

Un còp d'ull

al Consorci Sanitari del Maresme

PROGRAMA D'ATENCIÓ CONTINUADA AL CODI RISC SUÏCIDI

El Programa d'Atenció Continuada al Codi Risc Suïcidi del Consorci Sanitari del Maresme es basa en l'atenció ràpida i intensiva. Des del seu inici, l'any 2023, ha ajudat centenars de persones, ha reduït el risc suïcida i ha millorat el seguiment dels pacients. Compta amb un equip multidisciplinari de professionals de salut mental que treballen coordinadament amb serveis com urgències, atenció primària i emergències.



"Fa uns mesos vaig intentar suïcidar-me i avui ja no vull morir"

Elliot Roig

Des de ben jove he conviscut amb l'ansietat i conductes autolesives. Fa uns mesos, diverses situacions traumàtiques em van desbordar fins al punt d'intentar suïcidar-me. En aquell moment, no volia viure i morir em semblava l'única sortida.

Pensava que la teràpia no m'ajudaria, però compartir espai amb altres persones que també pateixen, sentir-me acompanyat i tenir pautes per afrontar les crisis ha estat clau. A poc a poc, i amb el suport de la família, petites coses van començar a canviar: un dia no plorava, un altre em venien ganes de tocar la guitarra, un altre podia riure amb un amic...

Gairebé sense adonar-me'n, alguna cosa ha canviat dins meu. Ara sé que ja no vull morir. Ara vull tornar a viure.

300 codis de risc suïcidi

s'activen cada any a Urgències de l'Hospital Universitari de Mataró.



Dades a Catalunya

+600 Entre
persones moren 1 i 2
per suïcidi cada any morts al dia

És una de les
principals causes
de mortalitat prematura

Com s'actua?



1. Detecció:
identificació del risc i
activació del codi des
d'Urgències



2. Contenció precoç:
contacte telefònic en 24-48 h
laborables d'una infermera
especialitzada



3. Valoració:
visita amb un psicòleg
d'atenció continuada en
menys de 7 dies



4. Intervenció:
8 sessions de teràpia
psicològica intensiva



5. Seguiment:
acompanyament durant
12 mesos

Factors clau en la prevenció

-  Identificació de factors de risc (depressió, abús de substàncies...)
-  Detecció de senyals d'alerta (parlar sobre voler morir, desesperança...)
-  Promoció de la salut mental
-  Comunicació i sensibilització (educació, campanyes antiestigma...)