



Vicerektorat d'Estudiants i Ocupabilitat
Vicerektorat de Compromís Social, Igualtat i Cooperació

Protocol Intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

Aprovada per Acord núm. 17/2025 del Consell de Govern de 26 de febrer de 2025.



SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

1.	Introducció.....	4
2.	La conducta suïcida	5
2.1.	Ideació, temptativa i mort per suïcidi	5
2.2.	Factors de risc i factors precipitants	5
2.3.	Senyals d'alerta	6
2.4.	Factors protectors.....	6
2.5.	Actuacions que es poden dur a terme per desenvolupar i enfortir els factors protectors	6
3.	Pautes d'actuació davant una conducta suïcida	7
3.1.	Pautes d'actuació en cas de detecció d'ideació suïcida dins de la UdL	7
3.2.	Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi dins de la UdL	9
3.2.1.	Actuació vers la persona que presenta la conducta suïcida.....	9
3.2.2.	Actuació vers els companys de la persona que presenta la conducta suïcida o els testimonis de l'episodi.....	9
3.3.	Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi fora de la UdL	10
3.3.1.	Actuació vers la persona que té la conducta suïcida.....	10
3.3.2.	Actuació vers els companys de la persona que presenta la conducta suïcida o els testimonis de l'episodi.....	10
3.4.	Pautes d'actuació en cas de suïcidi dins o fora de la UdL	11
3.5.	Pautes d'actuació en cas que un mateix tingui ideació o conducta suïcida.....	12
4.	Tasques dels referents de salut mental dels centres	13
5.	Recursos.....	14
5.1.	Servei d'Atenció Psicològica	14
5.2.	Servei de Suport Psicopedagògic.....	14
5.3.	Gestió emocional.cat	15
6.	Bibliografia	16
7.	ANNEXOS.....	17

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 1 (1): Circuit que cal seguir davant d'una comunicació d'intencionalitat suïcida dins la UdL	18
ANNEX 1 (2): Circuit que cal seguir davant d'una temptativa de suïcidi dins la UdL.....	19
ANNEX 1 (3): Circuit que cal seguir davant d'una temptativa de suïcidi fora de la UdL...	20
ANNEX 1 (4): Circuit que cal seguir davant d'una mort per suïcidi dins o fora de la UdL .	21
ANNEX 1 (5): Circuit que cal seguir si tinc ideació o conducta suïcida	22
ANNEX 2 (1): Pautes d'actuació en cas de detecció d'ideació suïcidi.....	23
ANNEX 2 (2): Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi.....	24
ANNEX 3: Mites i falses creences sobre la conducta suïcida	25
ANNEX 4: Com parlar-ne	27



SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

1. Introducció

El suïcidi és la primera causa de mort en dones de 15 a 34 anys i en homes de 25 a 34 anys i és la segona causa de mort en homes de 5 a 24 anys. Des del 2018 al 2022 hi va haver un increment en les morts per suïcidi en les dones de 15 a 34 anys i en els homes de 5 a 14 i de 25 a 34 anys.^{1,2}

S'ha observat un increment dels episodis de conducta suïcida d'alt risc després de la pandèmia.³ L'any 2023 respecte el 2019 es van produir més del doble d'episodis, tant en dones com en homes i 1 de cada 3 episodis de conducta suïcida es va produir en la franja de 12 a 25 anys.⁴

Diversos estudis en població universitària mostren que 1 de cada 10 havia tingut ideació suïcida el primer any de carrera, al voltant d'1 de cada 100 havia realitzat alguna temptativa de suïcidi en els últims 12 mesos i 1 de cada 5 havia tingut pensaments de mort o idees suïcides recentment.^{5,6} L'estudi sobre la salut mental en el sistema universitari de Catalunya, realitzat durant el primer semestre de 2023, mostra que 2 de cada 5 estudiants havien tingut un risc important de depressió.⁷ En els col·lectius de PTGAS i PDI aquests riscos es trobaven en 1 de cada 5 participants. Entre estudiants, 5,1% tenien ideació suïcida gairebé cada dia, essent aquests percentatges 1,2% i 2,1% en el PDI i PTGAS, respectivament.

L'any 2024, el Departament de Salut i el Departament de Recerca i Universitats, juntament amb les universitats catalanes, van publicar la Guia per a l'abordatge de la conducta suïcida en l'àmbit universitari.² Aquesta Guia aporta orientacions sobre com cal actuar davant ideacions, temptatives i mort per suïcidi, a través de circuits coordinats entre els agents universitaris i de salut. La Guia també indica que un dels elements que més pot contribuir a la prevenció i resposta dins les institucions és dissenyar i fomentar una política institucional de prevenció que, d'una banda, ajudi a donar resposta coordinada i efectiva en casos de conducta suïcida i, d'altra banda, serveixi per desenvolupar i enfortir els factors protectors de tota la comunitat universitària.

Seguint les recomanacions de la Guia als centres universitaris, ens proposem dissenyar i difondre un protocol intern de prevenció i actuació, que estableixi com actuar en cas de conducta suïcida i quines intervencions d'atenció posterior i acompanyament caldria dur a terme.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



2. La conducta suïcida

Els experts solen estar d'acord en la distinció de tres comportaments diferenciats: la ideació suïcida, l'intent de suïcidi i la mort per suïcidi.^{2,3}

2.1. Ideació, temptativa i mort per suïcidi

- La ideació suïcida consisteix a pensar sobre, considerar o planificar el suïcidi amb persistència. Dins d'aquest terme es pot distingir entre ideació passiva, ideació activa o ideació activa amb planificació.
- L'intent de suïcidi o temptativa autolítica és un comportament potencialment lesiu, auto-infligit i amb intenció de morir, que pot provocar o no lesions, però que no resulta en la mort de la persona.
- La mort per suïcidi és mort causada per un comportament lesiu autoinfligit amb intenció de morir.

2.2. Factors de risc i factors precipitants

Els factors de risc són les característiques individuals (biològiques, psicològiques, socials o ambientals) que fan que una persona sigui més propensa o vulnerable a patir pensaments o comportaments suïcides. Alguns dels factors de risc amb millor evidència són:

- Intent de suïcidi previ
- Depressió i altres trastorns mentals
- Sentiments de desesperança
- Història de maltractament o abús sexual
- Malaltia física greu o crònica
- Accés a mitjans letals
- Presència d'esdeveniments vitals negatius

Els factors precipitants són esdeveniments vitals estressants que poden actuar de desencadenants d'una crisi que acabi en una temptativa suïcida. Alguns exemples són:

- Suïcidi, mort o malaltia greu d'un ésser estimat
- Ruptura amorosa o d'amistat
- conflicte a l'entorn proper

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

- Esdeveniment vital traumàtic
- Abús d'alcohol o altres substàncies

2.3. Senyals d'alerta

Són comportaments o expressions que indiquen que la persona podria estar tenint pensaments de suïcidi o inclús estar planificant com fer-ho. L'aparició d'un o més d'aquests senyals ens hauria de posar en alerta, especialment si suposen un canvi respecte el comportament habitual de la persona. Alguns dels senyals d'alerta més importants són:

