

Factores Protectores Asociados a la Conducta Suicida en Adolescentes

Protective Factors Associated with Suicidal Behavior in Adolescents

Yisley E. Hernández-Sánchez, Candidata de pregrado de psicología, Universidad Cooperativa de Colombia, sede Arauca. Correo: yisley.hernandezs@campusucc.edu.co

Ruth Riaño-Arévalo, Candidata de pregrado de psicología, Universidad Cooperativa de Colombia, sede Arauca. Correo: ruth.rianoa@campusucc.edu.co

Nota de los autores

El presente trabajo es realizado como modalidad de grado del diplomado: Prevención integral de la autolesión y conducta suicida: empoderamiento personal sobre la vida, supervisado por la Esp. J.K. Ayala-Pérez, programa de Psicología, de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Arauca, junio de 2021.



Resumen

El objetivo de la presente literatura crítica, es hacer una revisión literaria sobre los factores protectores asociados a la conducta suicida en los adolescentes, esta conducta suele afectar a los individuos y a quienes los rodean, con este ejercicio académico se pretende resaltar aquellas estrategias que han sido abordadas positivamente dentro de los programas de prevención de suicidio a nivel mundial. Teniendo en cuenta que los factores protectores evidenciados en los estudios abordados en esta literatura, indicaron que la psicoeducación es utilizada como estrategia para la prevención del suicidio, en donde plantean temáticas como la autoestima, auto concepto, autorregulación, inteligencia emocional, autocontrol, amor por la vida, habilidades sociales, resolución de conflictos, redes de apoyo primarias, cohesión a grupos sociales e interacción entre pares, siendo estos aspectos relevantes en adolescentes con relación a la promoción de salud mental y la protección ante la conducta suicida. Es importante mencionar que, los programas de prevención ante la conducta suicida en los adolescentes fue apoyada no sólo por psicoeducación también ha sido abordada por medio de la orientación profesional, buscando potencializar su propósito de vida promoviendo una actitud optimista hacia el futuro, sumado a esto se fortalecen aquellos valores y virtudes desde las redes de apoyo, debido a las afecciones presentadas en alguna de sus áreas de ajuste permitiéndoles así, gozar de un bienestar emocional idóneo, o por lo menos ese es el objetivo, finalmente a lo largo de la literatura además de la conceptualización temática se podrán revisar varios estudios que promueven la salud mental previniendo el suicidio adolescente.

Palabras clave: Suicidio, conducta suicida, adolescente, factores protectores, Psicoeducación.

Abstract

The objective of this critical literature is to make a literary review on the protective factors associated with suicidal behavior in adolescents, this behavior usually affects individuals and those around them, with this academic exercise we seek to highlight those strategies that have been positively addressed within suicide prevention programs around the world. Taking into account that the protective factors evidenced in the studies addressed in this literature, indicated that psychoeducation is used as a strategy for the prevention of suicide, where they raise issues such as self-esteem, self-concept, self-regulation, emotional intelligence, self-control, love of life, social skills, resolution of these conflicts, primary support networks, cohesion to social groups and interaction between peers, being relevant aspects in adolescents in relation to the promotion of mental health and protection against behaviors suicidal. It is important to mention that prevention programs against suicidal behavior in adolescents were supported not only by psychoeducation, it has also been approached through professional guidance, seeking to enhance their life purpose by promoting an optimistic attitude towards the future, in addition to this The values and virtues are strengthened from the support networks, due to the affects presented in some of their adjustment areas, thus allowing them to enjoy an ideal emotional well-being, or at least that is the objective, finally throughout the literature. . To the thematic conceptualization, several studies that promote mental health by preventing adolescent suicide can be reviewed.

Keywords: Suicide, suicidal behavior, adolescent, protective factors, Psychoeducation.

