

# Manual de Normas de la Mesa Directiva Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa

## Político 5141.52 Prevención del Suicidio

Estado: ADOPTADO

Fecha de adopción original: 15/10/2014 | Fecha de última revisión: 09/10/2024 | Fecha de última revisión: 09/10/2024

### Prevención del suicidio para los alumnos de kindergarten a 6to grado

El distrito escolar reconoce que la salud mental es un asunto serio. El intento de suicidio es algo que puede afectar a todas las personas y todos podemos ayudar a detenerlo. Los adultos pueden ser de gran ayuda hablando con los niños que presentan pensamientos suicidas.

El superintendente creará un plan para ayudar a los alumnos a combatir el suicidio y trabajará con el distrito para implementar dicho plan. Se designará a alguien en el distrito y en cada escuela para asegurarse de que el plan se ponga en efecto.

### Plan estratégico general para la prevención del suicidio

Los adultos en la escuela recibirán instrucción sobre el suicidio y sobre cómo ayudar a los niños para que obtengan la ayuda que necesitan. El distrito también hablará sobre esto con los adultos que no pertenecen a la escuela. Si un estudiante de kindergarten a 6to grado que tiene beneficios de Medi-Cal necesita ayuda, el distrito trabajará con el condado para ayudar a este niño.

Estudios científicos nos muestran que se puede detener el suicidio si se habla sobre ello.

### Prevención

#### 1. Mensajes sobre la prevención del suicidio

Si hablas sobre los pensamientos suicidas, estarás en mejores condiciones de detenerlos. El distrito trabajará con expertos para que los maestros, directores y otros adultos en la escuela puedan aprender cómo detener el suicidio.

#### 2. Capacitación

Todos los empleados del distrito que trabajan con niños aprenderán sobre salud mental. También aprenderán sobre cómo detener el suicidio.

En esta sección, los empleados del distrito se denominarán "adultos".

Entrenamiento:

- Por lo menos una vez al año, los empleados adultos recibirán capacitación sobre cómo piensan los alumnos de manera que puedan ayudar a aquellos

niños que están teniendo pensamientos suicidas. Los empleados adultos de la escuela recibirán capacitación sobre:

- Los síntomas que se deben buscar;
- Como hablar con los niños sobre el suicidio;
- A quién llamar cuando alguien necesita ayuda o cuando piensa en suicidarse;
- Sobre los sentimientos de los niños en la escuela;
- Planes para ayudar a las personas a lidiar con sus sentimientos en caso de un suicidio o un intento de suicidio; Cómo encontrar servicios de salud mental;
- Cómo analizar los datos y la información de otras escuelas y distritos escolares para detectar patrones;
- Cómo hablar con los padres y apoderados de los niños que podrían estar en riesgo de suicidio.

### **3. Las personas que realizarán el trabajo serán expertos**

Los adultos que no están capacitados no deben intentar tratar enfermedades mentales. Los adultos del distrito recibirán capacitación para ayudar a los niños que piensen en el suicidio.

### **4. Educación y participación de los padres, apoderados y encargados de los menores**

Las familias recibirán folletos para ayudar a los niños que podrían tener pensamientos suicidas y el distrito proporcionará ideas sobre las formas en que se puede ayudar a los niños. Se proporcionará información a las familias sobre las señales y sobre ciertos tipos de sentimientos que los niños podrían expresar cuando se encuentran en este tipo de situaciones. El distrito les informará a las familias lo que está haciendo para ayudar a los niños. El distrito les recomendará a las familias que busquen ayuda en la escuela si un alumno la necesita y también proporcionará información sobre otras organizaciones que ofrecen ayuda.

### **5. Educación y participación de los alumnos**

- El distrito también utilizará otras lecciones para enseñar a los niños. Las lecciones provendrán del Proyecto Cal-Well.
  - <https://www.cde.ca.gov/ls/cg/mh/projectcalwell.asp>
- El distrito apoyará a los niños haciéndoles ver que las escuelas se preocupan por ellos. Los adultos recibirán capacitación sobre los Sistemas de Intervención a Través de Conducta Positiva (PBIS).
- Los niños aprenderán sobre sus sentimientos a través de lecciones en la escuela.
- Se les enseñará a los niños a pedir ayuda cuando la necesiten.

- Los niños aprenderán a controlar sus acciones cuando tienen sentimientos que los hacen estar molestos.
- Los niños aprenderán a mantener la calma cuando las cosas no salen como ellos quieren.
- Los niños aprenderán qué hacer cuando ven que otros niños están muy molestos.
- Los niños también aprenderán sobre los signos de suicidio que presentan otros individuos.
- El distrito brindará apoyo adicional a los estudiantes que lo necesiten y utilizará un sistema de apoyo de diferentes niveles (MTSS).
- Se les ayudará a los niños a que se comuniquen con los adultos cuando tiene ideas suicidas. Se les estimulará a los niños a que hablen con los adultos si creen que otros niños también están pensando en el suicidio.
- También se brindará apoyo a los niños si le dicen a alguien que intentaron suicidarse.