- Expressar el desig de suïcidar-se
- Buscar informació sobre el suïcidi, sobre mètodes per fer-ho o realitzar preparatius
- Parlar sobre la mort o expressar el desig de morir
- Acomiadar-se de la gent, regalar objectes importants o solucionar assumptes personals com ara un testament o una assegurança de vida
- Expressar sentiments de desesperança o de buidor

2.4. Factors protectors

També hi ha factors protectors contra el suïcidi. Són característiques o circumstàncies associades amb una baixa probabilitat d'aquests comportaments o que redueixen l'impacte dels factors de risc. Alguns exemples són:

- Tenir accés i utilitzar recursos d'atenció a la salut mental
- Haver tingut relacions positives durant la infantesa i l'adolescència
- Tenir bona relació i suport per part de la família, les amistats i la comunitat
- Tenir habilitats socials i de gestió de les emocions

2.5. Actuacions que es poden dur a terme per desenvolupar i enfortir els factors protectors

- Fomentar el diàleg i trencar el tabú envers la salut mental mitjançant xerrades, cinema, voluntariat, etc.
- Parlar del suïcidi de forma oberta, informant dels recursos i serveis disponibles on trobar ajuda.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

- Dur a terme programes i actuacions específiques per prevenir la violència, l'assetjament i la discriminació:
- Estendre i difondre el programa de mentories.
- Apropar els tutors del programa Nèstor i els coordinadors de grau a l'estudiantat, en particular als que s'han incorporat recentment a la UdL.
- Donar a conèixer la normativa de convivència.
- Fomentar i potenciar l'educació inclusiva, així com establir mesures de suport adreçades a l'estudiantat amb necessitats educatives especials, en risc d'exclusió o susceptibles de patir discriminació.
- Incloure a la web institucional un espai específic on poder visualitzar tots els serveis, unitats, programes o activitats adreçades a la cura i millora del benestar emocional.

3. Pautes d'actuació davant una conducta suïcida

En tots els casos cal tenir present el telèfon d'atenció a la conducta suïcida 061 Salut Respon, que decidirà si s'activa el [Codi Risc Suïcidi](#) (CRS) per part de Salut, si cal derivar als serveis de salut mental o d'urgències, o si cal activar el servei d'emergències mèdiques (SEM) per a dur una intervenció immediata presencial.

Cada centre de la UdL té una o dues persones referents de salut mental. Aquestes persones tenen un paper cabdal en l'assessorament i ajuda inicial dels casos de risc baix i/o moderat i en el seguiment dels casos en que s'ha detectat un risc alt o extrem, més enllà de l'actuació immediata d'emergències, si es dona el cas.

Es preveu facilitar que l'estudiantat informi d'un telèfon de contacte d'emergència en el moment de matricular-se a l'inici de cada curs. Aquest contacte pot ser un familiar, però també la parella, un/a amic/a, company/a de pis, etc., i serà d'utilitat no només en cas d'emergència per conducta suïcida, sinó també per altres emergències mèdiques que facin necessari o recomanable avisar a un contacte de confiança de l'alumne/a.

3.1. Pautes d'actuació en cas de detecció d'ideació suïcida dins de la UdL

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52

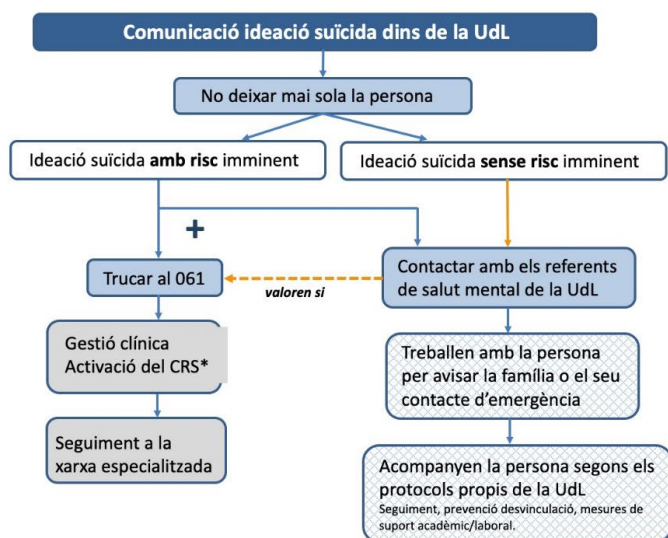




Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

La comunicació d'una ideació suïcida cal que sempre sigui valorada i requereix l'actuació del PTGAS/PDI. Si un company o companya de classe té una ideació suïcida, comuniquen-ho a una persona del PTGAS/PDI.

- Si esteu amb la persona no l'heu de deixar sola.
- Si la idea de suïcidi és IMMINEENT, la mateixa persona que rep la informació o el PTGAS/PDI que ha rebut l'avís ha de trucar al 061 immediatament, demanant parlar amb la Taula de Salut Mental. A continuació s'ha de posar en contacte amb els referents de salut mental del centre. Aquests valoren si cal tornar a trucar al 061 per tenir retorn del cas.
- Si la idea de suïcidi no és IMMINEENT, la mateixa persona del PTGAS/PDI que rep la informació s'ha de posar en contacte amb els referents de salut mental del centre. Aquests valoren si cal trucar al 061.
- Des del 061 es farà la valoració, gestió i assistència, i si escau s'activarà el servei d'emergències i/o el seguiment en la Xarxa d'atenció especialitzada en salut mental i addicions.



* CRS: codi Risc Suïcidi

Figura 1. Circuit que cal seguir davant d'una comunicació d'intencionalitat suïcida dins la UdL.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

3.2. Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi dins de la UdL

3.2.1. Actuació vers la persona que presenta la conducta suïcida

- Demanar permís a la persona per apropar-nos-hi. Procurar no perdre'l de vista i preguntar-li si necessita alguna cosa o si la podem ajudar.
- Evitar moure'ns de forma brusca i allunyar-ne els mitjans potencialment letals.
- Trucar al 061 i demanar per la Taula de Salut Mental. Faran valoració del Codi Risc Suïcidi i proporcionaran atenció i seguiment.
- Contactar amb els referents de salut mental del centre. Aquests faran el possible per avisar el contacte d'emergència. També faran acompanyament i seguiment amb el suport dels òrgans especialitzats de la UdL (Servei d'Atenció Psicològica i Servei de Suport Psicopedagògic).