INTRODUCCIÓN

Es importante dar inicio aclarando el término “Suicidio” el cual es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), como el acto deliberado de quitarse la vida, es decir, el suicidio consiste en actos que tienen como objetivo perder la vida de manera voluntaria, además de ser considerado como una problemática social, causa de múltiples muertes al año, en términos estadísticos es la segunda tasa más alta por muerte a nivel mundial desde edades muy tempranas hasta la edad adulta. (Piñón, 2020)

Cabe mencionar que a lo largo de esta Lectura Crítica, el lector podrá identificar cuáles son aquellos factores protectores propios de una conducta suicida, se presentan como aquellas medidas de seguridad fomentadas por vínculos afectivos con sus redes de apoyo, sobre todo cuando se encuentra en eventos estresantes, ansiosos o que alteren el área emocional, incluso aquellas crisis desencadenadas debido a la presencia de trastornos mentales; por medio de estos factores el individuo es capaz de mitigar y en ocasiones eliminar el riesgo a sobre pasar el límite de integridad personal o social, entre esos el llegar a consumir una ideación suicida. (Pescador & Jiménez, 2015).

Ahora bien, dentro de los factores protectores identificados, se resaltan inicialmente aquellos que se encuentran directamente relacionados con el entorno familiar, pues es allí, donde se trabaja aspectos como la autoestima, autoconcepto, autocontrol emocional, resolución de conflictos y relaciones interpersonales, entre otros, fortaleciendo cognitivamente en los infantes diversas estrategias que en la adolescencia pueden ayudar a minimizar los riesgos de suicidio y mejorar las redes de apoyo del individuo. (Gil, 2020).

Es oportuno ahora mencionar que la promoción de los factores protectores, se ha dado por medio del fortalecimiento de la autoestima, autoconcepto positivo, inteligencia emocional, entre otros aspectos, dentro de la población adolescente, generando en el individuo característica que le ayudan a buscar sentido a la vida, enfrentándolo a todas las cosas positivas, grandes o pequeñas, aquellas por los que merece vivir, desde aquí el adolescente activara sus propias habilidades, mitigando las ideaciones suicidas y previniendo resiliencia en quienes ya intentaron actos suicidas. Por lo anterior, en esta literatura critica se hablará de los factores protectores que a lo largo de las fuentes científicas se han venido resaltando frente a las conductas suicidas en los adolescentes. (Bravo,et al, 2019;Gil, 2020;Soler,et al., 2016;)

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Es momento de iniciar explicando que la ideación suicida, los intentos de suicidio y el suicidio como un conjunto de eventos que constantemente afectan a personas de todo el mundo, de cualquier edad o condición, esto genera grandes consecuencias para el individuo y para quienes lo rodean. (MINSALUD, 2017). Existen diversas investigaciones a nivel mundial enfocadas a estudiar la presencia de la conducta suicida en adolescentes, evidenciándola como una problemática en constante aumento, donde aspectos familiares, individuales y sociales, resultan ser relevantes ante dicho incremento, además, también reflejan la importancia de generar una detección temprana de cualquier tipo de aviso o amenaza con la finalidad de prevenir esta problemática. (Cardona,et al, 2021)

Ante este ejercicio académico de revisión bibliográfica, es importante conceptualizar el suicidio y la prevención del mismo, es por ello, que se identifican investigaciones donde hacen relevantes aquellos factores que previenen la conducta suicida, y a causa de ello, han podido

minimizar las ideaciones suicidas y fomentar la resiliencia en quienes ya han realizado uno o varios intentos fallidos de suicidio. (Ordoñez, 2019)

Teniendo en cuenta lo anterior, se hará un abordaje en las literaturas existente sobre la conducta suicida en adolescentes y la importancia que se da a los factores protectores, ante la misma, donde cabe mencionar que se destacarán resultados obtenidos en los estudios abordados sobre la promoción en la prevención del suicidio por el manejo de factores protectores.

