

## ACTA DE CHARLAS A LOS USUARIOS

<b>Tema:</b>	CONMEMORACION DEL DIA MUNDIAL DE LA PREVENCION DEL SUICIDIO
<b>Lugar:</b>	Ips San Rafael de Coveñas
<b>Fecha:</b>	11/09/2025
<b>Hora:</b>	8:00 A.M. Y 2:00 P.M.
<b>Responsable:</b>	Enf. Jefe Katty Anteliz y SIAU. María Martínez
<b>Dirigido a:</b>	Los Usuarios
<b>Objetivo:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitar a los usuarios de la <b>IPS SAN RAFAEL COVEÑAS S.A.S</b> sobre la prevención del suicidio concientizándolos de que se puede prevenir, y que existen medidas eficaces para adoptar como reconocer las principales situaciones de riesgo y los signos de alerta que pueden hacer sospechar que un niño, niña o adolescente presenta ideas o intenciones suicidas.</li> </ul>

### JUSTIFICACIÓN

La salud mental del niño, la niña, el adolescente y/o algún miembro de la familia, por lo que el talento humano debe estar muy atento a las señales de advertencia que se observan en el comportamiento de cada uno de ellos.

También es importante señalar que, con el incremento de la violencia en nuestro país, aumentó la tasa de suicidios en adolescentes. La violencia entonces constituye un factor causante de desesperanza, ansiedad y pérdida de ilusiones. En este sentido cabe resaltar el elevado número de suicidios en adolescentes y aún en niños.

El suicidio no es sólo la consecuencia de problemas mentales concretos, sino que se asocia a distintos factores globales de riesgo que afectan a un gran número de personas.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (2014), cada año se suicidan más de 800 mil personas en el mundo; se trata de la décima causa de muerte a nivel mundial. Si sumamos también los intentos no consumados el número se multiplica por diez, aproximadamente, y mucha gente tiene pensamientos suicidas recurrentes que no llega a ejecutar.

Los métodos de suicidio más habituales varían en función del lugar, pero suelen incluir la asfixia, el envenenamiento y, en lugares donde es fácil acceder a estas, el uso de armas de fuego. Existe un

**SIAU- IPS SAN RAFAEL COVEÑAS S.A.S**

NIT: 901.661.036-9 Cra 22 Nro. 12- 22, Tel: 3225900007- Coveñas, Sucre.

[siau.ipssanrafael@sanrafaelips.com](mailto:siau.ipssanrafael@sanrafaelips.com) -[www.sanrafaelips.com](http://www.sanrafaelips.com)

mayor riesgo de suicidio en personas con más de 70 años y en las que se encuentran entre los 15 y los 30; en este último caso los países más ricos son una excepción.

La concepción del suicidio como un tabú y un delito, que está presente en la mayoría de las culturas, ha dificultado históricamente la comunicación humana en torno a este tema y su naturalización, y en consecuencia también la prevención de este fenómeno. Incluso en el ámbito de la psicología clínica es un asunto delicado por la frecuencia de las denuncias a profesionales.

### **SIGNOS DE ALARMA DE CONDUCTA SUICIDA:**

- Presencia de pensamientos o planes de autolesión en el último mes o acto de autolesión en el último año
- Alteraciones emocionales graves
- Desesperanza
- Agitación o extrema violencia
- Conducta poco comunicativa
- Aislamiento social

### **¿CÓMO PREVENIR EL SUICIDIO?**

El enfoque tradicional en la prevención del suicidio ha consistido en estudiar los factores de riesgo por tal de modificarlos en las personas en quienes se detecten ideas de este tipo. No obstante, no está muy claro que esta aproximación resulte eficaz; en este sentido, lo más probable es que las medidas necesarias radiquen a un nivel más profundo de la sociedad.

### **EVIDENCIAS**



**SIAU- IPS SAN RAFAEL COVEÑAS S.A.S**

NIT: 901.661.036-9 Cra 22 Nro. 12- 22, Tel: 3225900007- Coveñas, Sucre.

[siau.ipssanrafael@sanrafaelips.com](mailto:siau.ipssanrafael@sanrafaelips.com) -[www.sanrafaelips.com](http://www.sanrafaelips.com)



**CHARLA SOBRE LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO, ÍNDICES DE TASAS, FACTORES DE RIESGOS, SEÑALES DE ALERTA Y RUTA DE ATENCIÓN DE SALUD MENTAL INSTITUCIONAL.**





**ACTIVIDAD DINÁMICA SOBRE LA CONCIENTIZACION DE LA AYUDA A UNA PERSONA SOBRE IDEAS SUICIDAS.**





**ENTREGA DE BOTONES Y FOLLETOS EDUCATIVOS**



AN RA  
ro. 12-  
nrafaeli







**ENTREGA DE FOLLETOS A LOS ASISTENTES DURANTE EL TRANCURSO DE LA JORNA**



**FOLLETO**

## ¿Qué podemos hacer?

- Escuchar sin juzgar a quien expresa dolor emocional.
- Mostrar apoyo, acompañar y no minimizar lo que siente.
- Motivar a buscar ayuda en los servicios de salud.
- Recordar que pedir ayuda es un acto de valentía, no de debilidad.