3.2.2. Actuació vers els companys de la persona que presenta la conducta suïcida o els testimonis de l'episodi

- Contactar amb els referents de salut mental del centre. Aquests faran acompanyament i seguiment amb el suport dels òrgans especialitzats de la UdL.
- Si hi ha persones que han presenciat la conducta suïcida o persones que, tot i no haver presenciat la conducta suïcida, presenten símptomes d'estrès agut, trucar al 061 i demanar parlar amb la Taula de Salut Mental. Faran valoració i, si escau, activaran el Servei d'Emergències Mèdiques i/o faran seguiment.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

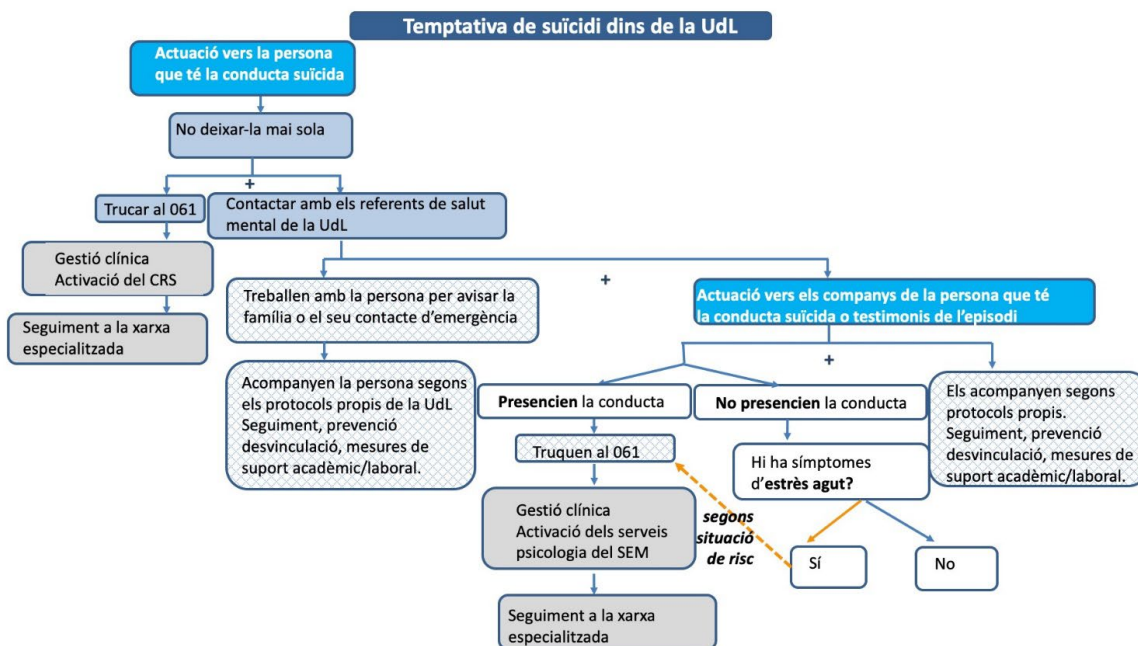


Figura 2. Circuit que cal seguir davant d'una temptativa de suïcidi dins la UdL.

3.3. Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi fora de la UdL

3.3.1. Actuació vers la persona que té la conducta suïcida

- Si ho comunica la persona que té la conducta suïcida:
 - Demanar-li permís per avisar la família o el seu contacte d'emergència.
- Tant si ho comunica la persona que té la conducta suïcida com si ho comunica un familiar o company:
 - Contactar amb els referents de salut mental del centre. En cas que la persona hagi anat al servei d'urgències, acompanyar-la segons els protocols del centre (seguiment, prevenció de desvinculació, adaptació curricular/laboral,...).
 - En cas que no hagi anat al servei d'urgències, si:
 - fa menys de 72 hores de la temptativa, trucar al 061.
 - fa més de 72 hores de la temptativa, valorar si trucar al 061.

3.3.2. Actuació vers els companys de la persona que presenta la conducta suïcida o els testimonis de l'episodi

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

- Els referents de salut mental acompanyaran a aquestes persones segons els protocols del centre (seguiment, prevenció de desvinculació, adaptació curricular/laboral,...).

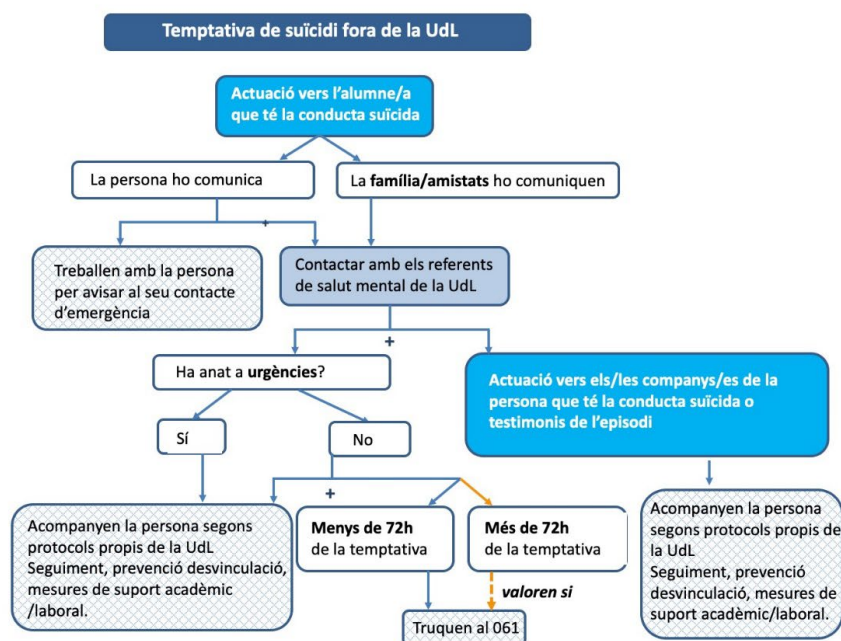


Figura 3. Circuit que cal seguir davant d'una temptativa de suïcidi fora de la UdL.

3.4. Pautes d'actuació en cas de suïcidi dins o fora de la UdL

- Si es produeix un suïcidi dins de la UdL: trucar al 061: Demanar que activin els serveis d'emergència i facin la gestió clínica.