### **Intervención, evaluación, recomendación**

Se le comunicará a un experto o un adulto del distrito si se sabe de un caso de un niño que tenga pensamientos suicidas, ellos podrán ayudar.

#### **1. Padres, apoderados y encargados del cuidado del menor**

A las familias se les enseñará cómo obtener la ayuda que necesitan y se les informará dónde acudir para obtenerla.

#### **2. Alumnos**

Los niños deben contarles a los adultos cuando tengan pensamientos suicidas. Los niños deben hablar con los adultos si creen que otros niños también piensan en suicidarse.

#### **3. Notificación a los padres e involucramiento**

Las escuelas trabajarán con las familias para asegurarse de que los niños reciban ayuda.

Si por su parte las familias no reciben ayuda, la escuela llamará a la familia para ver si pueden hacer algo para ayudar. Si las familias siguen sin recibir ayuda para el estudiante que corre el riesgo de suicidarse, se llamará a los expertos. Los expertos son empleados de los Servicios de Protección de Menores.

#### **4. Plan de acción para los intentos de suicidio que ocurren en el establecimiento escolar**

Si alguien intenta suicidarse dentro del establecimiento escolar, estas son algunas de las medidas que tomará un adulto:

- Permanecer con el alumno;
- Mantener la calma;
- Retirar a todos los otros alumnos del área en que ocurrió el suceso;
- Llamar a un experto; llamar al director de la escuela;
- Llamar a 911;
- Hacer lo que sea posible para ayudar al alumno;
- Llamar a la familia del alumno; Escuchar al alumno y hablar con él o ella;
- Informarle al alumno que existe ayuda;
- Aceptar cuando el alumno no quiere hablar;
- Ser paciente con el alumno;
- No enojarse con el alumno;
- Decirle al alumno que usted se preocupa por él y que está allí para cualquier cosa que este necesite;
- Decirle al alumno que usted le informará del asunto solo a aquellas personas que puedan ayudar;
- Si todo está bien, deje que el alumno se vaya a casa con sus padres. Si todo está bien, deje que el alumno se vaya a casa con un experto.

**5. ¿Qué sucederá cuando un intento de suicidio ocurra fuera del establecimiento escolar?**

Si existe un intento de suicidio fuera de establecimiento escolar, aquí hay algunas cosas que harán los adultos:

- Llamar a la familia;
- Conversar con la familia para determinar de qué manera puede ayudar la escuela.
- Hablar con la familia para que esta autorice que los adultos de la escuela puedan ayudar al estudiante; Asignar a un adulto de la escuela para que hable con las personas que no pertenecen al establecimiento escolar y que están ayudando al alumno;
- Trabajar con la familia para crear un plan de manera que se pueda ayudar con los problemas del alumno;
- Trabajar con la familia para que el alumno se reintegre a la escuela.

## **6. Ayudando a los niños después de una crisis mental**

Los adultos procederán de la siguiente manera:

- Tomarán lo acontecido de manera seria y mantendrán la calma; escucharán lo que el alumno tenga que decir y no discutirán con él o ella;
- Se le dará esperanza al alumno, se le hará sentir seguro y se le dirá que muy pronto recibirá ayuda;
- Se conseguirá ayuda para el alumno.
- Se hablará con las personas que cuidan del alumno.

## **7. Reintegrándose a la escuela después de un intento de suicidio**

Cuando un alumno se reintegre a la escuela, los adultos procederán de la siguiente manera:

- Hablar con la familia para que los adultos de la escuela puedan ayudar al estudiante; Preguntar al alumno qué puede hacer la escuela para facilitar su reincorporación a las clases; Informar a los maestros si el estudiante faltará algún día;
- Permitir que el estudiante haga cualquier trabajo que no haya realizado;
- Seguir hablando con el estudiante para ver cómo se siente; trabajar con la familia y el estudiante para que siga recibiendo ayuda.

## **8. Respuesta a una muerte por suicidio**

Si un alumno o individuo se suicida, los adultos en la escuela harán lo siguiente:

- Se asegurarán de que esto es verdad y no solo un rumor;
- Llamarán a la familia;
- Tendrán una reunión con los encargados asignados para responder;
- Conversarán con todas las personas que trabajan en la escuela;
- Hablarán con los niños que conocían al estudiante o al adulto.
- Compartirán información para hacer sentir mejor a los alumnos.
- Se asegurarán de que otras personas también reciban ayuda si están pensando en hacer lo mismo.

