



UNIVERSIDAD LATINA DE PANAMÁ

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO

**“PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN SITUACIÓN DE RIESGO DE AUTOLESIÓN  
EN ADOLESCENTES DE PREMEDIA, DIRIGIDO A DOCENTES.”**

Informe de la Práctica Profesional Dirigida Presentado como requisito para optar por el  
título de Licenciatura en Psicología en la Universidad Latina de Panamá

Melanie Hernández C.I.P.

8-952-1008

Profesor asesor:

Ibeth Vergara

Panamá, República de Panamá

2024

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia por su constante apoyo y motivación.

Agradezco a cada uno de mis compañeros que a lo largo de estos 4 años me han apoyado y brindado su ayuda, por hacer de este camino una gran experiencia.

Agradezco a la Universidad Latina de Panamá y a cada uno de los docentes que fueron parte de mi formación profesional, y compartieron sus conocimientos con vocación.

## DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi madre, por su amor incondicional, apoyo constante y el sacrificio para brindarme las oportunidades necesarias para alcanzar mis metas. A mi familia y amigos por su constante apoyo a lo largo de estos cinco años.



UNIVERSIDAD LATINA DE PANAMÁ

DECLARACIÓN JURADA

Yo Melanie Mabel Hernández Ureña con cédula de identidad personal número, 8-952-1008 estudiante graduando del programa/carrera de Licenciatura en Psicología.

declaro bajo la gravedad del juramento que el material que aparece en este trabajo de graduación, en la opción de Práctica Profesional Dirigida, es de mi producción intelectual, en razón de lo cual exoneró a la Universidad Latina de Panamá de cualquier responsabilidad relacionada con este aspecto.

Como constancia, firmo la presente declaración el día 26 de agosto del año 2024.

Firma del estudiante: *Melanie Hernández*  
Cédula: 8-952-1008

# ÍNDICE GENERAL

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>X</b>
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>XII</b>
<b>CAPÍTULO No. 1 ASPECTOS GENERALES.....</b>	<b>14</b>
1.1. Antecedentes.....	15
1.2. Estructura Organizativa .....	16
1.3. Objetivos:.....	17
1.4. Participación en el Mercado .....	18
1.5. Marco de Acción.....	19
<b>Figura 2. Mapa geográfico del Instituto Justo Arosemena .....</b>	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO NO.2 DESARROLLO DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL .....</b>	<b>20</b>
2.1. Departamento o Área Asignada .....	21
2.1.1. Objetivos del departamento .....	21
2.2. Funciones o Tareas.....	21
2.2.2. Desarrollo Autónomo y grupal del trabajo .....	26

2.2.3. Adaptación.....	26
2.2.4. Tolerancia al Trabajo bajo presión.....	26
2.2.5. Capacidad para Asumir Nuevas Responsabilidades.....	26

**CAPÍTULO NO.3 ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL ..... 28**

3.1. Alcance del Desempeño.....	29
3.2. Restricciones o limitaciones .....	29
3.2.1. Expectativa vs. Realidad Laboral .....	29
3.3. Beneficios .....	30
3.3.1. Laboral.....	30
3.3.2. Social-Cultural.....	31

**CAPÍTULO NO.4 PROPUESTA A LA EMPRESA O INSTITUCIÓN ..... 32**

4.1. Referencias Generales de la Propuesta.....	33
4.2. Planteamiento del Problema .....	33
4.2.1. Descripción del Problema.....	34
4.3. Objetivos.....	35

4.3.1. Objetivo General.....	35
4.3.2. Objetivos Específicos .....	35
4.5. Marco Teórico.....	36
4.6.3. Muestra .....	48
4.6.3.1. Resultados.....	48
4.7.4 Diseño de la Propuesta.....	51
4.7. Mecanismo para la Implementación .....	72
4.8. Costos vs. Beneficios.....	72
<b>ANEXOS.....</b>	<b>75</b>
<b>Referencias .....</b>	<b>77</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Organigrama general del Instituto Justo Arosemena, 2022. ....	15
<b>Figura 2.</b> Mapa geográfico del Instituto Justo Arosemena .....	19
<b>Figura 3.</b> Diseño de propuesta.....	52