- Tant si es produeix dins com fora de la UdL: Contactar amb els referents de salut mental del centre. Si hi ha persones de la UdL que han presenciat la conducta suïcida o que, tot i no haver presenciat la conducta suïcida, presenten símptomes d'estrès agut, trucar al 061. Els referents de salut mental faran acompanyament, seguiment i prevenció, si escau.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

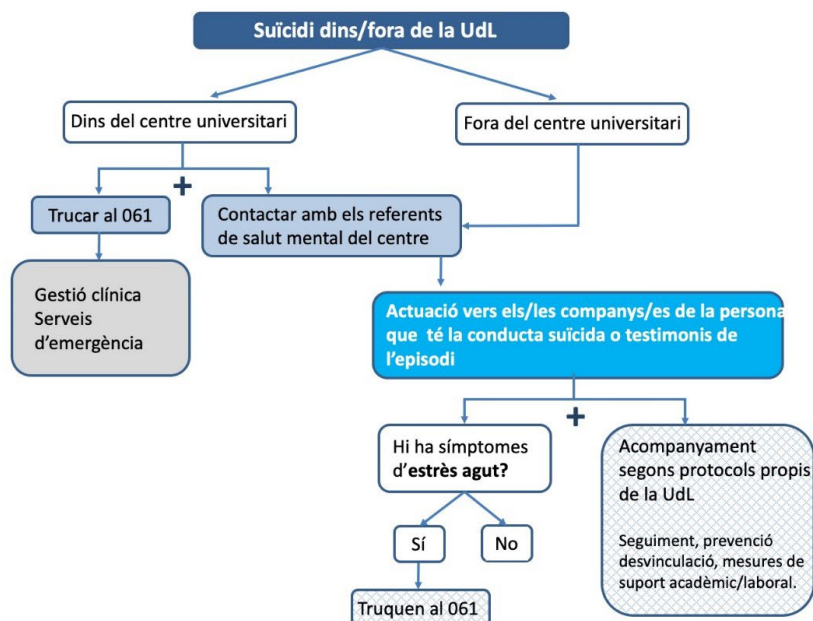


Figura 4. Circuit que cal seguir davant d'una mort per suïcidi dins o fora de la UdL.

3.5. Pautes d'actuació en cas que un mateix tingui ideació o conducta suïcida

- Si un mateix té ideació o conducta suïcida i és estudiant hauria de contactar amb una persona del PDI o PTGAS. Aquests es posaran en contacte amb els referents de salut mental del centre.
- Si és PDI o PTGAS valorarà si hauria de contactar amb els referents de salut mental del centre.
- La persona referent de salut mental valora si cal tornar a trucar al 061 i recomana a la persona que té ideació o conducta suïcida que avisi a un familiar o company.
- Si s'ha trucat al 061, des d'allí es farà la valoració, gestió i assistència, i si escau s'activarà el servei d'emergències i/o el seguiment en la Xarxa d'atenció especialitzada en salut mental i addicions.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

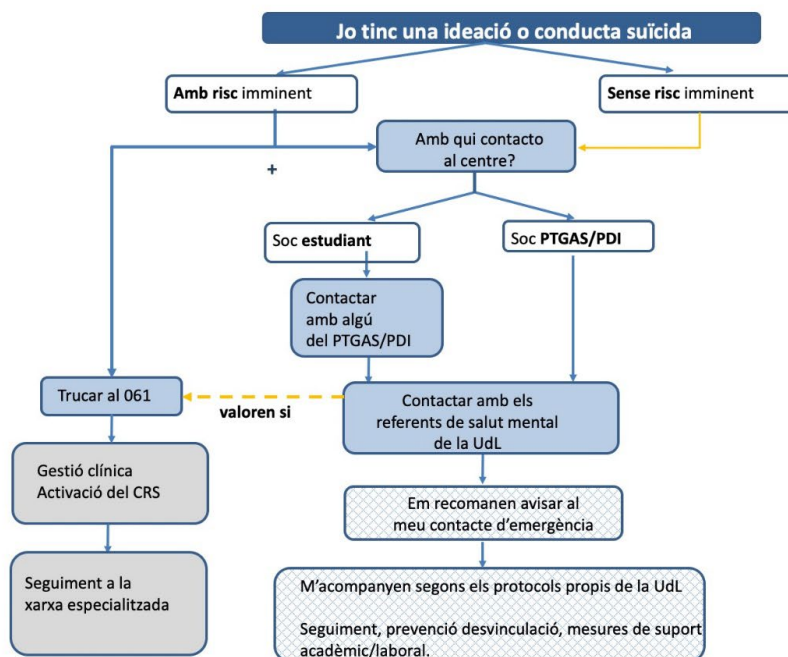


Figura 5. Circuit que cal seguir si tinc ideació o conducta suïcida.

4. Tasques dels referents de salut mental dels centres

Els referents de salut mental els centres han de dur a terme tasques d'acompanyament, seguiment i prevenció. Algunes de les tasques que inclou la guia són:

- Canalitzar les consultes o casos relacionats amb problemes de salut mental i/o conducta suïcida.
- Actuar de forma coordinada i amb la col·laboració dels serveis d'atenció psicològica de la universitat.
- Assessorar i donar suport inicial en els casos de risc baix i/o moderat.
- Fer seguiment dels casos en que s'ha detectat un risc alt o extrem, mes enllà de l'actuació immediata d'emergències.
- En cas d'ideació suïcida IMMINEENT, la persona del PTGAS/PDI que rep la comunicació truca al 061 per activar la resposta d'emergència clínica immediata i, a més, informa als referents de salut mental del centre. Aquests seran els encarregats de convèncer la persona amb ideació suïcida que els permeti avisar als

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

familiars o als seus contactes d'emergència. Més endavant, també l'acompanyaran segons els protocols propis del centre.

- Si la idea de suïcidi NO ÉS IMMINENT, la persona del PTGAS/PDI que rep la comunicació es posa en contacte amb els referents de salut mental del centre que valoraran si cal trucar al 061, a més de fer-ne el seguiment propi.
- En cas de temptativa de suïcidi dins del centre, els referents de salut mental del centre hauran de realitzar seguiment, i acompanyament si escau, tant de les persones properes com de les persones que han estat testimonis de l'episodi.

5. Recursos

5.1. Servei d'Atenció Psicològica

La UdL ofereix el [Servei d'Atenció Psicològica](#) (SAP) amb la voluntat d'oferir a l'estudiantat la possibilitat d'obtenir atenció psicològica inicial i individualitzada per a diferents problemes psicoanímics. Aquest servei té com a finalitat l'ajuda a l'estudiant que necessiti algun tipus de suport de caràcter psicològic o emocional.

Es realitza un assessorament personalitzat. Per poder accedir al servei, cal complir amb el requisit d'estar matriculat a la UdL o a l'INEFC (centre adscrit a la UdL). El SAP es pot realitzar en modalitat presencial i modalitat virtual.

5.2. Servei de Suport Psicopedagògic

Dins el Programa UdLxTothom, s'oferix el [Servei de Suport Psicopedagògic](#) (SPP). A través d'una entrevista personal en la qual l'estudiant amb necessitats específiques de suport educatiu ha de presentar la documentació que acredita la seua situació, es valoren quins són els recursos i les mesures de suport que li permetran assolir les competències de la titulació que estigui cursant, amb l'objectiu de garantir la igualtat d'oportunitats de tots els estudiants.

El SPP es pot realitzar en modalitat presencial i modalitat virtual.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



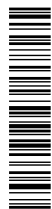
Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

5.3 Gestió emocional.cat

La web [GestioEmocional.cat](https://gestioemocional.cat) disposa d'una sèrie de recursos i eines en línia que ofereix el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, per poder gestionar i valorar l'estat emocional en funció dels símptomes que es tinguin, rebre consells i indicacions sobre què cal fer en cada situació, o bé ser atès per un metge o metgessa en cas necessari.

