervención temprana.
- Apuesta por la investigación y gestión del conocimiento
- Apuesta por la corresponsabilidad de todas las partes.
- Tiene en cuenta a las personas y sus familias.

No obstante, la magnitud del problema hizo necesario el desarrollo de una estrategia específica.

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

Se trata esta de una estrategia de ámbito intersectorial orientada a la prevención e intervención ante el riesgo de suicidio o autolesiones en las diferentes etapas de la vida, contemplando la complementariedad de los ámbitos educativos, sanitario, social, empleo y justicia en el desarrollo de las estrategias, creando sinergias entre todos los sectores.

El desarrollo de las diferentes líneas de acción, fue fruto del trabajo de un Grupo regional de trabajo multidisciplinar e intersectorial, que se basó en el programa de prevención de la OMS (SUPRE).

Sus principales acciones van orientadas a la prevención universal (dirigida a toda la población), electiva (a grupos vulnerables) e indicada (a personas en las que se detecta el riesgo).

A nivel de prevención universal, destaca entre sus acciones: mejorar la información sobre acceso a servicios; difundir guías de información veraz, con acciones de difusión a toda la población (especialmente en medios de comunicación); ayudar a fortalecer los factores de protección en población adolescente (resiliencia, regulación emocional, red social de apoyo) para que puedan hacer frente a situaciones difíciles; promover la investigación y generación del conocimiento en relación con la prevención del suicidio, lo que incluye la evaluación de los resultados de las diferentes estrategias y planes puestos en marcha.

A nivel de prevención selectiva, las acciones van orientadas a: ofrecer (divulgar) líneas de ayuda y desarrollar protocolos de detección y manejo de la conducta suicida en diferentes ámbitos; llevar a cabo intervenciones preventivas (fomento de factores de protección) en grupos de especial riesgo; llevar a cabo intervenciones con familiares de personas que han cometido suicidio y que lo requieran; y formar a profesionales de servicios sociales, sociosanitarios y educativos especialmente en menores y personas mayores en situación de vulnerabilidad.

Y por último, a nivel de prevención indicada: promover los grupos de ayuda mutua para personas con enfermedades crónicas o sus cuidadores; llevar a cabo intervenciones preventivas en personas con factores de riesgo específico de vulnerabilidad (personas con enfermedades crónicas, problemas de salud mental, adicciones, etc); formar a profesionales sanitarios en la detección y manejo de la conducta suicida (primeros intervinientes, atención primaria, especializada, etc); y mejorar los circuitos de comunicación y la continuidad asistencial en personas en las que se ha detectado riesgo.

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN ESPAÑA. INICIATIVAS NACIONALES, AUTONÓMICAS Y LOCALES EN LA IMPLEMENTACIÓN DE PLANES Y PROGRAMAS

CONCLUSIONES

El suicidio supone un problema de salud de gran magnitud a nivel mundial, y su abordaje requiere de su inclusión como una prioridad en la agenda de los diferentes gobiernos.

Una manera sistemática de dar una respuesta al suicidio es establecer una estrategia nacional de prevención del suicidio. Una estrategia nacional enuncia el compromiso claro de un gobierno con relación al problema del suicidio, siendo una forma de dar respuesta a éste abarcando diferentes medidas de prevención generales, que incluyen generalmente la capacitación de personal implicado en su detección e intervención, no solo en el ámbito sanitario, sino también educativo, fuerzas y cuerpos de seguridad, etc.

Es importante conocer las estrategias nacionales, porque guiarán los planes y programas que se pondrán en marcha a nivel más autonómico y local.

Por otro lado, el hecho de que no exista una estrategia nacional integral plenamente desarrollada en un país, no quiere decir ni impide acciones a nivel más focalizado, que muchas veces pueden contribuir al desarrollo de estrategias más globales.