PLAN DE PREVENCIÓN DE CONDUCTAS SUICIDAS

2025

LICEO GABRIELA MISTRAL DE TEMUCO

"Liderazgo constructivo, inclusivo y de servicio"

RBD: 5569

+56 45 221 0647 - gmistral@temuco.cl

Desde Pre kínder a 4to Medio

Antonio Varas 630, Temuco - Región de La Araucanía – Chile

I. PRESENTACIÓN

El presente plan de trabajo busca ejecutar acciones colectivas que vayan en favor de las familias en relación a las conductas suicidas de los estudiantes, realizando un trabajo de carácter sistémico que involucre apoderados, docentes, estudiantes y redes de apoyo para prevenir casos de ideaciones, intentos suicidas y actos consumados en la población estudiantil.

Para lo anterior, se realizarán acciones de carácter informativo, buscando dar a conocer los elementos básicos de esta problemática. Se realizarán acciones orientadas a la sensibilización, generando discusiones con distintos integrantes de la comunidad educativa en torno al tema. En tercer lugar, se establecerán actividades que orienten a los docentes a detectar este tipo de conductas en los alumnos para abordar dichas situaciones de la manera más efectiva posible. Se trabajará con los alumnos para desarrollar habilidades que les permita tener herramientas para enfrentar situaciones de carácter socioemocional de la mejor manera posible y finalmente se va a recurrir a las redes de apoyo que se tiene disponible para abarcar temas de acoso escolar, responsabilidad penal y consumo de sustancias.

Todas las acciones que se logren aplicar serán evidenciadas por medios de verificación las cuales permitirán evaluar temas como la participación de los distintos estamentos en las actividades.

El suicidio es un tema que en ocasiones es difícil exponer, sin embargo, se considera que es un mito cuando se menciona que al hablarlo propicia este tipo de conductas. Es necesario que constantemente el tema sea abordado en favor de la prevención e información para todos los integrantes de la comunidad educativa.

II. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Prevenir conductas suicidas, tales como la ideación, planeación e intento en los estudiantes de octavo básico a cuarto medio, a través de acciones que abarquen la participación de docentes, asistentes de la educación, estudiantes, apoderados y redes externas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Sensibilizar a los apoderados en relación a la conducta suicida, entregando herramientas parentales para detectar las necesidades emocionales de sus hijos.
- ✓ Fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes de enseñanza media que permitan general relaciones sanas, contribuyendo a su bienestar emocional y social, actuando como factor protector en relación al suicidio
- ✓ Informar a la comunidad educativa sobre la prevención de las conductas suicidas, apoyándose en elementos audiovisuales y afiches.
- ✓ Fortalecer las habilidades de los y las docentes en el ámbito de detección de conductas suicidas de los estudiantes.
- ✓ Generar conciencia en los estudiantes en relación al consumo problemático de drogas y su impacto en la salud mental.

III. MARCO TEÓRICO

El suicidio es cada año más frecuente en la población adolescente, afectado a familias a lo largo de todo el mundo, generando cada año la necesidad de intervenir de manera holística en los establecimientos por medio de planes de trabajo y articulación entre los equipos de convivencia educativa, docentes, apoderados, estudiantes y redes externas que permitan disminuir los riesgos de este tipo de conductas en los estudiantes.

El suicidio es el resultado de múltiples factores que interactúan entre sí y que, en un momento determinado, conducen a un intenso malestar emocional que se vive como irremediable y permanente, que lleva a la persona a pensar que la única solución es poner fin a su vida. (Montes y Jiménez, 2023).

Las acciones deben ir orientadas en atacar los diversos factores que dan pie a pensamientos que sean de carácter suicida, buscando evitar llegar al punto en el que las situaciones que generan malestar en los estudiantes den como resultado alguna tragedia. Es necesario para esto conocer los conceptos básicos de ideación suicida, intento suicida y suicidio consumado.

- ✓ **La ideación suicida** pueden ser pensamientos inespecíficos sobre el escaso o nulo valor de la vida (ideación pasiva) o pensamientos concretos acerca de la consumación de un suicidio o las amenazas a llevarlo a cabo -ideación activa- (Montes y Jiménez, 2023).

