

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DO SUICIDIO NA MOCIDADE 2023- 2024. COFINANCIADA POLO PROGRAMA FSE+ GALICIA 2021- 2027.

A pandemia por COVID 19 supuxo un grave factor de risco na presentación de problemas de saúde mental. Porén non foi ata despois do confinamento e das primeiras vagas epidémicas, que se empezou a coñecer a dimensión que os cambios sociais, familiares e económicos provocados pola pandemia tiveron na mocidade.

No ano 2017, a Xunta de Galicia puxo en marcha o Plan de Prevención do Suicidio en Galicia, no que se pretendía priorizar a prevención do suicidio dentro da atención á saúde mental, e trasladar a idea a nivel social de que o suicidio é un problema global, que vai máis alá da atención no eido sanitario, sendo necesario implementar outras medidas complementarias en ámbitos como o educativo e o social. É neste marco no que a Xunta de Galicia veu traballar no obxectivo xenérico de previr os intentos de suicidio na poboación infantil e adolescente elaborando unha actualización do Protocolo de prevención e actuación nos ámbitos sanitario e educativo ante o risco suicida infanto-xuvenil.

Ao abeiro deste Protocolo decidiuse levar a cabo un programa de prevención universal dirixido ao alumnado da ESO co obxectivo de diminuír a incidencia da conduta suicida e mellorar as estratexias de búsqueda de axuda indentificándose na literatura internacional o programa Youth Aware of Mental Health (YAM)^{1,2} como o modelo de intervención máis eficaz, economicamente eficiente³ e recomendado pola OMS⁴ e Save the Children⁵

QUE É YAM?

Youth Aware of Mental Health (YAM) é un programa de promoción da saúde mental universal baseado na evidencia e dirixido a mozos e mozas entre 13 e 17 anos, cuxo obxectivo fundamental é a prevención de condutas suicidas.

¹ Crecer saludable(mente): Un análisis sobre la salud mental y el suicidio en la infancia y la adolescencia. Save the Children, 2021. https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-12/Informe_Creecer_saludablemente_DIC_2021.pdf

² Wasserman D, Hoven CW, Wasserman C, Wall M, Eisenberg R, Hadlaczky G, Kelleher I, Sarchiapone M, Apter A, Balazs J, Bobes J, Brunner R, Corcoran P, Cosman D, Guillemin F, Haring C, Iosue M, Kaess M, Kahn JP, Keeley H, Musa GJ, Nemes B, Postuvan V, Saiz P, Reiter-Theil S, Varnik A, Varnik P, Carli V. School-based suicide prevention programmes: the SEYLE cluster-randomised, controlled trial. *Lancet*. 2015 Apr 18;385(9977):1536-44. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61213-7. Epub 2015 Jan 9. PMID: 25579833.

³ Ahern, S., Burke, L. A., McElroy, B., Corcoran, P., McMahon, E. M., Keeley, H. *et al.* (2018). A cost-effectiveness analysis of school-based prevention programmes. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 27(10):1295-304.

⁴ https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/54718/9789275324240_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y (pax. 75)

⁵ <https://www.savethechildren.es/actualidad/informe-crecer-saludablemente-analisis-sobre-la-salud-mental-y-el-suicidio-en-la>

Inicialmente o programa YAM formou parte dun estudo financiado por la UE ao abeiro do VII programa marco, no que se compararon diferentes estratexias de prevención das condutas suicidas a nivel escolar (Wasserman et al., 2015).⁶ Este estudo demostrou que outras estratexias habituais como formación de profesorado como gate keepers, ou programas de screening universal e derivación a expertos en saúde mental, non eran eficaces á hora de reducir os intentos de suicidio nin a ideación suicida, mentres que YAM un programa de debate aberto entre pares reducía ambas variables arredor dun 50%.

Estes resultados fixeron que o YAM se retestará en diversos países fundamentalmente de fala inglesa (por ex.: Australia,⁷ USA⁸), confirmándose a aplicabilidade e os resultados positivos en diversas comunidades culturalmente distintas.

YAM consta de 5 sesións, a primeira e segunda ocorren o mesmo día cun breve receso. A primeira é introductoria con diapositivas, a segunda conta cunhas tarxetas chamadas de "dilema" para traballaren en pequenos grupos presentando os resultados ao grupo clase. A terceira e a cuarta ocorren na segunda semana e van tamén xuntas cun breve descanso. En ambas trabállase con rol play, os primeiros sobre o tema de como afrontar situacións de estrés e a segunda sobre depresión e pensamentos suicidas, sempre orientadas á axuda mutua e a petición de axuda externa cando se precise. A derradeira sesión ocorre na semana seguinte e fai de resumo e conclusión das anteriores.

FASES DA IMPLEMENTACIÓN

Fase Preparatoria

No mes de xuño recibiron acreditación como instrutores YAM un equipo de 20 profesionais tanto de sanidade como de educación, que desenvolverán o YAM este curso 2023-24 nos 40 centros escolares aleatorizados por clusters que foron escolleitos de 3º ESO. O alumnado invitado a participar é de N=2219, haberá un grupo control análogo no que non se realizará a intervención. O despregramento da acción ten previsto o seu inicio no mes de xaneiro de 2024.

YAM helpers

Cada Instrutor YAM precisa contar coa axuda na aula dun asistente (YAM helper). Para o recrutamento dos YAM helpers queremos pedir a colaboración das Unidades docentes multidisciplinares de Saúde Mental para recabar voluntarios/as entre os/as residentes de psicología, psiquiatría e enfermaría (N total= 20 + 7 reservas).

6 [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(14\)61213-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(14)61213-7/fulltext)

7 <https://ijmhs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13033-021-00503-w>

8 chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.y-a-m.org/wp-content/uploads/2022/05/2019_Lindow-et-al_Feasibility-and-Acceptability-of-the-Youth-Aware-of-Mental-Health-Intervention-in-US-Adolescents.pdf

Selección

Para a selección deben presentar un pequeno texto que inclúa a súa experiencia previa en traballo con mocidade tanto a nivel grupal persoal (monitores de tempo libre, monitores deportivos, scouts...) como profesional. Asemade deben indicar no texto seus motivos persoais para participar en YAM (máximo 1 folio). Por último deben presentar un certificado de delitos de natureza sexual [Certificado de Delitos de Naturaleza Sexual - Trámites - Sede Electrónica \(mjusticia.gob.es\)](https://mjusticia.gob.es)

Unha vez seleccionados os participantes serán invitados a unha sesión formativa dunha mañán completa a realizar en Santiago no mes de novembro e recibirán o material necesario.

Consideramos que participar en YAM constitúe unha oportunidade formativa única no noso país, xa que somos a primeira comunidade autónoma na que se desenvolve o programa.

YAM ten unha filosofía de intervención grupal distinta doutros enfoques, e maximiza a participación dos usuarios con intervención mínima por parte dos facilitadores que deben tentar que sexa o propio grupo o que elabore os problemas formulados sen dar respostas dende a posición de adulto.

Agardamos que esta proposta sexa do voso interese e dos/as residentes.

Data prevista curso YAM helpers

16 de novembro 2023 9 a 14.30 horas

Programa:

Introducción a YAM

Sesión de inicio

Práctica de cartas de dilemas.

Práctica de Role Plays.

Lugar Sede ACIS Santiago de Compostela