### Estrategias de autocuidado

- Hablar de emociones y buscar redes de apoyo.
- Practicar actividad física.
- Mantener una buena higiene del sueño.
- Evitar consumo de alcohol y drogas.
- Acudir a profesionales de la salud cuando sea necesario.



## ¿Qué es el suicidio?

Acto por el cual una persona busca acabar con su vida. Es multifactorial: influyen aspectos psicológicos, sociales, familiares, económicos y de salud.



### Septiembre amarillo

En la semana de la prevención del suicidio enviamos un gran abrazo a:



Quienes están luchando con ideas suicidas



Quienes han perdido a un ser querido por suicidio



Quienes han tenido intentos suicidas



Quienes no tienen red de apoyo



Quienes han sido ignorados



Quienes están asustados de pedir ayuda

Hablar de suicidio salva vidas



### Factores de riesgo

- Depresión, ansiedad u otros trastornos mentales.
- Consumo de alcohol o sustancias psicoactivas.
- Antecedentes de intentos previos.
- Violencia intrafamiliar, bullying, aislamiento social.
- Situaciones de pérdida: empleo, pareja, familiar.

### Señales de alerta

- Hablar de querer morir o de no encontrar sentido a la vida.
- Cambios en el comportamiento: aislamiento, tristeza, irritabilidad.
- Regalar objetos de valor o despedirse.
- Cambios en sueño y apetito.



## PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

"CADA VIDA ES VALIOSA; LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO REQUIERE EMPATÍA, APOYO Y ACCIÓN. UN OÍDO ATENTO Y UNA INTERVENCIÓN TEMPRANA PUEDEN SER SALVAVIDAS Y TRAER ESPERANZA."



### LOS PENSAMIENTOS SUICIDAS NO SON SOLO "ME QUIERO MORIR", TAMBIEN SON:

"¿CUÁL ES EL SENTIDO DE ESTAR VIVO?"

"OJALÁ MAÑANA YA NO DESPERTARA"

"YA NO QUIERO VIVIR SINTIÉNDOME ASÍ"

"YA NO TENGO NADA A QUÉ AFERRARME"

"OJALÁ TUVIERA UN ACCIDENTE"

**ASISTENCIA**
**CONMEMORACION DEL DIA MUNDIAL DE LA PREVENCION DEL SUICIDIO**

TEMA: \_\_\_\_\_

 FECHA: 11/ Septiembre 2020 LUGAR: IPS san Rafael

 HORA: 8:00 am - 2:00 pm


NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	EPS	TELEFONO	DIRECCION	FIRMA
Mirian Alvarez pantoja	26 117 981	Nueva EPS	3115598731	Bella vista	MIRIA A
wendy pacheco	7.104 871 791	Nueva EPS	322 682 0963	La Gut	Wendy Pacheco
Diana Sil coned	65 797 24	Coosalud	221 571 4607	Bella vista	Diana Sil
Martine Ortiz	7005 745 808	Nueva EPS	324 386 5155	Suayabal	Martine O
Pedra pablo rivas	4020 528		322 633 4639	Covenita	Pedra
Arcezo Blangniceth	92.226 615	Nueva EPS	312 755 0829	torrente 2	Arcezo Blangniceth
Virginia paez	43.523 383	Nueva EPS	304 576 7744	sector punt. p	Virginia P. E
Virginia morales	7731 108 147	Nueva EPS	314 672 2289	Covenita	Virginia M. P.
Maria Herazo	7067 405 091	Nueva EPS	322 456 1104	punta esca	Maria Herazo
Deisy Miranda	64.751 094	Nueva EPS	314 670 9576	Bella vista	Deisy Miranda
Ana Hernandez	64.554 694	Coosalud	320 634 7441	Bella vista	Ana R H S
Farley forneros	8.323 333	Nueva EPS	320 448 8376	Punta piedra	Farley Forneros

**CONMEMORACION DEL DIA MUNDIAL DE LA PREVENCION DEL SUICIDIO**


TEMA: \_\_\_\_\_

 FECHA: 11/Septiembre 2025

 LUGAR: IPS San Rafael

 HORA: 8:00am-2:00pm

NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	EPS	TELEFONO	DIRECCION	FIRMA
Marta mayu merced	64.919.549	Coosalud	3043811820	Segunda enseñanza	Marta Mayu
Maria Herrera	1131110472	Coosalud	3136643672	Suayabal	Maria Herrera A.
Juliana Sibaja	1003843925	Coosalud	3006687673	Segunda enseñanza	Juliana Sibaja Mayo
Luisa Muñoz	7047494520	Nueva EPS	3225922622	torrente	Luisa fernanda
Susana Alvarez	33.082.885	Nueva EPS	3207537431	Suayabal	Susana Huayaza
Devera Salgado	26.014.260	Nueva EPS	3003465170	las parcelas	Devera Salgado
Blaydis Montes	1005417667	F. de Colombia	3206219260	torrente	Blaydis Montes
Ana mendoza	131105764	Nueva EPS	3217267361	Bella vista	Ana mendoza
Zulia Bertel	23215403	Nueva EPS	3114293023	Boca la Ciénaga	Zulia Bertel
Heider piaca	1131109816	Nueva EPS	3007374322	Suayabal	Heider Piaca