- ✓ **El intento de suicidio** es un acto realizado por el adolescente de forma voluntaria que sin llegar a tener como resultado la muerte, es realizado de forma deliberada contra sí mismo (Montes y Jiménez, 2023).

- ✓ **El suicidio consumado** son los actos autoinflingidos por el adolescente y que dan como resultado su propia muerte. (Montes y Jiménez, 2023).

La conceptualización es fundamental para comprender, o al menos tener una aproximación del riesgo que enfrentan en relación a llegar a consumar este acto. Es importante además de tomar acciones inmediatas en el momento que se detecte un intento o ideación.

Uno de los factores protectores más importantes es la familia, la cual según Pérez y Parra (2004) se establece que "la familia constituye la primera red de apoyo social que posee el individuo, amortiguadora de las tensiones que engendra la vida cotidiana, pero podrá ser, a menudo, generadora de estrés en sí misma".

Es con base a lo anterior, que se busca realizar acciones orientadas a involucrar a la familia dentro del plan de trabajo, ya que tal como dicen las autoras, son la primera red de apoyo que deben estar al tanto de lo que sucede con sus hijos y quienes requieren herramientas para poder enfrentar las dificultades socioemocionales que ellos y ellas presenten.
Conociendo que las familias unidas, con tendencia a la armonía, el equilibrio y con interacciones en sentido positivista muestran mejores capacidades adaptativas que predicen el éxito a los enfrentamientos a frustraciones existenciales (Pérez y Parra, 2004).

Fortalecer los vínculos dentro del mismo entorno familiar, permitirá a los jóvenes enfrentar situaciones cotidianas de mejor manera, trabajando en conjunto e impulsando a los hijos e hijas a recibir apoyo en el ámbito educacional y redes de apoyo.

"El futuro de los niños es siempre hoy. Mañana será tarde" *Gabriela Mistral.*

Como se aprecia en Pérez y Parra (2004) "A medida que las familias recibieron mayor apoyo, la capacidad de adaptación familiar mejoró ostensiblemente, lo que resulta explícito en los núcleos donde la repercusión fue calificada de leve y moderada".

El apoyo puede ser desde distintas redes, existe una variedad de programas que pueden abarcar estas situaciones y acompañar a las familias en este proceso, además del apoyo que puede brindar el establecimiento.

Es imperativo responder a la pregunta ¿Por qué se debe realizar un plan de trabajo y abarcar este tema en el establecimiento? En relación a esto el MINSAL (2019) da a conocer que:

> *"investigaciones dan cuenta que intervenciones de prevención de la conducta suicida en establecimientos educacionales han probado ser efectivas en el aumento de factores protectores -como el autocontrol, la resolución de problemas y la autoestima-, y en la disminución de factores de riesgo de suicidio".*

Se desprende que el rol de la escuela es primordial en la prevención del suicidio en los estudiantes, por lo que los beneficios de realizar un plan de acción son altos en la medida que sean ejecutados de la manera correcta y con una amplia participación de la comunidad educativa en ellos. Las actividades no deben limitarse a acciones aisladas por parte del equipo de convivencia escolar.

> *"La implementación exitosa de acciones de prevención de la conducta suicida en estudiantes requiere de un abordaje integral que sea parte de un marco y una definición institucional que releve la importancia del cuidado del bienestar y de la protección de la salud mental, comprendiendo que todo lo que ocurre al interior del contexto escolar influirá en la salud mental de los estudiantes y de los integrantes de la comunidad escolar en general" (MINSAL, 2019).*

"*El futuro de los niños es siempre hoy. Mañana será tarde*" *Gabriela Mistral.*

Durante la adolescencia se pasa por una gran cantidad de cambios y se presentan diversos obstáculos que pueden llevar a los estudiantes a sufrir crisis y desequilibrios a nivel emocional que pueden radicar en conductas suicidas. El MINSAL (2019) establece que *"la adolescencia es una etapa de cambios físicos y psíquicos. Coincide con el inicio de experiencias en diferentes esferas de la vida como la afectividad, la sexualidad, la integración en sus grupos de iguales, retos académicos y/o profesionales…etc."*

Encontrar pareja, determinar los intereses románticos y la identificación con un género determinado, los pensamientos a futuro en relación a los estudios, la conformación de una identidad social e individual son todos temas que pasan por la psiquis de los adolescentes y deben ser orientados adecuadamente para guiar sus acciones, siendo la escuela la más preparada para brindar este tipo de apoyos.