## ÍNDICE DE TABLAS

**Tabla 1.** Funciones Realizadas en el Gabinete Psicopedagógico en el Instituto Justo

Arosemena..... 21

## INTRODUCCIÓN

La práctica profesional es una parte fundamental de la formación académica. Consiste en la realización de actividades en entornos profesionales como clínicas, hospitales, empresas u organizaciones. Esta práctica permite a los estudiantes aplicar los conocimientos teóricos adquiridos a lo largo de la carrera, desarrollar habilidades y obtener experiencia en el campo profesional. El objetivo de la práctica profesional es brindar la oportunidad de adquirir experiencia, explorar las distintas áreas de la psicología, descubrir sus intereses y habilidades específicas. Establecer contactos durante la práctica, como estudiantes tenemos la oportunidad de establecer relaciones con profesionales establecidos en el campo de la psicología. Basándome en lo que pude observar durante mi práctica profesional, es el alto porcentaje de estudiantes con conductas autolesivas, y la principal figura que frecuentan a los estudiantes los cinco días a la semana, son los docentes, por la cual ellos son una de las principales personas que puede identificar a estos estudiantes. Este proyecto propone desarrollar un protocolo de actuación en situación de riesgo de autolesión en adolescentes de Premedia; ya que estos docentes no cuentan con la capacitación para la identificación y abordaje de este tipo de situaciones. Con este protocolo se busca establecer pasos y procedimientos a seguir en caso de esta situación determinada. Se hizo una encuesta con el objetivo de saber qué tipo de información o preparación tienen los docentes en cuanto a los estudiantes que presentan conductas autolesivas. Durante la investigación exhaustiva se encontró que se han realizado muchos estudios de las conductas autolesivas y qué factores influyen en dicho comportamiento, un estudio en Europa, Estados Unidos y Australia, observó un incremento en estas conductas en la década de los 60.

La incidencia pareció estabilizarse en los años 80, aunque desde los años 90 se ha observado un nuevo aumento. (Zaragozano, 2021)

Ya que hay un incremento a nivel internacional y nacional, es importante la creación de una manera determinada de identificar a los estudiantes que presentan conductas autolesivas, para salvaguardar la salud mental y física de todos los estudiantes.

## JUSTIFICACIÓN

Dentro del gabinete psicopedagógico se llevaron a cabo diversas funciones como la evaluación de los aspectos escolares y emocionales del estudiante, para identificar las dificultades o problemas que el estudiante presente. Se brinda un apoyo integral a los estudiantes, padres de familia y personal docente del colegio. Se hacen intervenciones, dependiendo de las necesidades del estudiante. Se realizan planes estratégicos que promueva un mejor entorno escolar y seguro para cada estudiante. Es un trabajo multidisciplinario que está conformado por la trabajadora social que se encarga de identificar el problema y crear un plan para encontrar soluciones; la educadora de necesidades especiales que se encarga de las adecuaciones curriculares personalizadas y dos psicólogos que se encargan de la prevención, identificación, evaluación e intervención que necesita cada estudiante. Se llevó a cabo funciones como el estudio de casos, intervenciones, charlas sobre el bullying, orientación vocacional, realización de informes, evaluaciones de admisión 2025, intervención y creación de estrategia para la alta cantidad de fracasos escolar que presentaron los estudiantes de media, se aplicó el Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio. En el 2019, Telemetro hizo una investigación, e la cual La Caja de Seguro Social (CSS) advirtió de un aumento de adolescentes y jóvenes que se autolesionan en el país. De acuerdo con la psicóloga de la Unidad Local de Atención Primaria de Salud (ULAPS) de Capira, Carmen Ariza, existe un registro de al menos diez jóvenes que atraviesan este trastorno en esta instalación. Según Ariza, la edad de quienes incurren en estas prácticas oscila entre los 10 y 25 años. (Batista, 2019)