## **Revisión del plan**

El distrito revisará estas normas por lo menos una vez cada cinco años. El superintendente o su

designado revisará los datos y recomendará cómo seguir desarrollando el programa.

El superintendente o su designado publicará estas normas en la página de internet del distrito, en un lugar visible y de manera que los padres, apoderados y alumnos puedan tener acceso a ellas.

## Recursos

- Heard Alliance: <https://www.heardalliance.org/>
- Project Cal-Well: <https://www.cde.ca.gov/ls/cg/mh/projectcalwell.asp>
- Second Step: <https://www.secondstep.org/>
- Youth Mental Health First Aid:  
<https://www.mentalhealthfirstaid.org/cs/take-a-course/course-types/youth/>

## Prevención del suicidio para alumnos de 7mo a 12do grado

La Mesa Directiva del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa reconoce que el suicidio es una de las principales causas de muerte entre los jóvenes y que una cantidad aún mayor de jóvenes considera el suicidio (17 por ciento de los estudiantes de la enseñanza preparatoria) e intenta suicidarse (más del 8 por ciento de los estudiantes de la enseñanza preparatoria) (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, 2015).

Los individuos que consideran la posibilidad de suicidio y que tienen pensamientos suicidas requieren una atención constante por parte del personal de la escuela. Como resultado, tenemos la responsabilidad moral y legal de tomar las medidas apropiadas y oportunas para prevenir la planificación, los intentos suicidas, y las muertes. También debemos trabajar para crear un establecimiento escolar seguro y acogedor que minimice la planificación de los suicidios de parte de los alumnos.

Reconociendo que es deber del distrito y las escuelas proteger la salud, la seguridad y el bienestar de sus estudiantes, estas normas tienen como objetivo proteger a los estudiantes y al personal contra los intentos de suicidio, las muertes y otros traumas asociados con el suicidio, lo cual incluye garantizar el apoyo adecuado para los estudiantes, el personal y las familias afectadas por los intentos de suicidio y la pérdida de seres queridos. Como se sabe que el bienestar emocional de los estudiantes tiene un gran impacto en la asistencia escolar y el éxito educacional, estas normas se combinarán con otros reglamentos que respalden el bienestar emocional y conductual de los estudiantes.

Estas normas se basan en investigaciones y en las prácticas más eficientes de prevención del suicidio y se han adoptado con el entendimiento de que las actividades de prevención del suicidio disminuyen el riesgo de suicidio, aumentan la conducta de búsqueda de ayuda, identifican a quienes corren riesgo de suicidio y disminuyen las conductas suicidas. La evidencia empírica refuta la creencia común de que hablar sobre el suicidio puede aumentar el riesgo o "poner estas ideas en la mente de alguien".

En un intento por reducir la conducta suicida y su impacto en los estudiantes y las familias, el superintendente o una persona designada del Distrito de West Contra Costa desarrollará estrategias para la prevención, intervención y para lidiar con la situación después de un suicidio, y la identificación de los desafíos de salud mental frecuentemente asociados con el pensamiento y las conductas suicidas. Estas estrategias incluirán el desarrollo profesional para el personal escolar que interactúa regularmente con los estudiantes o está en condiciones de reconocer los factores de riesgo y las señales que advierten un posible suicidio.

El superintendente o la persona designada del Distrito Escolar de West Contra Costa desarrollará e implementará estrategias preventivas y procedimientos de intervención que incluyen lo siguiente:

### **Plan estratégico general para la prevención del suicidio**

El superintendente o la persona designada del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa deberá involucrar a los profesionales de la salud mental contratados por la escuela (por ejemplo, consejeros escolares, psicólogos, trabajadores sociales, enfermeras), a los administradores, otros miembros del personal escolar, padres/apoderados/encargados del cuidado de los menores, alumnos, agencias y profesionales locales de la salud, fuerzas de resguardo del orden y organizaciones comunitarias en la planificación, implementación y evaluación de las estrategias del distrito para la prevención e intervención del suicidio. Los distritos deben trabajar en conjunto con las agencias gubernamentales locales, las organizaciones comunitarias y otras entidades comunitarias de apoyo para identificar recursos adicionales. El Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa tiene una sólida relación de colaboración con el Departamento de Salud Conductual del Condado de Contra Costa y el Centro de Crisis de Contra Costa, así como con muchas otras organizaciones de salud mental comunitarias (incluyendo: Recursos de Asesoramiento Local del Área de la Bahía, Caridades Católicas, Salud para la Comunidad de Estadounidenses de Origen Asiático, Familias Unidas, Seneca, YMCA y Oficina de Servicios para Jóvenes) que ayudarán con la planificación, la intervención y los recursos para los jóvenes en nuestras escuelas.