REVISIÓN Y SITUACIÓN ACTUAL DEL TEMA

La conducta suicida es una problemática social preocupante, que afecta la salud mental de las personas, en especial los adolescentes. En este sentido el suicidio es considerado como una conducta voluntaria del adolescente con el propósito de terminar con su propia vida. Así mismo, Nizama (2011), define el suicidio como el “acto auto infligido para causarse la muerte en forma voluntaria y deliberada, puesto que en el intervienen sucesivamente tres etapas, llamadas en conjunto proceso suicida: el deseo suicida, la idea suicida y el acto suicida”. Teniendo en cuenta la información encontrada es posible decir que, la conducta suicida se manifiesta como un proceso que se desarrolla de manera progresiva y de distintos modos, entre ellas la verbalización de expresiones como “me quiero morir”, “mi vida no tiene sentido” o “no vale la pena continuar en este mundo”, conllevando al deseo de suicidarse incluso dirigiéndolo a el intento suicida y terminando con el suicidio consumado. (Vega, 2018)

De acuerdo con Acosta-Artiles, Rodríguez-Caro & Méndez (2017) los casos de suicidio incrementan notoriamente, y refieren que las personas que se suicidan dejan como precedente una afectación emocional en su grupo familiar y social. Complementando lo anterior y apoyados en la revisión literaria, se puede decir que los factores protectores, vienen siendo arraigados desde la infancia en los individuos, es por ello que aspectos como la autoestima, autoconcepto,

control emocional o la inteligencia emocional, se consideran importantes, puesto que se pretende desde las redes de apoyo que el infante logre un equilibrio en su desarrollo psicológico, el cual necesita fortalecer con el paso del tiempo, debido a que ingresa a la adolescencia y esta se considera como la etapa más difícil del curso de vida de un ser humano, debido a su constante búsqueda de identidad y aceptación social, por lo tanto la promoción de la salud mental en este grupo poblacional empieza a ser un desafío, pues en algunas literaturas se identifica esta población como vulnerable, pues entran en juego componentes como; la realidad del contexto actual junto a los avances tecnológicos, y con ellos el uso imprudente e inadecuado de las redes sociales que permiten el acceso a información no argumentada y en ocasiones provocan conductas no aceptadas socialmente influenciadas de manera negativa por el Internet. (Barrón & Krmpotic, 2016; Bustos, 2018; Gómez, et al, 2020; Medina, et al, 2019)

Cabe resaltar que, al revisar algunos estudios y programas enfocados en la prevención de autolesiones, se identificó la inclusión de diferentes estrategias que pueden fortalecer los factores protectores en los individuos con conducta suicida, entre ellas se encuentra, la creación de ambientes seguros, buscando reducir el acceso a los medios letales, aplicando las políticas comunitarias enfocadas en la cultura y a su vez promoviendo la mitigación del consumo de alcohol y sustancias psicoactivas. (Mamani, et al, 2018; Stone, 2017; Mondéjar, 2017)

En este orden de ideas, se resalta la psicoeducación como herramienta de prevención direccionada a fortalecer las estrategias de afrontamiento para la superación de eventos negativos, las habilidades sociales sobre todo cuando requieren la resolución de conflictos, el reconocimiento asertivo de las pautas de crianza, el apoyo familiar junto con el fortalecimiento de vínculos afectivos y la importancia de un equilibrio económico – social entre otros, todo este ejercicio se desarrolla logrando la vinculación de programas y el apoyo de organizaciones no

gubernamentales permitiendo mayor acceso a la población que puede beneficiarse con este tipo de estrategias. (Pardo, 2017; Piñón2020)

Cabe señalar que la implementación de los programas que fueron propuestos en los estudios abordados, se hicieron evidentes resultados favorables para la población a la que fueron dirigidos, puesto que refieren el alcance de los logros propuestos dentro de ellos la identificación de aquellas personas en riesgo, por lo tanto recibieron el apoyo oportuno, es importante señalar también que, no solo se enfocaron en personas con conductas suicidas, sino también a las familias afectadas por este tipo de problemática, así mismo, las estrategias que han usado lograron disminuir la presencia de episodios de depresión y sentimientos de desesperanza, mejorando las destrezas de afrontamiento y resolución de conflictos. (Stone, 2017)

