



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS



Instruccional Herramienta de Tamizaje

Programa de Prevención
de la Ideación Suicida

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA
DE COLOMBIA



Positivamente 
más 



Positiva Prevención





Modelo de Abordaje Psicosocial POSITIVAMENTE MÁS

Instruccional Herramienta de Tamizaje
Programa de Prevención de la Ideación Suicida

José Luis Correa López
Presidente

Carlos Iván Heredia Ferreira
Vicepresidente de Promoción y Prevención

Dirección Técnica
Luana Betsy Polo Cortés
Ps. Profesional Especializada
Gerencia de Investigación y Control del Riesgo

Colaboración Técnica
Equipo Experto
PRESTASALUD COLOMBIA SAS

Corrector de estilo
PRESTASALUD COLOMBIA SAS

Revisión Diseño y Diagramación
Elvia Yolima Guzmán
Andrés Gallón Restrepo

Diseño Portada y Diagramación
PRESTASALUD COLOMBIA SAS

Derechos Reservados Positiva noviembre 2023

Para citar esta publicación: (2023). “Instruccional Herramienta de Tamizaje-Programa Prevención de la Ideación Suicida”. Positiva Compañía de Seguros S.A. “https://psicobox.positiva.gov.co/instruccional-programa-de-prevencion-de-la-ideacion-suicida-en-el-ambito-laboral_priv”

Todos los derechos reservados de Positiva Compañía de Seguros S.A.
Se prohíbe la reproducción o copia total o parcial de este material sin expresa autorización.
Se prohíbe la venta de este material ya que es un documento técnico educativo realizado para las empresas afiliadas a Positiva Compañía de Seguros / ARL.

CONTENIDO

Nombre de la Prueba	6
Ubicación	6
A quien está dirigido el instrumento	6
Ficha Técnica	6
Variables que evalúa	7
Objetivos del cuestionario	8
Estructura del cuestionario	8
Dashboard del instrumento	8
Reporte General y Resultados	9
Perfil de quien realiza el proceso en la empresa	10
Procedimiento para la aplicación por parte de la empresa	11
Procedimiento para el acceso de los empleados y visualización de resultados	11
Bibliografía	14
Agradecimiento	14
Anexos	16

Nombre de la prueba

Cuestionario – Riesgo suicida (Ver Anexo 1.)

Antecedentes y autoría

El presente cuestionario ha sido desarrollado como una herramienta de tamizaje centrada en la detección del riesgo suicida en el contexto laboral. A través de una serie de preguntas cuidadosamente seleccionadas, el test tiene como objetivo identificar pensamientos, emociones y comportamientos relacionados con la ideación suicida, un indicador crucial de bienestar mental. Evaluar estos aspectos en los trabajadores es esencial, ya que permite la identificación temprana de aquellos que pueden estar en riesgo y necesitan apoyo adicional.

La evaluación de pensamientos, emociones y comportamientos es crucial en el ámbito laboral, ya que juntos constituyen los pilares para comprender la psique humana y pueden ser indicativos del riesgo suicida. Los pensamientos son a menudo el punto de partida, revelando tendencias negativas como la desesperanza o la inutilidad, que pueden ser precursores de estados emocionales más profundos. Las emociones, como la tristeza o el vacío, pueden ser signos de alerta de depresión, un factor de riesgo conocido para el suicidio. Los comportamientos, especialmente los cambios significativos en la rutina o los actos de autolesión, pueden indicar una progresión desde la ideación hasta la posibilidad de acciones suicidas (Suárez y Restrepo, 2016).

La importancia de este tipo de evaluación radica en su capacidad para servir como un primer paso proactivo hacia la intervención. Los resultados obtenidos proporcionan una base informativa para desarrollar programas de apoyo y prevención específicos y personalizados, dirigidos a mejorar la salud mental y emocional de los empleados. Al comprender la prevalencia y gravedad de tales pensamientos y sentimientos entre los trabajadores, las organizacio-

nes pueden implementar estrategias dirigidas que no solo ayuden a los individuos a superar momentos difíciles, sino que también fomenten un entorno de trabajo más seguro y solidario.

En relación a su autoría, este cuestionario ha sido desarrollado por parte del equipo técnico de ARL POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A quienes, con su conocimiento en Psicología Organizacional, Seguridad y Salud en el Trabajo y Psicometría, llevaron a cabo una revisión teórica que permitiera diseñar una herramienta de observación, registro y reflexión, relacionado con el riesgo suicida. Lo anterior buscando cumplir con los criterios de claridad, pertinencia y suficiencia para lograr obtener una medida válida y confiable de la percepción de los(as) empleados(as) en relación al constructo de interés.

Nombre de la Prueba

Cuestionario – Riesgo suicida

Ubicación

<https://psicobox.positiva.gov.co/programa-de-prevencion-de-la-ideacion-suicida>

A quien está dirigido el instrumento

A todos los empleados que deseen participar. Especialmente, aquellos que estén atravesando por situaciones difíciles y/o que presenten trastornos del estado del ánimo.