Para garantizar que las normas sobre la prevención del suicidio se adopten, implementen y actualicen adecuadamente, el distrito designará a una persona (o equipo) para que actúe como punto de contacto en lo que respecta a la prevención del suicidio en el distrito. Además, cada escuela deberá designar por lo menos un miembro del personal para que actúe como conexión con la persona que se desempeña como punto de contacto para la prevención del suicidio en el distrito y para que coordine e implemente actividades de prevención del suicidio en su establecimiento escolar específico. Esta norma se revisará y modificará según sea necesario y por lo menos una vez al año en conjunto con las partes interesadas de la comunidad mencionadas anteriormente.

### **Prevención**

#### **1. Mensajes sobre la prevención del suicidio**

Los mensajes sobre el suicidio tienen un efecto en los pensamientos y comportamientos suicidas. En consecuencia, el Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa, conjuntamente con las

entidades vinculadas en la educación, ha revisado de manera diligente y continuará revisando todos los materiales y recursos utilizados para proporcionar información sobre este asunto, con el objeto de garantizar que estos sean consistentes con las mejores prácticas para comunicar de manera segura información sobre el suicidio.

## **2. Educación capacitación y prevención del suicidio**

El Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa, conjuntamente con las entidades vinculadas en la educación, ha revisado cuidadosamente la capacitación disponible para el personal con el objeto de garantizar que se promueva un modelo de salud mental apropiado para la prevención del suicidio y que no fomente el uso del modelo del estrés para explicar el suicidio. Se brindará capacitación a todo el personal escolar y a otros adultos que interactúan regularmente con los estudiantes en el establecimiento escolar.

Capacitación:

- Por lo menos una vez al año, el personal deberá recibir capacitación sobre los factores de riesgo y las señales que indican la probabilidad de un suicidio, sobre la prevención del suicidio, la intervención, como referir un caso a un especialista y las acciones a tomar después de un suicidio.
- Toda la capacitación sobre la prevención del suicidio se ofrecerá bajo la dirección de profesionales de la salud mental contratados por la escuela (por ejemplo, consejeros escolares, psicólogos o trabajadores sociales) que hayan recibido capacitación avanzada específica sobre el suicidio y se podría utilizar la colaboración de una o más agencias de salud mental del condado o de la comunidad. La capacitación del personal se puede modificar de un año a otro considerando las actividades de desarrollo profesional que ya se han realizado anteriormente y las mejores prácticas emergentes.

Los componentes fundamentales del entrenamiento general de prevención del suicidio deben incluir:

- Factores de riesgo en el suicidio, señales de advertencia y factores de protección;
- Cómo hablar con un estudiante sobre los pensamientos suicidas;
- Cómo responder adecuadamente a un joven que tiene pensamientos suicidas. Dichas respuestas incluirán la supervisión constante de cualquier estudiante que se considere que corre riesgo de suicidio y recomendar inmediatamente que se evalúe del riesgo de suicidio.
- Enfatizar que el caso de un alumno en riesgo de suicidio sea referido inmediatamente (el mismo día) a un especialista para una evaluación mientras permanece bajo monitoreo constante por parte de un miembro del personal;
- Enfatizar que se reduzcan los estigmas asociados con las enfermedades mentales y promover el hecho de que la prevención y la intervención temprana pueden reducir drásticamente el riesgo de suicidio;

- Revisar los datos anualmente para buscar patrones o tendencias en la prevalencia o planificación de suicidios, intentos de suicidio o muerte. Los datos de la Encuesta sobre el ambiente educacional, la salud y el aprendizaje en las escuelas de California (Cal-SCHLS) también deben analizarse para identificar deficiencias en el ambiente escolar e impulsar el desarrollo de programas.
- Además de las juntas iniciales sobre los componentes básicos de la prevención del suicidio, el desarrollo profesional continuo del personal debe incluir los siguientes componentes:
  - El impacto del estrés traumático en la salud emocional y mental;
  - Los conceptos erróneos más comunes sobre el suicidio;
  - Recursos para la prevención del suicidio en las escuelas y en la comunidad;
  - Mensajes apropiados sobre el suicidio (terminología correcta, pautas para mensajes seguros);
  - Los factores asociados con el suicidio (factores de riesgo, señas de advertencia, factores de protección);
  - Como identificar a los jóvenes que podrían correr el riesgo de suicidarse;
  - Formas adecuadas de interactuar con un joven que muestra angustia emocional o tiene tendencias suicidas. Específicamente, cómo hablar con un estudiante sobre sus pensamientos de suicidio y (según las pautas del distrito) cómo actuar ante dichos pensamientos; cómo hablar con el alumno sobre estas ideas de suicidio y como responder y brindar apoyo de manera apropiada según las pautas del distrito;
  - Procedimientos aprobados por el distrito para responder al riesgo de suicidio (incluyendo diferentes niveles de apoyo y como referir el caso). Dichos procedimientos deben enfatizar que un alumno con ideas suicidas debe tener supervisión constantemente hasta que se complete una evaluación del riesgo de suicidio.
  - Procedimientos aprobados por el distrito para responder a las consecuencias de una conducta suicida (después que una conducta suicida haya ocurrido);
  - Como responder después de un suicidio (acciones después de un suicidio);
  - Recursos sobre la prevención del suicidio juvenil;
  - Enfatizar que se reduzcan los estigmas y promover el hecho de que la prevención y la intervención temprana pueden reducir drásticamente el riesgo de suicidio.
  - Enfatizar que el caso de un alumno en riesgo de suicidio sea referido inmediatamente (el mismo día) a un especialista para una evaluación mientras permanece bajo monitoreo constante por parte de un miembro del personal;