5.4 Biblioguia de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

[Biblioguia](#) elaborada per la Unitat de Biblioteca i Documentació de la Universitat de Lleida.



SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

6. Bibliografia

1. Departament de Salut. Anàlisi de la mortalitat a Catalunya 2021. Generalitat de Catalunya, 2023. <https://hdl.handle.net/11351/10015>
2. Departament de Salut, Pla Director de Salut Mental i Addiccions, Departament de Recerca i Universitats, Direcció General de Transferència i Societat del Coneixement. Guia per a l'abordatge de la conducta suïcida en l'àmbit universitari. Barcelona: Direcció General de Planificació i Recerca en Salut; 2024. <https://hdl.handle.net/11351/11035>
3. Armelles Sebastià M, Garcia Codina O, Planella Lleopart A. Informe de salut dels joves a Catalunya. Barcelona: Direcció General de Planificació i Recerca en Salut; 2024. <https://hdl.handle.net/11351/11640>
4. <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/s/suicidi-conducta-suicida/>.
5. Blasco M.J., Vilagut G., Almenara J., Roca M., Piqueras J.A., Gabilondo A., Lagares C., Soto-Sanz V., Alayo I., Forero C.G., Echeburúa E., Gili M., Cebrià A.I., Bruffaerts R., Auerbach R.P., Nock M.K., Kessler R.C., & Alonso J. (2019). Suicidal thoughts and behaviors: Prevalence and association with distal and proximal factors in Spanish university students. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 49(3), 881-898.
6. Mortier P., Cuijpers P., Kiekens G., Auerbach R.P., Demyttenaere K., Green J.G., Kessler R.C., Nock M.K., & Bruffaerts R. (2018). The prevalence of suicidal thoughts and behaviours among college students: a meta-analysis. *Psychological Medicine*, 48(4), 554-565.
7. Generalitat de Catalunya. Departament de Recerca i Universitats. (2023). Estudi sobre la salut mental en el sistema universitari de Catalunya. Informe de resultats de l'estudiantat, del personal tècnic, de gestió i d'administració i serveis (PTGAS) i del personal docent i investigador (PDI). <https://hdl.handle.net/20.500.14344/461>

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



7. ANNEXOS

Annex 1: Circuits que cal seguir:

- davant d'una comunicació d'intencionalitat suïcida dins la UdL
- davant d'una temptativa de suïcidi dins la UdL
- davant d'una temptativa de suïcidi fora de la UdL
- davant d'una mort per suïcidi dins o fora de la UdL
- si tinc ideació o conducta suïcida

Annex 2: Pautes d'actuació:

- en cas de detecció d'ideació suïcida
- en cas de temptativa de suïcidi

Annex 3: Mites i falses creences sobre la conducta suïcida

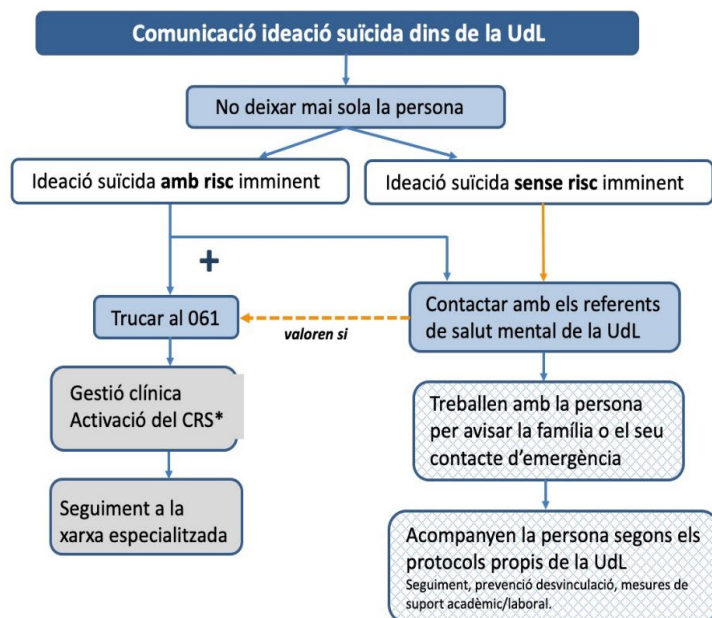
Annex 4: Com parlar-ne

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



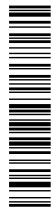
Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 1 (1): Circuit que cal seguir davant d'una comunicació d'intencionalitat suïcida dins la UdL



* CRS: codi Risc Suïcidi

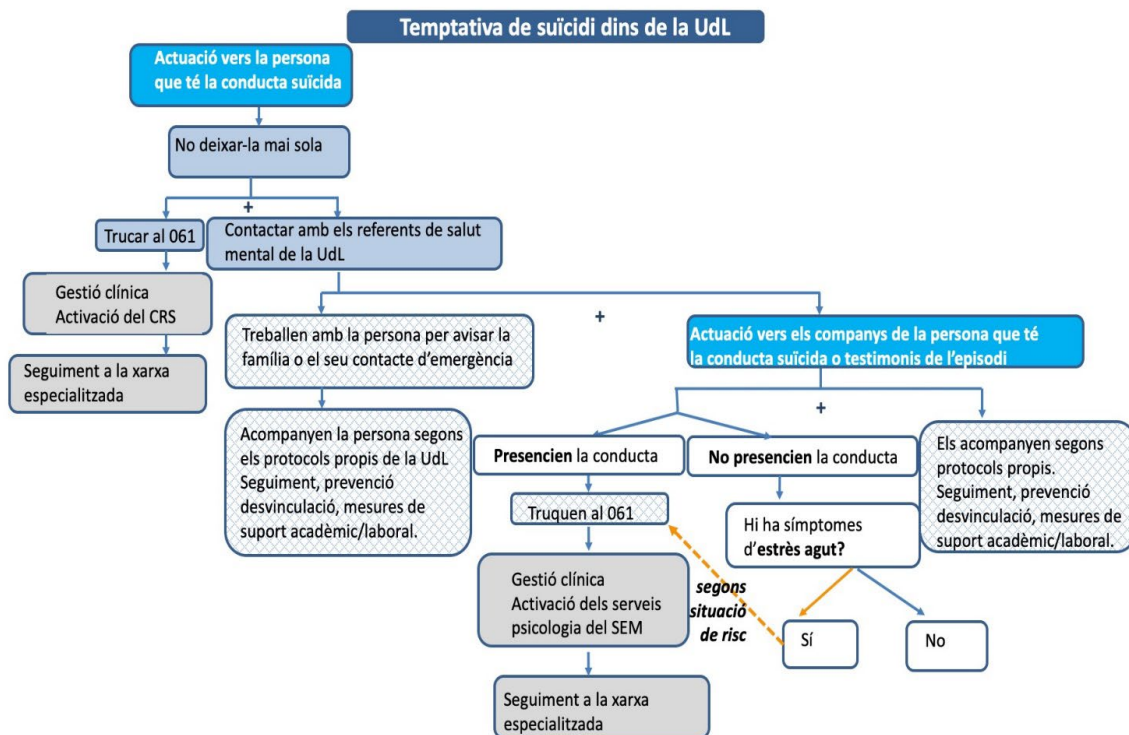
SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 1 (2): Circuit que cal seguir davant d'una temptativa de suïcidi dins la UdL



