

GLOSARIO DE TÉRMINOS TÉCNICOS SOBRE CONDUCTA SUICIDA

ACTO INSTRUMENTAL RELACIONADO CON EL SUICIDIO: se refiere a una conducta potencialmente autolesiva de la que hay evidencia de que la persona no tiene la intención de morir y la persona deseaba usar la apariencia de desear quitarse la vida en base a obtener alguna finalidad (ej., buscar ayuda, castigar a los demás, o recibir atención). **CONDUCTA INSTRUMENTAL DEL SUICIDIO.**

AGRESIÓN IMPULSIVA: Tendencia a responder a la provocación o a la frustración con hostilidad o agresividad (David Brent lo emplea para tratar de explicar la conducta suicida en adolescentes). Aumenta la probabilidad de que una persona lleve a cabo los pensamientos suicidas porque tienen dificultades para evaluar los riesgos y generar alternativas apropiadas cuando se enfrentan a los problemas

AMBIVALENCIA EN LA DECISIÓN SUICIDA: Se refiere a las manifestaciones que tiene la persona que se quiere suicidar en relación a vivir (luchar por resolver sus problemas) y no vivir (quitar el sufrimiento y matarse) al mismo tiempo. Se refieren, sobre todo, a la segunda fase de evolución de la conducta suicida, cuando todavía la decisión de morir no es firme todavía.

AMENAZA SUICIDA: punto intermedio entre la ideación y la tentativa suicida, en que la persona da indicios claros (verbales y/o no verbales) de que va a intentar suicidarse, puede ser como chantaje a las personas queridas, o como manifestación clara de su sufrimiento vital a las personas de su entorno.

AUTOLESIÓN: actos voluntarios deliberados de provocarse dolor, destructivos o lesivos sin intención de morir. Es una conducta potencialmente lesiva autoinflingida para la que existe evidencia implícita o explícita de que la persona no tiene intención de matarse, puede no provocar lesiones graves o producir una muerte autoinflingida no intencionada. Se relaciona con la conducta parasuicida.

AUTOPSIA PSICOLÓGICA: Reconstrucción del estado mental del presunto suicida en los momentos o días/semanas previos al suicidio para determinar si la muerte se produjo por voluntad propia o no. Se realiza mediante recogida de información con entrevistas a los allegados, revisión de objetos personales o escritos de la persona que presuntamente falleció por suicidio. Es una acción muy frecuente entre las compañías aseguradoras para determinar si la muerte fue accidental o no.

CARTA SUICIDA: Extensión de la nota suicida, a la expresión pormenorizada de sentimientos y pensamientos de la persona suicida hacia sus allegados o a personas que puedan encontrar el cuerpo o hacer las diligencias correspondientes. Aunque se llame carta, en ocasiones se ha hecho mediante correo electrónico.

CIBERSUICIDIO: Influencia de la información sobre el suicidio aparecida en internet, en la incidencia de los suicidios entre quienes navegan por este medio de comunicación.

COMUNICACIÓN SUICIDA: Acto dirigido hacia otras personas en que el sujeto transmite pensamientos, deseos o intencionalidad de acabar con la propia vida. No implica por sí mismo la existencia de un plan elaborado. Para algunos autores existen dos tipos de comunicación suicida: amenaza suicida y plan elaborado.

CONDUCTA PARASUICIDA: Cuando la persona se provoca lesiones, muchas veces con la intención sólo de hacerse daño y no ir más allá (no intención clara de muerte). En muchos casos se consideran una llamada de atención con intención manipulativa.

CONDUCTA SUICIDA: Conducta lesiva y autoinflingida en la que hay evidencia de que, por un lado, la persona desea usar la aparente intencionalidad de morir con alguna finalidad, y por otro lado, la persona presenta algún grado, determinado o no, de intencionalidad suicida.

CONDUCTA SUICIDA NO DETERMINADA: Conducta con grado indeterminado de intencionalidad suicida, que puede resultar sin lesiones, con lesiones o causar la muerte (autoinflingida con grado indeterminado de intencionalidad).

CONTRATO DE NO SUICIDIO: Técnica psicoterapéutica empleada por psicólogos o psiquiatras con pacientes que han tenido un intento autolítico, en el que se les plantea varias cuestiones, entre ellas, contactar con el profesional de la salud mental cuando tenga ideación suicida y/o antes de cometer suicidio, comprometerse a no suicidarse en un tiempo determinado. Sólo debe plantearse cuando exista buen rapport terapéutico entre el paciente y el terapeuta.

COOPERACIÓN AL SUICIDIO: Ayudar, en mayor o menor medida (de manera física, material o psíquica), a que una persona se suicide llevando a cabo actos necesarios, sin los cuales esa persona no podría cometer suicidio. Está penado por la ley entre 2 y 10 años en función del tipo de colaboración y del resultado (consumación o no del suicidio).