- En el desarrollo profesional también se debe incluir información adicional sobre los grupos de estudiantes que la escuela considera que tienen un riesgo elevado de suicidio, según las investigaciones disponibles. Estos grupos incluyen, entre otros, los siguientes:
- Los jóvenes afectados por un suicidio;
- Jóvenes con antecedentes de planificación o intentos de suicidio;
- Jóvenes con discapacidades, con enfermedades mentales o desordenes de abuso de drogas;
- Jóvenes lesbianas, homosexuales, bisexuales, transgénero o que cuestionan su sexualidad;
- Jóvenes sin hogar o que cambian con frecuencia de hogar, como los niños en hogares temporales de crianza;
- Jóvenes que han sufrido experiencias traumáticas;

### **3. Cualificaciones de los empleados y ámbito de los servicios**

Los empleados del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa y sus asociados deben actuar únicamente dentro de los límites estipulados en sus credenciales y dentro del ámbito que los autorizan sus licencias. Si bien se espera que los profesionales de la escuela puedan identificar los factores indicativos de riesgo de suicidio y las señales de advertencia y prevenir el riesgo inmediato de las conductas suicidas, el tratamiento de aquellos que planifican un suicidio generalmente está fuera del ámbito de servicios que estos profesionales pueden ofrecer. Además, el tratamiento de los problemas de salud mental que a menudo se asocian con los pensamientos suicidas generalmente requiere recursos de salud mental que van más allá de lo que las escuelas pueden proporcionar.

### **4. Participación de los padres, apoderados, y encargados del cuidado de los menores en la educación**

- En la medida de lo posible, los padres/apoderados/encargados del cuidado de menores deben participar en todos los esfuerzos de prevención del suicidio.
- Estas normas de prevención del suicidio se destacarán en la página de internet del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa y se incluirán en el manual para los padres.
- Todos los padres/apoderados o encargados del cuidado de menores deberían tener acceso a entrenamiento sobre la prevención del suicidio en el cual se traten los siguientes temas:
  - Factores de riesgo de suicidio, señales de advertencia, y factores de protección;
  - Como hablar con un alumno sobre los pensamientos suicidas;

- Como responder apropiadamente a un alumno que tenga pensamientos suicidas. Dichas respuestas deberían incluir una constante supervisión de cualquier alumno que se considere en riesgo de suicidarse y como referir el caso a un profesional con el objeto de evaluar el riesgo inmediato de suicidio.

## **5. Participación de los alumnos y educación**

El Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa, conjuntamente con sus asociados, han revisado cuidadosamente los programas de estudio disponibles para los estudiantes con el objeto de garantizar que se promueva un modelo de salud mental para la prevención del suicidio y no fomentar el uso de un modelo relacionado con el estrés para explicar el suicidio.

Bajo la supervisión de profesionales de la salud mental contratados por la escuela y después de consultar con las agencias de salud mental del condado y de la comunidad, los estudiantes deberán:

- Recibir una educación centrada en el alumno y apropiada para su desarrollo acerca de las señales de advertencia que indican la existencia de problemas de salud mental y las señales que indican una angustia emocional;
- Recibir una instrucción apropiada para el desarrollo del alumno con respecto a los procedimientos de prevención, intervención y como referir un caso a un profesional.
- El contenido de la instrucción deberá incluir:
  - Estrategias para lidiar con el estrés y el trauma;
  - Cómo reconocer conductas (señales de advertencia) y problemas de la vida (factores de riesgo) asociados con el suicidio y problemas de salud mental en uno mismo y en los demás;
  - Estrategias para buscar ayuda para uno mismo y para otros, incluyendo cómo involucrar recursos escolares y comunitarios y como referir a un compañero a un especialista para obtener ayuda;
  - Enfatizar la reducción del estigma asociado con las enfermedades mentales y el hecho de que la prevención e intervención temprana pueden reducir drásticamente el riesgo de suicidio.