La experiencia escolar resulta crucial en la salud mental infanto-adolescente, toda vez que se configure como una experiencia positiva, y de esta forma sea un importante factor protector y recurso para el bienestar y desarrollo (MINSAL, 2019).

Por otra parte, están los factores de riesgo, situaciones que pueden suceder en el establecimiento o fuera de él que van en favor de las conductas suicidas en los estudiantes. Las investigaciones muestran que el acoso escolar, el ciberacoso, el hostigamiento y la victimización entre estudiantes puede contribuir a la enfermedad mental, así como también incrementar el riesgo de conducta suicida. (MINSAL, 2019)

Lo anterior sustenta la necesidad de que se puedan realizar talleres orientados al acoso escolar, para lo cual los apoyos y redes externas son relevantes, así como también para lo que es el consumo de sustancias, ante lo cual el MINSAL (2019) menciona que "existe una alta prevalencia de consumo problemático de alcohol y otras drogas durante la adolescencia que se asocia a la comisión de suicidio".

IV. CRONOGRAMA DE ACCIONES

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**FERIA ANUAL DE SALUD MENTAL**		
Descripción de la acción	Diversas redes externas como centros de salud, universidades y programas se invitan para difusión y promoción de la salud mental, cada uno se establecerá en un stand dentro de la feria para que vayan asistiendo los estudiantes de enseñanza media y quienes trabajen en el establecimiento.		
Objetivo(s)	Promover la salud mental en los estudiantes, asistentes de educación y docentes del establecimiento por medio de stand con profesionales expertos de distintos centros de atención de salud mental.		
Fecha de inicio	Septiembre 2025	**Fecha de término**	Septiembre 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: decoración, recursos audiovisuales, computador, proyector, parlantes.		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe feria anual de salud mental		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.		
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación		

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**TALLERES DE COMUNICACIÓN ASERTIVA**		
Descripción de la acción	Se realizarán talleres en la sala de clases para trabajar la comunicación asertiva con los estudiantes, permitiéndoles dialogar adecuadamente, así como también fortalecer su autoestima y autoconcepto.		
Objetivo(s)	Desarrollar en los estudiantes habilidades comunicacionales que les permitan expresarse y escuchar adecuadamente.		
Fecha de inicio	Junio 2025	**Fecha de término**	Junio 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible.		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe talleres de comunicación asertiva.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.		
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación		

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**CINE A TU SALA**
Descripción de la acción	Los estudiantes verán algunas escenas de la película “Inside out” (Intensamente) a modo de introducción a las emociones básicas. En segunda instancia cada estudiante podrá elegir alguna emoción de las que se presentaron y en una hoja de bloc, dibujarán una situación en la que se hayan sentido como la emoción escogida.

Objetivo(s)	Identificar y expresar las emociones básicas de manera adecuada, permitiendo la correcta gestión de ellas al comprender la función de cada una.		
Fecha de inicio	Mayo 2025	**Fecha de término**	Mayo 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible, internet, proyector.		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe cine a tu sala.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.		
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación		

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**PREVENCIÓN A TRAVÉS DE LA DIFUSIÓN DE CHAT**		
Descripción de la acción	El equipo de convivencia se acercará a todos los cursos de enseñanza media y octavo básico para difundir la posibilidad de chatear con un especialista en salud mental de manera anónima en caso de presentar estados de ánimo que bordeen la ideación suicida. Se les entregará información sobre cómo acercarse a dicha instancia.		
Objetivo(s)	Prevenir conductas suicidas a través de la difusión de un chat (ya creado por entes estatales)		
Fecha de inicio	Junio 2025	**Fecha de término**	Junio 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible.		
ATE	No		

TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe prevención a través de la difusión del chat.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.		
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación		

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**TALLERES ENTRETENIDOS**		
Descripción de la acción	Se realizarán talleres entretenidos consistentes en juegos y en el uso de elementos que pueden permitir a los estudiantes canalizar de mejor manera sus emociones (tristeza, rabia, frustración) para lo cual se dejará en el aula una caja para el curso conteniendo diferentes objetos que permitan lograr dicho fin. Se buscará poder realizar la actividad en un lugar que no sea el aula.		
Objetivo(s)	Desarrollar estrategias de autorregulación emocional mediante respuestas adecuadas para situaciones cotidianas.		
Fecha de inicio	Agosto 2025	**Fecha de término**	Agosto 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible (stickers).		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe talleres entretenidos.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$6.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto		

	mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación 2. Convivencia.