DESESPERANZA: Esquema cognitivo que tienen algunas personas con afectación importante del estado de ánimo, que se caracteriza por tener expectativas negativas acerca del futuro inmediato o remoto. Se puede medir con la Escala de Desesperanza de Beck.

DUELO: es la reacción emocional normal ante la pérdida de un ser querido, es una experiencia cultural universal, subjetiva, que va a requerir una elaboración posterior, cuya duración va a depender de la persona.

EFEECTO WERTHER: imitación de la conducta suicida tras un primer suicidio consumado con repercusión mediática. Proviene de la novela de Goethe llamada Las desventuras del Joven Werther, quien se suicida después de ser rechazado por la persona amada (Phillips, 1974). En el siglo XVIII tuvo mucha repercusión e incrementó el número de suicidios entre jóvenes con desengaños amorosos. Es el EFECTO DE CONTAGIO o SUGESTIÓN del suicidio.

EFEECTO YUKIKO: equivalente en Japón al efecto Werther, cuyo nombre proviene de un cantante de rock japonés que se suicidó y tras su muerte muchos jóvenes japonés imitaron su conducta y también murieron por suicidio, después de que la noticia se difundiera de manera sensacionalista en ese país.

EUTANASIA: Provocar la muerte de una persona de manera intencional y consciente por medios ajenos al sujeto o acortar la vida del mismo por mecanismos directos o indirectos. Está castigado por ley.

FENÓMENO ICEBERG DE LA CONDUCTA SUICIDA: Se refiere a la realidad de que por cada suicidio consumado pueden existir de 5 a 10 tentativas fracasadas.

GESTO SUICIDA: Acción o comunicación de una persona en relación a una conducta suicida, con una intención o finalidad para su entorno; puede tener consecuencias muy diversas.

IDEACIÓN SUICIDA: pensamientos de servir como agente de la propia muerte. La ideación suicida puede variar en gravedad dependiendo de la especificidad de los planes suicidas y del grado del intento suicida.

INDUCCIÓN AL SUICIDIO: Incitar a una persona a suicidarse cuando antes no tenía intención de hacerlo. Está penado por la ley para el incitador de 4 a 8 años aunque la persona incitada no consume el suicidio.

INTENTO SUICIDA: conducta autolesiva con un resultado no fatal que se acompaña por evidencia (explícita o implícita) de que la persona intentaba morir. Expectación subjetiva y deseo de un acto autodestructivo que tenga como resultado la muerte. **TENTATIVA SUICIDA. INTENTO AUTOLÍTICO.**

INTENTO DE SUICIDIO ABORTADO: conducta potencialmente autolesiva con evidencia (explícita o implícita) de que la persona intentaba morir pero se detuvo el intento antes de que ocurriera el daño físico.

INTERNAMIENTO INVOLUNTARIO: Se aplica cuando una persona por orden de un juez se obliga al ingreso hospitalario para evitar daños a sí mismo o a terceras personas. Se aplica el artículo 763 de la Ley Enjuiciamiento Civil (LEC). Si lo hace un médico de manera urgente, debe dar aviso al juzgado en las 24 h siguientes al internamiento en el centro hospitalario. **INGRESO INVOLUNTARIO.**

LETALIDAD DE LA CONDUCTA SUICIDA: peligro vital objetivo asociado con un método o acción suicida. Observe que la letalidad es distinta de y puede no siempre coincidir con la expectativa del individuo de lo que es médicamente peligroso.

MECANISMOS DOBLES EN EL SUICIDIO: Ocurre cuando la persona plantea más de un medio para suicidarse, de manera sucesiva o simultánea, por ejemplo sobredosis de pastillas y ahorcamiento; o coger al coche a gran velocidad para chocarse con un árbol y caerse por un precipicio a gran altura. Implican seriedad del intento y deseo importante de morir.

NOTA SUICIDA: Cuando la extensión de la misma es considerable se habla más de CARTA SUICIDA.

PACTO SUICIDA: Acuerdo mutuo entre dos o más personas para morir juntos, al mismo tiempo, usualmente en el mismo lugar y mediante el mismo método. Cuando se realiza a través de internet algunas de las características anteriores no se dan, como que sea en el mismo lugar.

PENACIDIO: Matar la pena o matar el sufrimiento, se ha sugerido como término alternativo al de suicidio, por parte de algunos autores.

PLANES SUICIDAS: Se refiere a la organización por parte del sujeto en pensamiento o en actos sobre la manera concreta (el método) en que desea acabar con su vida.

POSTVENCIÓN: Función terapéutica en los familiares del suicida, sobrevivientes, tras la muerte del suicida, cuando se empieza a trabajar sobre lo sucedido y se aclaran ciertos aspectos, que les hacen sentirse liberados de la culpa en relación a lo sucedido.

