

MANIFIESTO POR LA IMPLANTACIÓN DE PROTOCOLOS FRENTE A LA CONDUCTA SUICIDA

1) Por qué creemos que es necesaria la existencia de protocolos

Desde el CEEM¹ somos plenamente conscientes de la importancia de atajar esta problemática.

El proyecto DABE², centrado en la salud mental del estudiantado de Medicina en España, fue llevado a cabo en colaboración entre la Sociedad Española de Educación Médica (SEDEM) y el CEEM durante el primer trimestre de 2020 y contó con la participación de 5216 estudiantes. De los estudiantes encuestados, el **11% presentaba algún grado de ideación suicida o autolesión**, lo que indica una situación alarmante dentro de este grupo (1).

Este hallazgo subraya la **urgencia** de abordar el bienestar emocional y mental en las Facultades de Medicina, ya que una proporción significativa de futuras profesionales de la salud se enfrenta a **desafíos graves** que podrían poner en riesgo su vida y la de sus pacientes.

Es por ello que desde el CEEM no podemos mirar a otro lado. Reconocemos la situación por la que pasa el estudiantado de Medicina y **exigimos la presencia de protocolos de prevención y actuación tras la conducta suicida en nuestras universidades**, así como la existencia de SAPs³ propios de cada Facultad o Universidad y la difusión de estos servicios y otros de índole similar aportados por organismos tales como el SAPEM⁴, servicio financiado por el CEEM, FPSOMC y FMM; y proporcionado por la Fundación Galatea.

¹ CEEM: Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina

² Proyecto DABE: Estudio sobre la Depresión, Ansiedad, Burnout y Empatía en Estudiantes de Facultades de Medicina de España

³ SAP: Servicio de Atención Psicológica

⁴ SAPEM: Servicio telemático de Apoyo Psicológico al Estudiantado de Medicina

2) Sobre la implantación de Protocolos para la Prevención de la Conducta Suicida

La prevención del suicidio es fundamental para abordar un problema de salud pública que afecta a todas las sociedades, independientemente de su cultura o región. La clave para una **prevención exitosa** radica en adoptar una definición uniforme y amplia del comportamiento suicida, así como en implementar estrategias que incluyan intervenciones basadas en la población, abordando también factores filosóficos, psicosociales y psiquiátricos; no únicamente aquellos referidos a la salud pública.

Es imperativo mejorar la **planificación de estas estrategias preventivas** para, no solo reducir las tasas de suicidio, sino también ofrecer apoyo a aquellos que están en riesgo, proporcionando un enfoque más comprensivo y holístico (2).

Es por ello que desde el CEEM abogamos por la implantación de protocolos para la prevención de la conducta suicida **basados en fortalecer factores de protección, respaldados por la evidencia científica, y que reducen la probabilidad de aparición del suicidio o de otras conductas autolesivas**. Estos factores protectores incluyen competencias prosociales como el respeto, la solidaridad, la cooperación, la justicia, la tolerancia y la inclusión, que fomentan un sentido de pertenencia e integración en la comunidad universitaria, creando un entorno de apoyo y relaciones sociales significativas. Además, el apoyo social a través de buenas relaciones y redes sociales estructuradas en el entorno académico fortalece la integración y brinda un soporte emocional crucial para el estudiantado (3).

Fomentar un **ambiente académico inclusivo y de apoyo**, capacitar al personal universitario en la detección precoz de signos de riesgo suicida y factores de riesgo, igualmente importantes; así como promover competencias en solución de problemas, manejo del estrés y habilidades sociales son estrategias fundamentales para fortalecer los factores protectores y reducir la prevalencia de conductas suicidas entre las estudiantes.

Asimismo, instamos a las universidades a establecer y difundir herramientas de carácter gratuito en pos de la salud mental tales como **servicios de atención psicológica propios** y aquellos ofrecidos por otras organizaciones (fundaciones, ONGs, sectoriales...) como el SAPEM, el Servicio Telemático de Apoyo Psicológico a Estudiantes de Medicina (4).