Análogamente se ha notado que el uso de estrategias como la psicoeducación y la orientación profesional entre otros son parte de los factores protectores usados dentro de los programas de prevención, debido a su funcionalidad en cuanto el aumento de la participación y culminación en los tratamientos por parte de las personas que lo requieren, estas estrategias según las literaturas abordadas mostraron un impacto positivo dentro de la población adolescentes que han mostrado ideaciones suicidas.

CONCLUSIONES

Para concluir, se puede decir que, el fortalecimiento de los factores protectores para la prevención del suicidio resultan ser, bajo una orientación asertiva una herramienta que influye en las decisiones de los individuos en cuanto a la prevención de conductas autolesivas, estos factores deben fomentarse desde la infancia, apoyados por las redes de apoyo de la persona y siendo congruente con el entorno donde se desenvuelve, se identificó también que a lo largo del desarrollo del curso de vida, se adquieren habilidades sociales que permiten el afrontamiento de

eventos estresores, fomentando la capacidad ante la resolución de conflictos y adicional a ello previniendo la conducta suicida o la presencia de cualquier tipo de trastorno psicológico.

Finalmente, y recapitulando el ejercicio académico y lo abordado en él, se da importancia al equilibrio que un individuo debe tener en sus áreas de ajuste (social, familiar, personal y laboral/académica), la afección en alguna de ellas puede influir en las otras casi inmediatamente, logrando desestabilizar la funcionalidad de las personas en un contexto o dentro de un grupo social permitiendo que tomen decisiones que afectan su salud física y mental.

REFERENCIAS

- Acosta Artiles, F. J., Rodríguez Rodríguez-Caro, C. J., & Cejas Méndez, M. R. (2017). Noticias sobre suicidio en los medios de comunicación. Recomendaciones de la OMS. [Archivo PDF]. Revista Española de Salud Pública, 91. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/170/17049838039.pdf>
- Barrón, Elsa Viviana y Krmpotic, Claudia Sandra La prevención del suicidio juvenil: entre la enunciación y la acción. Revista Katálysis [online]. 2016, v. 19, n. 01 [Accedido 28 Junio 2021], pp. 43-52. Recuperado de: <<https://doi.org/10.1590/1414-49802016.00100005>>. ISSN 1982-0259.
<https://doi.org/10.1590/1414-49802016.00100005>
- Bravo-Andrade HR, Ruvalcaba-Romero NA, Orozco-Solís MG, Macías-Espinoza F. Factores individuales de riesgo y protección ante el suicidio adolescente: Estudio cualitativo con grupos focales. Duazary. 2020enero; 17(1): 36-48. Recuperado de:
<http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.3220>
- Bustos-Murcia, J. C. (2018). Factores protectores asociados a la conducta suicida en los adolescentes de la institución educativa serrezuela de madrid cundinamarca. [Archivo PDF]. Facatativa: Universidad de Cundinamarca. Recuperado de:
<https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/bitstream/handle/20.500.12558/1602/FACTORES%20PROTECTORES%20ASOCIADOS%20A%20LA%20CONDUCTA%20SUICIDA%20EN%20LOS%20ADOLESCENTES%20DE%20LA%20INSTITUCION%20EDUCAT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cardona Guarumo, J. C., Monsalve López, J. A. y Vargas Henao, M. (2021). Aproximación a los abordajes conceptuales acerca de los factores protectores y de riesgo, asociados al suicidio en niños, niñas y adolescentes en Latinoamérica entre el año 2000 y 2021 [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional UCC.
<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/33148>
- Gil, R. M. (2020). Factores de riesgo y factores protectores del suicidio. (Trabajo de grado Psicología). [Archivo PDF]. Universidad de San Buenaventura, Facultad de Psicología, Medellín. Recuperado de:

http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/7890/1/Factores_Riesgo%20Protectores_Gil_2020.pdf

