

# 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** Enviam 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.