Ficha Técnica

Modo de aplicación	Virtual a través de la herramienta Psicobox.
Tamaño muestral	Aplicar el instrumento a un mínimo del 40% de los(as) trabajadores(as).
Tiempo de aplicación	10 minutos.
Número de ítems	13
Tipo de ítem:	Politómicos con opción de respuesta “Sí”, “No” o “No estoy seguro(a)”90%

Variables que Evalúa el Instrumento

A nivel global, el cuestionario evalúa el componente de riesgo suicida que hace referencia a la probabilidad de que una persona intente o complete un acto de suicidio. Este riesgo es una construcción multifactorial (Salamanca y Siabato, 2017). Para ello, se tuvo en cuenta en la selección de ítems para conformar el cuestionario enfocados en evaluar la presencia de ideación suicida. Es decir, pensamientos recurrentes sobre la posibilidad de acabar con la propia vida, así como la planificación o la intención de llevar a cabo un suicidio. Se incluyen también la evaluación de factores psicológicos, como sentimientos de desesperanza, inutilidad o profundo deseo de escapar del dolor emocional; factores conductuales, como los intentos previos de suicidio o la preparación para un intento futuro; y factores sociales, como la falta de apoyo o conexiones sociales.

El riesgo suicida se incrementa con la confluencia de estos factores, especialmente, si la persona tiene un trastorno del estado de ánimo, ha experimentado traumas o pérdidas significativas, o carece de las habilidades necesarias para manejar el estrés y las crisis personales.

Objetivo del Instrumento

Identificar el nivel de riesgo de los empleados ante la intencionalidad suicida para establecer prioridades y acciones de intervención en la organización.

Realizar seguimiento a la presencia de ideaciones suicidas, para evaluar el impacto de los programas o acciones de intervención. Ofrecer al empleado un resultado cualitativo individual y confidencial en relación con su estado emocional. Con un lenguaje sencillo y cuidadoso, sugiriendo algunas acciones a seguir.

Estructura del cuestionario

La prueba se encuentra conformada por 13 ítems.

Dashboard del Instrumento

Al ingresar al link de la encuesta los trabajadores podrán encontrar el enlace para diligenciar el cuestionario, visualizando la siguiente ventana:



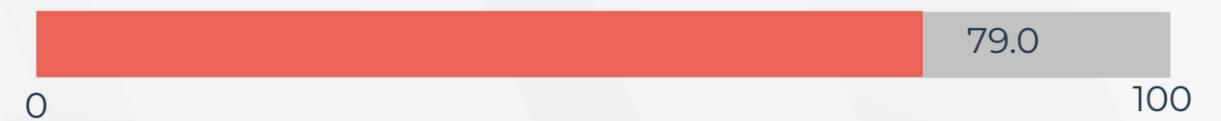
Reporte general y resultados

Los resultados consolidados para la organización se visualizarán de la siguiente forma:

Resultado Global del Instrumento

RESULTADO GLOBAL

Riesgo inminente
Los resultados evidencian que la presencia de pensamientos negativos e ideaciones con respecto a la muerte han desencadenado conductas que han puesto en riesgo la vida de los trabajadores, siendo prioritaria la intervención de una profesional de la salud mental.



De igual forma se podrá obtener un consolidado global por categoría y consolidados demográficos que permitan generar un análisis de tendencias por grupos poblacionales.

La prueba permitirá obtener una puntuación estándar entre 10 y 100, la cual indicará el nivel global de riesgo que presentan los trabajadores. Se presentará de la siguiente forma:

Riesgo Suicida	Rango Puntuación estándar
Sin riesgo	10-30
Riesgo leve	31-45
Riesgo alto	46-74
Riesgo inminente	75-100

Cada nivel se interpreta de la siguiente forma:

Sin riesgo: No se evidencian sentimientos de desesperanza o ideaciones en torno a la muerte que pongan en riesgo la vida de los empleados.

Riesgo leve: Los trabajadores presentan algún sentimiento de desesperanza o algún pensamiento con relación a la muerte, siendo necesario llevar a cabo una intervención en salud mental para abordar estas preocupaciones y evitar que puedan escalar.

Riesgo alto: Durante las últimas semanas los trabajadores han experimentado pensamientos de desesperanza e ideas con respecto a la muerte. Estas representan un peligro para su vida, siendo prioritario llevar a cabo una intervención en salud mental.

Riesgo inminente: Los resultados evidencian que la presencia de pensamientos negativos e ideaciones con respecto a la muerte han desencadenado conductas que han puesto en riesgo la vida de los trabajadores, siendo prioritaria la intervención de un profesional en salud mental.

Perfil de quien realiza el proceso en la empresa

Persona a cargo del SG-SST, área de recursos humanos o profesional asignado para la identificación e intervención del riesgo psicosocial.

Procedimiento para la aplicación por parte de la empresa

- Descargar y diligenciar la plantilla con la información de los empleados(as) participantes siguiendo el formato y listado desplegable.
- Cargar la plantilla en PsicoBox
- Coordinar el agendamiento para la aplicación del cuestionario, preferiblemente en las instalaciones de la empresa.
- El representante del SG-SST recibirá un link de acceso el cual compartirá con los(as) trabajadores(as) participantes.
- Culminar el diligenciamiento del cuestionario en su totalidad una vez ese sea iniciado.