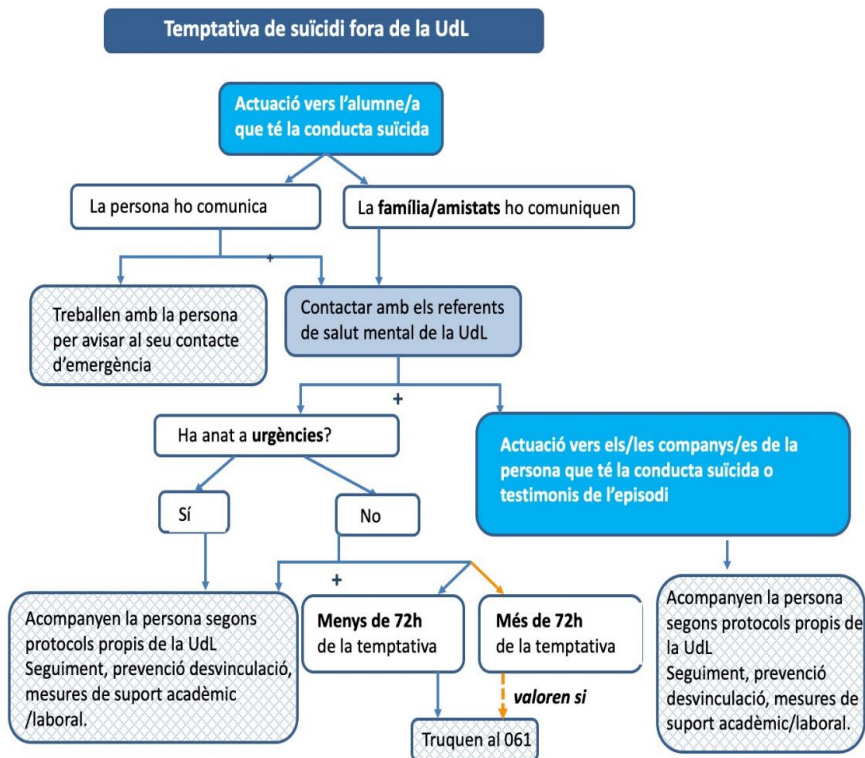
SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 1 (3): Circuit que cal seguir davant d'una temptativa de suïcidi fora de la UdL

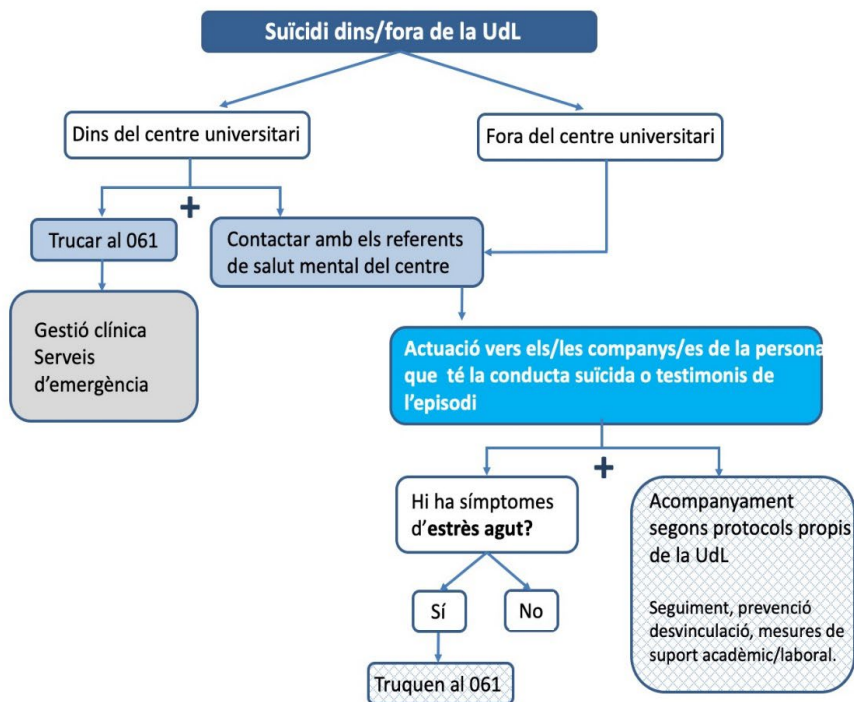


SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 1 (4): Circuit que cal seguir davant d'una mort per suïcidi dins o fora de la UdL

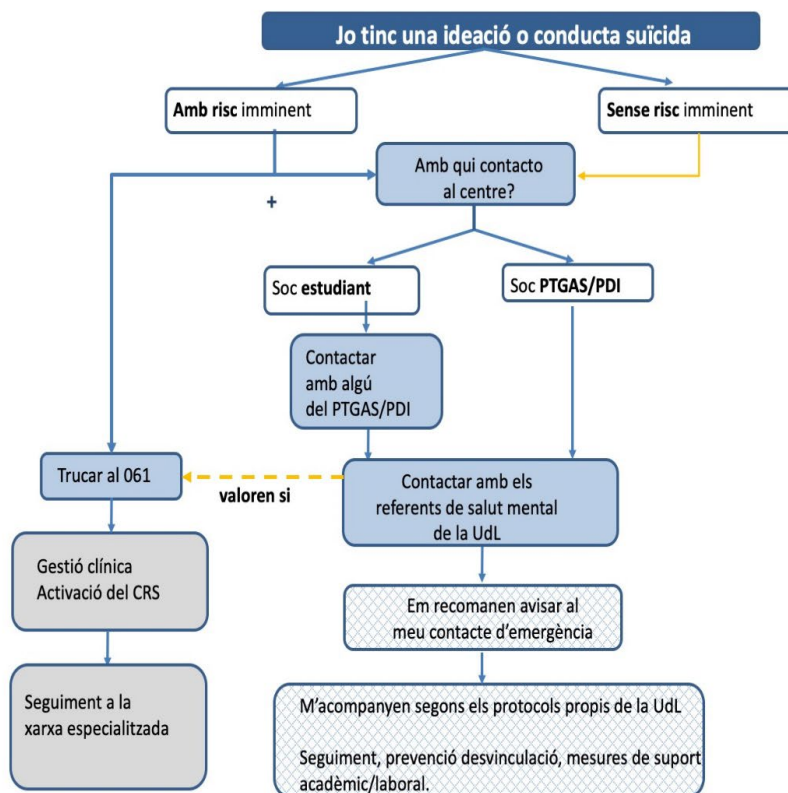


SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 1 (5): Circuit que cal seguir si tinc ideació o conducta suïcida



SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





ANNEX 2 (1): Pautes d'actuació en cas de detecció d'ideació suïcidi

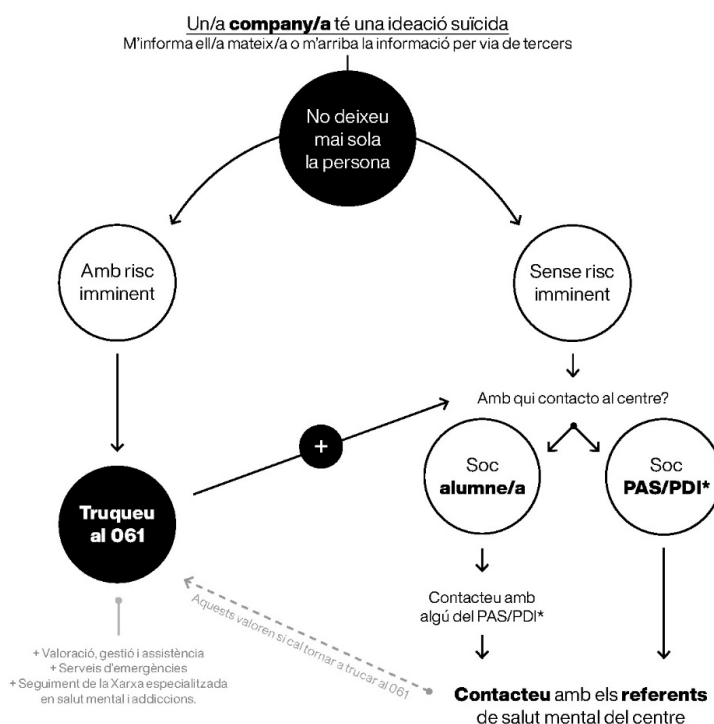
Pautes d'actuació en cas de detecció d'ideació suïcida dins del centre universitari

La comunicació d'una **ideació suïcida** de l'alumnat cal que sempre sigui valorada i requereix l'**actuació** del personal PAS/PDI.

Si la idea de suïcidi és **IMMINENT**, la mateixa persona del PAS/PDI que rep la comunicació ha de **trucar al 061**.

S'ha de comunicar la situació de l'alumne als referents de salut mental del **centre**, i si el risc és imminent, també cal **trucar al 061**.

Si la idea de suïcidi **NO ÉS IMMINENT**, la persona del PAS/PDI que rep la comunicació s'ha de posar en contacte amb els referents de salut mental del **centre**.



* Personal d'administració i serveis (PAS) i Personal docent i investigador (PDI).



SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



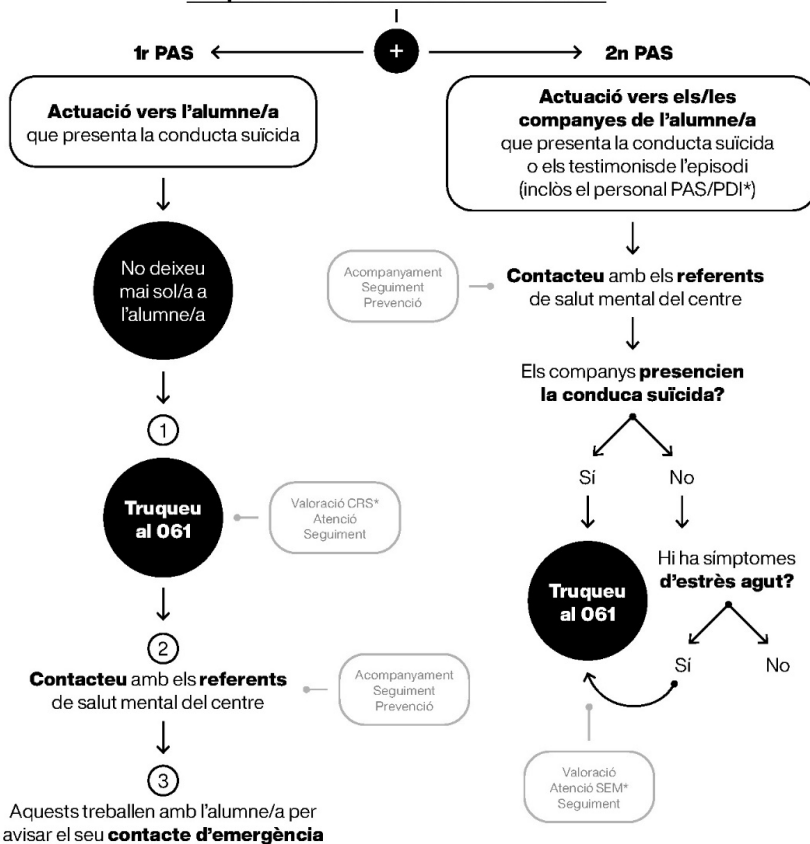


ANNEX 2 (2): Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi

Pautes d'actuació en cas de temptativa de suïcidi dins del centre universitari

- Cal demanar permís a la persona per apropar-nos-hi.
- Evitem moure'ns de forma brusca.
- No l'hem de perdre mai de vista.
- Hem d'allunyar-ne els mitjans potencialment letals.
- Cal preguntar-li si necessita alguna cosa o si la podem ajudar.

Temptativa de suïcidi dins del centre universitari



* Personal d'administració i serveis (PAS), Personal docent i investigador (PDI), Sistema d'emergències mèdiques (SEM) i Codi risc Suïcidi (CRS).



SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52

ID DOCUMENT / ID DOCUMENTO: uhjzsjrcafc
Verificación código: https://ae-seu.udl.cat/les/verifica





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 3: Mites i falses creences sobre la conducta suïcida

El tabú i l'estigma que habitualment envolten el suïcidi fa que considerem certs alguns mites i falses creences que es basen en prejudicis i en el desconeixement. Debatre i desmentir aquests mites i falses creences és fonamental per evitar la desinformació, millorant les possibilitats de detecció i d'accés a una ajuda efectiva:

Parlar sobre el suïcidi pot incitar una persona a fer-ho

FALS: la millor forma de prevenir el suïcidi és parlant-ne obertament. Poder parlar sobre el suïcidi permet reduir el patiment, l'angoixa i l'aïllament, alhora que permet demanar i oferir ajuda.

Una persona que es vol suïcidar es voldrà suïcidar sempre

FALS: la crisi suïcida és temporal i, per tant, es pot superar. Les persones que es volen suïcidar tenen risc de suïcidi durant un determinat període de temps, malgrat que l'impuls es pot repetir.

Qui es vol suïcidar no ho diu, ni dona cap senyal

FALS: la majoria de persones que es suïciden havien expressat d'una manera o altra la seva intenció, i només en una petita proporció de casos no hi havia hagut cap senyal previ. Per això és important prendre's seriosament qualsevol expressió en aquest sentit.