Gómez-Romero, M. J., Tomás-Sábado, J., Montes-Hidalgo, J., Brando-Garrido, C., Cladellas, R., & Limonero, J. (2020). Procrastinación académica y riesgo de conducta suicida en jóvenes universitarios: el papel de la regulación emocional.[Archivo PDF]. El Servier - Ansiedad y Estrés Volume 26, Issues 2–3, 112-119. Recuperado de:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1134793720300269#:~:text=https%3A//doi.org/10.1016/j.anyes.2020.06.002>

Mamani O, Brousett M, Ccori D, Villasante K. La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida.[Archivo PDF]. Duazary. 2018 enero; 15 (1): 39 - 50.

Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.2142>

Medina Tabares, M., Rúa Villa, S., y Vasco Rendón, S. (enero-junio, 2019). Relaciones parentofiliales en la infancia. [Archivo PDF]. Prevención del comportamiento suicida. Poiésis, (36), 147-163. DOI:

<https://doi.org/10.21501/16920945.3195>

Mondéjar-Gutiérrez, O. (2017). *Estrategias para el manejo de la conducta suicida en la consulta de enfermería en Atención Primaria*. [Archivo PDF]. San Sebastian: Universidad del país vasco facultad de medicina y enfermería Donostia Erizaintzako U.E. Recuperado de

<https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/20713/TFG%20Oihana%20Mond%c3%a9jar%20-%20copia.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Ordoñez-Fernandez, A. E. (2019). Conducta suicida en adolescentes y factores asociados (examen complejo). [Archivo PDF]. Machala, Ecuador: UTMACH, Unidad Académica de Ciencias Químicas Y De La Salud, 30 p. Recuperado de:

<http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/13964>

Pardo-Bernal, V. (2017). Factores protectores en adolescentes en edades de 13 a 17 años que presentan conductas suicidas de casos reportados en el municipio de facatativá: informe de pasantía.

[Archivo PDF]. Facultad de Ciencias Sociales, Humanidades y Ciencias Políticas. facatativá-cundinamarca. Recuperado de

<https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/bitstream/handle/20.500.12558/567/FACTORES%20ROTECTORES%20EN%20ADOLESCENTES%20EN%20EDADES%20DE%2013%20A%2017%20A%C3%91OS%20QUE%20PRESENTAN%20CONDUCTAS%20SUICIDAS%20D.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

- Piñón Azorín, M., Torres Zerquera, L. C., & Díaz Falcón, D. (2020). La prevención de conductas suicidas en adolescentes de la educación preuniversitaria.[Archivo PDF]. *Revista Científica, Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 5(2), 28-34. Recuperado de <https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/233/260>
- Soler Sánchez, Y., Pérez Rosabal, E., Mejías César, M., López Sánchez, M., & César Rodríguez, M. (2016). Programa educativo para potenciar factores protectores en adolescentes con conducta suicida. *MULTIMED*, 20(1), 161-171. Recuperado de <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/139/135>
- Stone, D.M., Holland, K.M., Bartholow, B., Crosby, A.E., Davis, S., and Wilkins, N. (2017). Preventing Suicide: A Technical Package of Policies, Programs, and Practices. [Archivo PDF]. Atlanta, GA: Centro Nacional para la Prevención y el Control de Lesiones, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Recuperado de: <https://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/suicideTechnicalPackage-es.pdf>
- Vega Chacón, R. (2018). Metodología socioeducativa de carácter intersectorial para la prevención de la conducta suicida en adolescentes. *Mendive. Revista de Educación*, 16(1), 93-109. Recuperado de <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1218>