Procedimiento para el acceso de los empleados y visualización de resultados

- Recepción del enlace de diligenciamiento.
- Ingresar el usuario (correo electrónico en minúscula) y clave (número de documento sin espacios ni comas).
- Aceptación de la evaluación a través del consentimiento informado.
- Diligenciar el cuestionario.
- Obtención de resultados individuales.

Una vez el(la) empleado(a) finalice el diligenciamiento de la prueba visualizará de forma automática un resultado confidencial de tipo cualitativo que, en un lenguaje sencillo y cuidadoso, indicará aspectos para tener en cuenta.

A continuación, se presentan los posibles resultados para el empleado de acuerdo con su nivel obtenido. Es preciso mencionar que no nivel no es visible, únicamente el texto descriptivo:

Sin riesgo: Gracias por completar este cuestionario. Tus respuestas indican que actualmente te encuentras en un estado de bienestar emocional. Es importante seguir cuidando de tu salud mental y emocional. Recuerda que siempre puedes buscar apoyo en tus seres queridos o en los recursos de bienestar que ofrece la organización si enfrentas desafíos emocionales en el futuro.

Riesgo leve: Gracias por tomarte el tiempo para completar este cuestionario. Tus respuestas sugieren que podrías estar experimentando algunos desafíos emocionales. Es importante cuidar de tu bienestar y no dudar en buscar apoyo. Hablar con amigos, familiares o un profesional puede ser de gran ayuda. Acude a la organización para acceder a los recursos disponibles para apoyarte.

Riesgo alto: Gracias por responder a este cuestionario. Los resul-

tados indican que podrías estar atravesando un momento difícil. Queremos recordarte que no estás solo y que buscar apoyo es un paso fuerte y valioso. Considera hablar con un ser querido o un profesional de la salud mental. La organización también ofrece recursos y apoyo; no dudes en utilizarlos.

Riesgo inminente: Gracias por el tiempo destinado a responder este cuestionario. Tus resultados muestran que estás pasando por un momento particularmente desafiante. Es crucial que sepas que hay ayuda disponible y que pedirla es un acto de valentía. Te alentamos a contactar de inmediato a un profesional de la salud mental o a usar los recursos de emergencia disponibles. Recuerda, tu bienestar es nuestra mayor prioridad y tienes una red de apoyo que está aquí para ayudarte.

Bibliografía

Salamanca, Y., y Siabato, E. F. (2017). Investigaciones sobre ideación suicida en Colombia, 2010- 2016. *Pensando Psicología*, 13 (21), 59-70. doi: 10.16925/pe.v13i21.1714.

Suarez, Y., Restrepo, D. & Caballero, C. (2016). Ideación suicida y su relación con la inteligencia emocional en universitarios colombianos. *Revista de la Universidad Industrial de Santander*, 48 (4).

Agradecimiento

Positiva ARL Compañía de Seguros Agradece el interés y compromiso para llevar a cabo la aplicación de esta herramienta en su organización en pro de la salud y bienestar de sus empleados. La colaboración no solo ha sido fundamental, sino que será clave para implementar medidas efectivas que beneficien el bienestar de cada uno de los trabajadores en nuestras empresas afiliadas. Gracias por formar parte de este importante paso hacia un entorno laboral más positivo y seguro para todos nosotros



Anexos

Anexo 1. Cuestionario – Riesgo suicida

A continuación, encontrará algunas afirmaciones que describen una serie de emociones, ideas y conductas. Lea cada una de ellas y elija la respuesta con la que se sienta más identificado(a), teniendo en cuenta cómo se ha sentido en las últimas tres semanas incluyendo el día de hoy.

Antes de responder el cuestionario es importante que sepa que esta información será confidencial y tratada con respeto, ya que el objetivo es apoyar e intervenir la salud mental de los(as) trabajadores(as).

Opciones de respuesta

- Sí
- No
- No estoy seguro(a)

PREGUNTAS	SI	NO	NO ESTOY SEGURO(A)
1. Tengo poco interés en relacionarme con otras personas.			
2. Pienso que en el futuro las cosas estarán mejor.			
3. Me siento inútil o inservible.			
4. Pienso que mi familia estaría mejor si yo no estuviera vivo(a).			
5. He tenido deseos de morir.			
6. Por lo general me siento con un buen estado de ánimo.			
7. Alguna vez he intentado quitarme la vida.			
8. Le he contado a alguien que no quiero vivir más.			
9. He pensado en abandonarlo todo.			
10. He deseado quedarme dormido(a) y no volver a despertar.			
11. Disfruto de diferentes actividades solo(a) o con otras personas.			
12. Siento que he fracasado en todo.			
13. He perdido toda esperanza en el futuro.			

**Instruccional
Herramienta
de Tamizaje**



**Programa de
Prevención de la
Ideación Suicida**

Positivamente⁺
más⁺