

ATENCIÓ NO PRESENCIAL A PACIENTS AMB IDEACIÓ DE SUÏCIDI



Preguntar obertament:

Has pensat que seria millor morir-te o has desitjat estar mort/a?



Aleshores preguntar:

Has pensat en el suïcidi?
Has pensat recentment en el mètode de dur-lo a terme?



Si la resposta és afirmativa, **IMPORTANT:** Necessitat d'ajuda mèdica. Com?

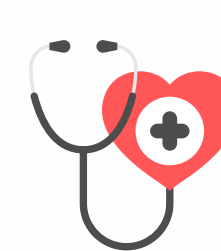
1 Aconseguir localització.



2 Saber si hi ha algú més amb ell o ella (familiars a casa, amics...).



3 Davant del dubte de risc, prioritzar la necessitat d'**atenció mèdica immediata**. Valorar si activem SEM (**061**) o si enviem a urgències de l'hospital més proper. En els dos casos, estar acompanyat o acompanyada per una persona significant.



3.1 Activem a SEM quan la persona està sola o està tancada en algun espai on els familiars no tenen accés. Informem el o la pacient que farem la trucada, que deu estar patint molt i que l'ajudaran, que tenen molta experiència. Aconseguir compromís per obrir la porta quan arribin.

Mantenir la trucada i obtenir el màxim d'informació possible. Per contactar amb **112** podem fer-ho a través de:

- Telèfon 061
- APP 061 salut respon: contactar via xat

3.2 Enviem al servei d'urgències acompanyat o acompanyada i revisem que es queda amb la persona de referència.

4 Fer parlar, escoltar, validar i no jutjar sabent que el temps corre a favor nostre (a més temps, menys impulsivitat).



5 Valorar-li positivament que hagi demanat ajuda.



6 No realitzar promeses que no es puguin complir.



7 Limitar l'entorn de possibles facilitadors (pots retirar-te de la finestra, pots sortir de la cuina, pots seure a terra si us plau...).



8 Si està acompanyada, després de parlar amb la persona, demanar de parlar amb algú.



9 No tallar la comunicació fins que el recurs assistencial arribi o es parli amb la persona acompanyant.



A CONSIDERAR

- **No subestimar** mai el risc de la temptativa.
- L'objectiu d'urgència no va dirigit a modificar la ideació sinó a **ajornar la decisió**.
- Explorar 4 àrees: **QUAN, COM, ON I PER QUÈ**.
- En el cas d'haver fet una **ingesta medicamentosa**: esbrinar adreça per activar SEM, demanar que obri la porta de casa, que avisi un veí o veïna.
- **No penjar ni abandonar la trucada** en cap moment (presència continuada).
- El pas del temps juga a favor (**cercar un temps** > 90 minuts).
- Important la comunicació no verbal (veu tranquil·litzadora, to, entonació i articulació adequada). **La teva calma és contagiosa**.
- Validar el patiment, **validar emocions**. Detectar l'emoció dominant.
- **Fer retorn** de què la persona va dient. "M'estàs dient que... (i repetir el que explica)"
- **Buscar ancoratges** (amics, fills, aficions...) i fer parlar d'ells.
- Si la persona es mostra emocionalment desbordada, fer **preguntes cognitives**: descripció de què hi ha al seu voltant, què ha fet durant el dia fins a arribar al present?
- La nostra intervenció no acaba fins quan hem fet la **vinculació de la persona amb els recursos assistencials** adequats al seu cas.