PSICALGIA: Dolor psicológico (Shneidman), sufrimiento importante a nivel vital que afecta a la persona como un todo, y que puede conducir a que la persona se plantee el suicidio

RESILIENCIA: Capacidad de aquellas personas que, sometidas a agresiones con resultado de daño (para muchos irreparable) son capaces de sobrevivir o incluso de poner en marcha estrategias nuevas ante las adversidades. Es un factor protector ante la conducta suicida en el presunto suicida y en los familiares a la hora de elaborar la situación de duelo.

CRECIMIENTO POSTRAUMÁTICO.

SUICIDIO: muerte auto infligida con evidencia (explícita o implícita) de que la persona tiene intención de autoprovocarse la muerte.

SUICIDIO ASISTIDO: Se produce ante una enfermedad grave en la que el paciente solicita ayuda a otras personas para suicidarse. Como en ocasiones las consecuencias de la enfermedad impiden cometer el suicidio, la persona pide ayuda a otros para que le faciliten los medios necesarios (generalmente medicación con efectos letales). En España está

castigado por el CP de 1995. Está despenalizado en algunos países. Hay asociaciones que abogan por su legalización y facilitan algunos trámites.

En algunos foros se habla de SUICIDIO MÉDICAMENTE ASISTIDO porque se entiende que siempre hay colaboración por parte de un médico, o al menos personal sanitario, para contribuir a que la persona se suicide en estas condiciones.

SUICIDIO COLECTIVO: Tiene lugar cuando varias personas se ponen de acuerdo en suicidarse al mismo tiempo o cuando una persona incita a otras a suicidarse en la misma fecha. Se ha asociado a pertenencia sectas dirigidas por un líder y también se han encontrado casos entre adolescentes suicidas.

SUICIDIO CONSUMADO: Intento de suicidio con resultado de muerte. Es decir, el suicida ha conseguido quitarse la vida como deseaba hacer.

SUICIDIO ENMASCARADO: Cuando la conducta suicida tiene la apariencia de otro tipo de conducta no suicida, pero realmente es un suicidio. Por ejemplo accidente de tráfico en que la víctimas se estrelló voluntariamente, explosión de gas en un edificio que se descubre provocada por persona que quería morir... o incluso persona que aparece muerta y se considera un homicidio por los primeros indicios, pero luego se descubre que es un suicidio. Puede haber intereses en relación a cobrar un seguro de vida si se demuestra que no fue suicidio.

SUICIDIO FRUSTRADO: Se produce cuando la tentativa de suicidio no es efectiva, la persona es rescatada ilesa o con secuelas o daños físicos que requieren atención médica y/o psicológica.

SUICIDIO EN ANIVERSARIO: tendencia de algunos suicidas a proponer como fecha de suicidio una fecha con significado especial para la persona o elegir la misma fecha que otra persona que se suicidó y con la que mantenía una relación personal o familiar. Indica planificación del suicidio.

SUPERVIVIENTE: el que sobrevive después del intento de muerte de uno mismo o de la muerte de otro, puede ser por suicidio o por otras causas (naturales o no). Se refiere especialmente a los familiares o allegados de un suicida que siguen viviendo con las emociones asociadas a la pérdida de la persona que muere por suicidio. **SOBREVIVIENTE.**

TENTATIVA SUICIDA. (ver intento de suicidio)

TENTATIVA SUICIDA MANIPULADORA: Cuando el intento contó con medios insuficientes (vitaminas en lugar de psicofármacos, cortes superficiales, psicofármacos a dosis bajas) o suficientes, pero la preparación permite ser encontrado a tiempo o que los demás se den cuenta de lo que está haciendo.

TRIAGE PSICOLÓGICO: Estrategia de clasificación siguiendo criterios psicológicos en pacientes que muestran afectación a nivel psicológico, con el objetivo de establecer prioridades de actuación en función de la necesidad de cada persona; las personas que muestren indicios claros de conducta suicida son clasificadas y atendidas en los primeros momentos debido a que la no atención inmediata puede suponer evolución indeseable de la conducta suicida hacia la consumación sin haber recibido ayuda especializada.

VULNERABILIDAD PSICOLÓGICA: Característica de la persona que le hace encontrarse en una situación en la que puede encontrarse más débil o con menos recursos para afrontar las dificultades vitales, o que realiza interpretaciones de algunos aspectos de su realidad que hacen incrementar el sufrimiento vital.

VOLUNTADES ANTICIPADAS: Se trata de un documento en el que la persona deja por escrito antes de morir sus deseos en relación a qué manejo médico quiere que se le dé cuando no pueda decidir por sí misma, puede nombrar hasta 3 representantes. Todo lo que se plasme por escrito debe ser legal, no se puede poner nada en relación a eutanasia o suicidio asistido. La persona puede solicitar la inscripción en el Registro de Voluntades Anticipadas para que los profesionales de la salud puedan consultar el documento correspondiente.

Se llama también **INSTRUCCIONES PREVIAS** o **TESTAMENTO VITAL** o una mezcla de los términos anteriores (la terminología cambia en función de cada Comunidad Autónoma)