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**BUZÓN DE LA SALUD MENTAL**		
Descripción de la acción	Elaboración de un buzón en el cual los miembros de la comunidad educativa podrán escribir lo que sienten, pedir ayuda y dar sugerencias de manera anónima. Lo anterior permite prevenir conductas de riesgo en el ámbito de la salud mental.		
Objetivo(s)	Facilitar la expresión emocional y la solicitud de apoyo dentro de la comunidad educativa para la prevención de conductas de riesgo que puedan afectar la salud mental de estudiantes, apoderados, directivos, docentes y asistentes de la educación.		
Fecha de inicio	Julio 2025	**Fecha de término**	Julio 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible (buzón).		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe Buzón de la salud mental.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		

Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**TEATRALIZANDO EMOCIONES**		
Descripción de la acción	Se trabajará en conjunto con el grupo de teatro del establecimiento, en donde mensualmente del inicio del grupo de teatro se acompañará desde convivencia educativa a los talleres, para exponer temas relevantes de problemáticas juveniles. Eventualmente los alumnos escogerán temas que pueden ser abordados en una presentación ante la comunidad educativa.		
Objetivo(s)	Generar una reflexión crítica, empatía y conciencia social en relación a temáticas juveniles expuestas por estudiantes del taller de teatro a través de una dramatización realizada frente a la comunidad educativa.		
Fecha de inicio	Noviembre 2025	**Fecha de término**	Noviembre 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible, vestimenta, decoración teatral.		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe teatralizando emociones.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de		

	la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación

NOMBRE DE LA ACCIÓN	**TALLERES DE SALUD MENTAL**		
Descripción de la acción	Psicólogo/a de convivencia educativa realizará taller donde se hablará y reflexionará respecto a los cuidados de la salud mental en el diario vivir de los estudiantes, considerando hábitos saludables para un buen funcionamiento a nivel psicológico.		
Objetivo(s)	Educar respecto a la salud mental, sus factores importantes y métodos y/o técnicas de autocuidado.		
Fecha de inicio	Noviembre 2025	**Fecha de término**	Noviembre 2025
Programa asociado	SEP		
Responsable	Convivencia Educativa		
Recursos necesarios para la ejecución	Recursos humanos: docentes y asistentes de la educación. Recursos materiales: material fungible, recursos tecnológicos.		
ATE	No		
TIC	Sí		
Medios de verificación	Informe talleres de salud mental.		
Financiamiento	SEP	**Monto total de la acción PME**	$14.000.000
Objetivo Estratégico	Promover la formación integral del estudiantado a través de la implementación de procedimientos y prácticas que favorezcan el desarrollo personal, social y emocional, con énfasis en las relaciones inclusivas, la participación democrática, el respeto mutuo y la resolución pacífica de conflictos, conforme al Proyecto Educativo Institucional, los Objetivos de Aprendizaje Transversales y las Bases Curriculares.		
Estrategia	Desarrollo y fortalecimiento de talleres y actividades formativas para todos los niveles del establecimiento, a través de clases de orientación y otras actividades transversales gestionadas de manera conjunta entre docentes, asistentes de la educación y el Equipo de Gestión, incluyendo los responsables de los Planes Integrales y Convivencia Educativa.		
Subdimensiones	**Gestión Formación y Convivencia /** 1. Formación		

V. REFERENCIAS

Ministerio de Salud. 2019. *Recomendación para la prevención de la conducta suicida en establecimientos educacionales*. Chile

Montes, M. y Jiménez, A. 2023. *Prevención del suicidio en adolescentes*. Oficina Regional de Coordinación de salud mental. Madrid, España.

Pérez Martínez, Víctor T., & Lorenzo Parra, Zurama. (2004). *Comportamiento del sistema de redes de apoyo social en familias que sufren la conducta suicida*. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, *20*(5-6) Recuperado en 05 de junio de 2024, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252004000500005&lng=es&tlng=es.