3) Sobre la implantación de Protocolos de Actuación tras la Conducta Suicida

Estos protocolos deben estar diseñados no sólo para intervenir en situaciones de crisis, sino también para prevenir futuras tragedias y **brindar el apoyo necesario a las personas afectadas**. Por ello desde el CEEM, abogamos por que las instituciones universitarias y/o unidades hospitalarias elaboren protocolos que tengan en cuenta cómo actuar **frente a cualquier grado de autolesión o suicidio**.

Estos protocolos deberán estar enfocados en la comunicación, el duelo y la desculpabilización del estudiantado, mediante puntos concretos como (5):

- **Informar sobre el acto**, previo consentimiento de la familia o red social, sin explicitar la causa concreta de muerte; tratando el caso con máxima confidencialidad de acuerdo a la Ley de Protección de Datos (6).
- Hablar abiertamente sobre la conducta suicida, haciendo énfasis en los factores de protección, así como **difundir estrategias y herramientas de las que dispone el centro**.
- Que se facilite la **recuperación de actividades docentes** perdidas a causa del duelo, respetando este.
- Rebajar la tensión emocional y atender al estudiantado con crisis de ansiedad, ayudando a **manifestar su situación de duelo**.
- **Evaluar la situación del centro** con respecto a posibles futuros casos, haciendo énfasis en la formación del personal docente, protocolos y recursos.
- Fortalecer **redes afectivas de apoyo entre el estudiantado**, promoviendo un ambiente inclusivo y accesible libre de culpas.
- Señalar en cualquier caso **indicios de acoso o bullying** en la comunidad universitaria.

Consideramos que todos estos puntos son esenciales en un protocolo de actuación tras la conducta suicida en un ambiente universitario.

4) Conclusión general y reivindicación

Este manifiesto es una **llamada urgente a todas las Universidades para que tomen medidas decisivas frente a la conducta suicida**. No se puede permitir que la falta de protocolos y apoyo adecuado deje al estudiantado sin la ayuda que necesita en los momentos más críticos. Es nuestra responsabilidad, como comunidad educativa, garantizar un entorno seguro y de apoyo, donde cada vida sea valorada y cada persona reciba la atención que merece.

Al implementar protocolos efectivos, no solo se estarán protegiendo vidas, sino también construyendo una comunidad más fuerte, empática y resiliente. Es el momento de actuar con determinación para asegurar un futuro en el que la salud mental sea un pilar esencial en la experiencia universitaria.

Referencias

- 1) Capdevila-Gaudens, P., García-Abajo, JM., Flores-Funes, D., García-Barbero, M., García-Estañ. J. (2021). Depression, anxiety, burnout and empathy among Spanish medical students. PLoS ONE 16(12).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260359>
- 2) Serrano, C. C., & Dolci, G. F. (2021). Suicide prevention and suicidal behavior. Prevención del suicidio y la conducta suicida. Gaceta médica de México, 157(5), 547–552. <https://doi.org/10.24875/GMM.M21000611>
- 3) «En mis zapatos: guía de recomendaciones para comunicar sobre el suicidio». (2022, 8 diciembre). Asociación de Profesionales En Prevención y Posvención del Suicidio.
<https://papageno.es/en-mis-zapatos-guia-de-recomendaciones-para-comunicar-sobre-el-suicidio-descarga-gratuita>
- 4) Posicionamiento de Salud Mental (2022). Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina.
- 5) Cómo prevenir y actuar ante el suicidio. (2020, 10 de septiembre). Teléfono de la esperanza. Teléfono de la Esperanza.
<https://telefonodelaesperanza.org/cursos-y-talleres/guia-para-la-prevencion-del-suicidio-8989>
- 6) Artículo 3. Datos de las personas fallecidas y Artículo 5. Deber de confidencialidad de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.
<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2018-16673>