La educación para la prevención del suicidio para los alumnos se puede incorporar en los programas de estudio de las aulas (por ejemplo: en las clases de salud, en las sesiones de orientación para los alumnos de 9no grado, en las clases de ciencias y educación física).

El Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa apoyará la creación e implementación de programas y/o actividades en los establecimientos escolares en que se proporcione instrucción sobre el bienestar mental y la prevención del suicidio (por ejemplo: Semanas de concientización sobre la salud mental, Programas de consejería entre compañeros, Programas para el éxito de los alumnos de 9no grado y la Alianza nacional sobre enfermedades mentales en los clubes de los establecimiento de las escuelas preparatorias).

## **Intervención, evaluación y proceso para referir un caso a un especialista**

### **1. Personal**

El personal de salud mental y los psicólogos del equipo de intervención en caso de crisis serán designados como una conexión para la prevención del suicidio. Siempre que un miembro del personal sospeche o tenga conocimiento de las intenciones suicidas de un estudiante, deberá notificarlo de inmediato al director y al psicólogo del establecimiento escolar.

El director, otro administrador de la escuela, el consejero escolar, el psicólogo escolar, la trabajadora social o la enfermera notificarán, si correspondiese y fuese beneficioso para el alumno, a los padres, apoderados o encargados del cuidado del alumno lo antes posible y referirán el caso a los profesionales de los servicios de salud mental de la escuela o de la comunidad. La determinación de notificar a los a los padres, apoderados o encargados del cuidado del alumno debe hacerse después de una evaluación inicial formal para garantizar que el estudiante no esté en peligro debido a que se notificará a los padres.

Si el estudiante está en peligro inminente (tiene acceso a un arma, está en un tejado o en otras condiciones inseguras), se llamará a 911.

- Cuando un miembro del personal sospeche o tenga conocimiento de las intenciones suicidas de un estudiante, deberá notificarlo de inmediato al administrador del establecimiento y al personal de apoyo de la escuela.
- Los alumnos que están teniendo pensamientos suicidas no deberían estar sin supervisión.
- Se debe establecer una comunicación extensiva entre todos los miembros del personal, para estar al tanto de cómo responder a una crisis y para que se conozcan los recursos de la escuela y la comunidad.
- El superintendente o su designado han establecido procedimientos de intervención en caso de crisis para garantizar la seguridad de los estudiantes y una comunicación apropiada si ocurriese un suicidio o un intento de suicidio por parte de un alumno o adulto en el establecimiento o en una actividad patrocinada por la escuela.

### **2. Padres, apoderados y encargados del cuidado de los alumnos**

Se establecerá un proceso extensivo de comunicación e instrucción para todos los padres, apoderados y encargados del cuidado de los alumnos de manera que ellos sepan cómo responder en caso de una crisis y tengan conocimiento sobre los recursos de la escuela y de la comunidad.

### **3. Alumnos**

Se les recomendará a los estudiantes que notifiquen a un miembro del personal cuando experimenten angustia emocional o tengan pensamientos suicidas, o cuando sospechen o tengan conocimiento de que otros alumnos padecen de angustia emocional, o tiene ideas suicidas. El

personal del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa brindará intervención en situaciones de crisis, consejería y ofrecerá otros sistemas de apoyo.

### **Notificación a los padres e involucramiento**

El personal de intervención en caso de crisis tomará las siguientes medidas para garantizar la continuidad de la atención:

- Después de referir el caso de un alumno a un especialista, él personal de la escuela deberá verificar con los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor que el alumno ha tenido acceso al tratamiento subsiguiente.
- Si los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor se niegan o rehúsan a que el alumno tenga acceso al tratamiento como un estudiante que ha sido identificado en riesgo de suicidio o que sufre angustia emocional, el empleado encargado de los casos de suicidio (u otro miembro del personal escolar apropiado) se reunirá con los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor para determinar el motivo por el cual se oponen al tratamiento (por ejemplo, estigma cultural, problemas financieros) y trabajará con ellos para rectificar la situación y para dar a entender la importancia de un atención especializada. Si aún no se brinda la atención subsiguiente al estudiante, el personal escolar debe considerar comunicarse con los Servicios de Protección a Menores (CPS) para denunciar un caso de negligencia: 1-877-881-1116.