Només les persones amb trastorn mental se suïciden

FALS: patir un trastorn mental és un important factor de risc de la conducta suïcida, però no totes les persones que presenten conductes suïcides tenen un trastorn mental, ni totes les persones amb trastorn mental presenten conductes suïcides.

No es parla del suïcidi perquè hi ha pocs casos

FALS: cada any se suïciden unes 700.000 persones a tot el món; a Catalunya més de 500. A més, per cada mort s'estima que hi ha hagut entre 10 i 30 intents, xifra que augmenta fins a entre 100 i 200 intents per cada suïcidi en l'adolescència.

La mort per suïcidi no es pot prevenir

FALS: el procés fins arribar al suïcidi acostuma a ser gradual i evoluciona al llarg d'un temps, per tant, existeix l'oportunitat d'intervenir. La majoria dels suïcidis són previsibles i es poden prevenir si coneixem els factors de risc i precipitants.

La persona que pensa en el suïcidi vol morir

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

FALS: la persona que pensa en el suïcidi el que vol és deixar de patir. Considera la seva situació insuportable i sense esperança de canvi, motiu pel qual la mort li sembla l'única solució per acabar amb el sofriment. Si té l'oportunitat de rebre l'ajuda adequada aquesta visió esbiaixada canvia.

La millora després d'una crisi suïcida significa que el perill ha passat

FALS: el període posterior a un intent de suïcidi és d'alt risc, ja que moltes persones que fan un intent de suïcidi ho tornen a intentar en els mesos posteriors. De fet, el principal factor de risc per morir per suïcidi és haver fet intents previs.

Cal ser professional de la salut mental per ajudar una persona que es vol suïcidar

FALS: els professionals tenen expertesa en la detecció i abordatge de la conducta suïcida, però qualsevol persona, especialment l'entorn proper, com la família i les amistats, poden detectar signes de risc i realitzar accions per prevenir i ajudar a recuperar el contacte i el sentiment de pertinença.

Extret de la web [Prevenció del suïcidi en l'àmbit universitari](#) del Canal Salut de la Generalitat de Catalunya.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

ANNEX 4: Com parlar-ne

A l'hora d'encarar una conversa amb una persona que podria estar en risc de suïcidi és important que tinguem en compte algunes recomanacions generals que poden ajudar a la persona, enfront d'altres que dificultaran la comunicació i que poden fer que la nostra intervenció sigui perjudicial:

Què fer per ajudar?	Què NO fer en cap cas?
Escoltar, sense interrompre, amb interès, empatia i sense jutjar.	No jutjar a la persona per com se sent. No cridar ni renyar a la persona que té pensaments suïcides.
Preguntar de forma oberta per valorar el risc ("penses en el suïcidi?", "des de quan?", "has pensat com ho faràs?", "algú més ho sap?"). Fer preguntes obertes i deixar que s'expressi, evitant preguntes de resposta "sí o no".	No tenir por a preguntar per què està trista i deprimida, ni per què vol treure's la vida.
Validar els seus sentiments, donar importància al que ens explica i intentar entendre perquè es sent així.	No minimitzar, qüestionar o retreure-li el que sent. No fer-la sentir culpable. No dir expressions del tipus: "Estàs exagerant, no és per tant", "faràs molt de mal a la teva família", "no ho entenc, si tens molts amics i una família que t'estima", "estàs molt millor que altres persones".
Ser amable i respectuós. Agrair a la persona la confiança i la valentia que té en expressar el que està sentint.	No ridiculitzar, no fer servir el sarcasme ni la ironia. No desafiar (no dir mai expressions del tipus: "no t'atreveixes, no ets capaç").

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52





Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

Què fer per ajudar?	Què NO fer en cap cas?
Evitar crear falses expectatives o falses esperances. En tot cas, podem dir que estem allà per donar-li suport i ajudar-la a trobar una solució.	No mentir, ni prometre coses que no es poden complir. No dir “tot anirà bé”. No donar solucions simplistes, ja que pot incrementar el sentiment d’incapacitat, vergonya i soledat d’aquella persona.
Intentar mantenir la calma. Cal acceptar la nostra reacció, es pot tenir por o voler ignorar la situació. Si no saps què fer ni què dir, reconeixeu-ho, tranquil·litza a la persona i ofereix-te a ajudar-la (“parlem-ne”, “t’ajudaré en tot el que pugui”).	No entrar en pànic, i intentar mostrar calma i seguretat. No ignorar la situació ni fugir del problema. Si creus que la situació et supera, demana ajuda.
En cas que la persona estigui en risc imminent, demanar-li que es concedeixi més temps per prendre una decisió sobre el suïcidi.	Si hi ha signes de risc immediat, no deixar a la persona sola i prendre mesures perquè no tingui a l’abast mitjans perillosos (ex. medicació, cotxe, alcohol i altres drogues).
Cuidar la confidencialitat però animar a la persona a compartir-ho i buscar ajuda, explicant-ho a persones de confiança o professionals.	No comprometre’s a guardar el secret. Deixar clar a la persona que per ajudar-la ha de compartir el que li està passant amb altres persones per tal que rebi l’ajuda i el suport que necessita.
Decidir, de forma conjunta, què fer. Cal conèixer els recursos d’ajuda, tant personals com professionals.	No decidir què fer sense comptar amb la persona. Preguntar-li amb qui pot comptar per demanar ajuda i rebre suport. Oferir-li informació sobre recursos professionals. Ofereix-te a acompanyar-la o ajudar-la a trucar.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52



Protocol intern de Prevenció i Actuació davant la Conducta Suïcida

Què fer per ajudar?	Què NO fer en cap cas?
Transmetre esperança. Tot i que ara no pugui veure-hi solució ni sortida, recorda-li les seves capacitats, recursos i persones amb qui pot comptar.	No oblidar que les crisis suïcides solen ser temporals. Per tant, hem de transmetre a la persona que pot recuperar-se, i comptar amb l'ajuda i suport d'altres persones.
Cuidar-se i buscar ajuda, emocionalment pot ser esgotador donar recolzament algú que vol acabar amb la seva vida.	No intentar ajudar sol/a la persona, buscar ajuda en l'entorn i en cas necessari consultar a especialistes.
Implicar-se. Els pensaments suïcides no s'esvaeixen d'un dia per l'altre. La preocupació i el suport de l'entorn són vitals per la recuperació de la persona.	No oblidar-se'n. Inclús quan sembli que el risc ha passat, trucar o interessar-se per la persona. Oferir la nostra ajuda sempre que ho necessiti.

Extret de la web [Prevenció del suïcidi en l'àmbit universitari](#) del Canal Salut de la Generalitat de Catalunya.

SIGNAT PER/FIRMADO POR	DATA SIGNATURA/FECHA FIRMA
Rue Monne Montserrat	28-02-2025 12:43:22
Camps Mirabet Maria Nuria	28-02-2025 16:23:52