#### **4. Plan de acción para intentos de suicidio en la escuela**

Si se produce un intento de suicidio durante la jornada escolar en el establecimiento, es importante recordar que la salud y la seguridad del estudiante y de quienes lo rodean son fundamentales. Se deben implementar las siguientes medidas:

- Mantener la calma, recordar que el estudiante está abrumado, confundido y emocionalmente angustiado;
- Retirar a todos los otros alumnos del área en que ocurrió el suceso;
- Contactarse inmediatamente con un administrador y/o con el personal encargado de intervenir en caso de crisis.
- Llamar al 911 y darles toda la información posible sobre cualquier nota de suicidio, medicamentos ingeridos y acceso a armas, si correspondiese.
- Si es necesario, brindar primeros auxilios hasta que un profesional médico esté disponible;
- Se debería contactar a los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor tan pronto fuese posible;
- No envíe al estudiante a otro lugar ni lo deje solo, incluso si necesita ir al baño;

- Escuche y estimule al alumno para que hable;
- Revisar opciones y recursos de personas que pueden ayudar;
- Siéntase cómodo con los momentos de silencio, ya que usted y el estudiante necesitarán tiempo para procesar lo ocurrido;
- Haga que el alumno se sienta cómodo;
- Prometa privacidad y ayuda, y sea respetuoso, pero no prometa confidencialidad;
- Los estudiantes solo deben ser entregados a sus padres, apoderados o encargados del cuidado del menor, o a una persona calificada y capacitada para brindar ayuda.

## **5. Plan de acción para intentos de suicidio fuera de la escuela**

Si un estudiante intenta suicidarse fuera de un establecimiento del Distrito Escolar Unificado de West Contra Costa, es fundamental proteger la privacidad del estudiante. El personal mantendrá un registro confidencial de las medidas adoptadas para intervenir, apoyar y proteger al estudiante. Se debe proceder de la siguiente manera:

- Contactar a los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor y ofrecer ayuda;
- Hablar con la familia sobre cómo les gustaría que la escuela respondiera al intento de suicidio, minimizando al mismo tiempo los rumores generalizados entre los maestros, el personal y los estudiantes;
- Obtener permiso de los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor para compartir información con el objeto de garantizar que los hechos sobre la crisis sean correctos;
- El Superintendente ha designado a un miembro del personal para que se encargue de las solicitudes de los medios de comunicación;
- Brindar atención y determinar el apoyo adecuado para proporcionar a los estudiantes afectados;
- Ofrecer al estudiante, padres, apoderados o encargados del cuidado del menor un proceso para que el alumno se reintegre a la escuela.

## **6. Apoyo a los alumnos después de una crisis mental**

Es fundamental que se tomen medidas cuidadosamente para brindar apoyo de salud mental al estudiante y monitorear sus acciones con el propósito de detectar cualquier signo de suicidio. Se deben implementar los siguientes pasos después de que haya ocurrido la crisis:

- Tratar cada amenaza con seriedad y abordarla con calma; hacer que el alumno sea una prioridad;

- Escuchar sin juzgar al alumno. Permitirle que exprese sus sentimientos;
- Reconocer los sentimientos y no discutir con el alumno;
- Darle esperanza y decirle que se encuentra en un lugar seguro y que se le brindará ayuda. No prometa confidencialidad ni cause estrés;
- Explique las cosas con calma y lleve al estudiante a un profesional capacitado, un consejero o personal designado para brindarle más apoyo;
- Mantenerse en contacto con los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor y con los profesionales de salud mental que trabajan con el alumno.

## **7. Reintegrarse a la escuela después de un intento de suicidio**

Un estudiante que haya amenazado con suicidarse o haya intentado hacerlo corre un mayor riesgo de hacerlo en los meses posteriores a la crisis. Un proceso simple de reintegración, bien planificado garantiza la seguridad y el bienestar de los estudiantes que ya han intentado suicidarse y reduce el riesgo de que vuelvan a intentarlo. Un proceso adecuado es un componente importante de la prevención del suicidio. El involucrar a los estudiantes en la planificación de un proceso para reintegrarse a la escuela les proporciona una sensación de control, responsabilidad personal y empoderamiento.

Los siguientes pasos se implementarán cuando el alumno se reintegre a la escuela:

- Obtener una autorización escrita y firmada por los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor para obtener y compartir información con otras entidades que trabajan con el alumno.
- Consultar con el alumno y los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor para considerar cualquier solicitud específica sobre cómo manejar la situación.
- Informar a los maestros del alumno sobre posibles días de ausencia;
- Permitir ciertas acomodaciones para que el alumno pueda realizar el trabajo que le falta (tenga en cuenta que las tareas que el alumno no ha hecho pueden aumentar su estrés);
- Los profesionales de la salud mental o miembros del personal deben comunicarse continuamente entre ellos para monitorear las acciones y el estado de ánimo del alumno;
- Trabajar con los padres, apoderados o encargados del cuidado del menor para involucrar al alumno en un plan de cuidado posterior.

## **8. Respuesta después de una muerte por suicidio**

Una muerte por suicidio en la comunidad escolar (ya sea de un estudiante o de un miembro del personal) puede tener consecuencias devastadoras para los alumnos y los empleados. Por lo tanto, es vital que estemos preparados con anticipación en caso de que ocurra una tragedia de este tipo. Como parte del Plan general de respuesta a las crisis, El Distrito Escolar Unificado de

West Contra Costa cuenta con un equipo de intervención en caso de crisis y apoyo de salud mental para brindar servicios de respuesta ante una muerte por suicidio. El Plan de acción de respuesta a muertes por suicidio (Plan de respuesta posterior al suicidio) debe incorporar pasos y objetivos tanto inmediatos como a largo plazo.

- El plan de respuesta después de un suicidio deberá incluir:
  - Asignar a un miembro del personal para que confirme la muerte y la causa (administrador del establecimiento escolar);
  - Asignar a un miembro del personal para que se comunique con la familia del fallecido (dentro de las 24 horas);
  - Poner en efecto el Plan de respuesta después del suicidio, incluyendo una reunión inicial del equipo de intervención en caso de crisis del distrito o de la escuela.
  - Notificar a todo el personal (idealmente en persona o por teléfono, no por correo electrónico o notificación masiva).
- Organizar una reunión con todo el personal para hacer lo siguiente:
  - Notificación (si no se ha realizado aun) al personal sobre la muerte por suicidio;
  - Apoyo emocional y recursos disponibles para el personal;
  - Notificación a los estudiantes sobre muerte por suicidio y la disponibilidad de servicios de apoyo (si este es el protocolo que determina usar la administración);
  - Compartir información que sea relevante y que usted tenga autorización para difundir.
- Preparar al personal para responder a las necesidades de los estudiantes con respecto a lo siguiente:
  - Revisión de protocolos para referir a los alumnos a un especialista para ayuda o evaluación;
  - Asuntos que el personal debe conversar con los alumnos;
  - Recursos disponibles para los alumnos (dentro y fuera del establecimiento escolar).
- Identificar a los estudiantes significativamente afectados por una muerte por suicidio y otros estudiantes en riesgo de presentar una conducta imitativa.;
- Identificar a los estudiantes afectados por una muerte por suicidio pero que no corren riesgo de presentar una conducta imitativa.;
- Comunicarse con la comunidad escolar en general sobre la muerte por suicidio;

- Responder a las solicitudes de eventos de conmemoración de manera respetuosa y no dañina; las respuestas deben exponerse meticulosamente y se debe considerar su impacto en otros estudiantes.
- El portavoz de los medios de comunicación designado por el distrito estará capacitado para cubrir la historia sin utilizar contenido explícito, gráfico o dramático. Las investigaciones han demostrado que una cobertura sensacionalista puede conducir a conductas suicidas contagiosas.
- Utilizar las redes sociales y responder a estas.
- Incluir acciones a largo plazo después del suicidio.

### **Recursos:**

- Después de un suicidio: Un conjunto de herramientas para la escuela que sirve como una guía completa para ayudar a las escuelas a saber qué hacer si se produce una muerte por suicidio en la comunidad escolar. Consulte la página internet del Centro de Recursos para la Prevención del Suicidio dirigiéndose a <http://www.sprc.org/comprehensive-approach/postvention>
- Ayuda y esperanza para aquellos que han sufrido pérdidas producto de un suicidio es una guía para ayudar a quienes atraviesan el proceso de duelo y se vieron muy afectados por un suicidio. Consulte la página internet del Centro de Recursos para la Prevención del Suicidio dirigiéndose a <http://www.sprc.org/resources-programs/help-hope-survivors-suicide-loss>
- Para obtener información adicional sobre la prevención, intervención y acciones después del suicidio, consulte la página de internet del Protocolo Modelo de Servicios de Recuperación de Salud Mental dirigiéndose a [http://www.mhrsonline.org/resources/suicide%5Cattempted\\_suicide\\_resources\\_for\\_schools-9/](http://www.mhrsonline.org/resources/suicide%5Cattempted_suicide_resources_for_schools-9/)
- Información sobre el ambiente escolar y la seguridad escolar está disponible en la página de internet de Planificación de Escuelas Seguras del Departamento de Educación de California (CDE) dirigiéndose a <http://www.cde.ca.gov/ls/ss/vp/safeschlplanning.asp>
- Se pueden encontrar recursos adicionales sobre las necesidades de salud mental de los estudiantes en la carta de SSPI titulada Respondiendo a las necesidades de salud mental de los estudiantes en la planificación de la seguridad escolar dirigiéndose a <http://www.cde.ca.gov/nr/el/le/yr14ltr0212.asp>.