El Informe de Indicadores de Salud Básicos en Panamá, elaborado por el Ministerio de Salud (MINSa) en el año 2014, detalla que un total de 1,896 personas fallecieron a causa de lesiones autoinfligidas, agresiones y otra violencia en el 2012. (Batista, 2019)

**CAPÍTULO No. 1 ASPECTOS GENERALES**

## 1.1. Antecedentes

El Instituto Justo Arosemena fue fundado en 1953 por un grupo de profesores que incluía Esteban Federico A. Velásquez, Vicente Bayard Pérez, Miguel Mejía Dutary, Berta Quesada de Moscote, Zoraida Brandao, Alejandro Méndez Pereira, de Torre Jiménez y de Torre otros planearon cuidadosa y científicamente el establecimiento de una escuela con una oferta académica diferente, para lo cual crearon la Sociedad de Fomento Cultural, S.A. Los fundadores tenían una sólida formación académica, un agudo sentido de patria, optimismo y fe en el futuro. Querían brindar a la juventud de Panamá una educación democrática creada en el marco de valores morales y cívicos que formaran ciudadanos capaces de luchar por la dignidad y el respeto de la nación panameña. Así nació el Instituto Justo Arosemena, un colegio privado que porta a uno de los más grandes patriarcas de Panamá. El 28 de noviembre de 1953, Sociedad de Fomento Cultural, S.A. con el acta de la reunión del consejo. Se crea el Instituto Justo Arosemena (Instituto Justo Arosemena, 2024).

El colegio abrió sus puertas en 1954 y celebra su fundación el 9 de agosto de 1954 para conmemorar el natalicio del Dr. Justo Arosemena. A lo largo de los años, los fundadores confiaron en el entusiasmo y la cooperación de muchos profesores. Además, de profesores destacados que ayudaron a proporcionar a nuestra sociedad más de 35,000 estudiantes de posgrado en los cursos impartidos por la universidad. El Instituto Justo Arosemena, tradicionalmente conocido como IJA, ofrecía cursos diurnos, nocturnos y gratuitos en su humilde plataforma. Estos últimos fueron impartidos a la población adulta los sábados. Contaba con Básico, Primer Periodo (hoy conocido como Pre-Secundaria), Letra o Humanidades y Comercio español y Comercio Bilingüe. Por la noche, contaba con un primer período (Premedia), una escuela media (Media), una secretaría, una escuela de contabilidad y una de periodismo. Su sitio estaba ubicado en el Edificio De Lesseps frente al Palacio Justo Arosemena, que es la sede de la Asamblea. (Instituto Justo Arosemena, 2024)

Posteriormente se trasladó al edificio del casino al final de la Avenida Central y en 1959 inauguró sus modernos edificios al final de la Vía Israel, Paitilla, una gran zona de intenso verdor con vegetación y árboles caducifolios. El aporte del IJA al país fue excelente y vanguardista. La formación profesional de los estudiantes del liceo comercial y la formación profesional de los docentes egresados del departamento regular ayudaron a formar mejores profesionales dedicados a la comunidad. Para promover el estudio de la biología y la ciencia y respetar el medio ambiente, dirigió durante muchos años un zoológico repleto de especies autóctonas de nuestro suelo. Desde su fundación, el IJA como colegio diferente ha enfatizado la enseñanza del inglés como segunda lengua. Al darse cuenta de la necesidad de una educación integral, incluyó estudios de informática, danza folclórica, música, teatro, robótica, recitación y enfatizó aspectos científicos, permitiendo una excelente participación en competencias y concursos interuniversitarios. (Instituto Justo Arosemena, 2024).

## 1.2. Estructura Organizativa

**Figura 1.** Organigrama general del Instituto Justo Arosemena, 2022.



Nota: Obtenido en <https://ija.edu.pa/wp-content/uploads/2022/08/Organigrama-IJA-2022-2.pdf>

### 1.3. Objetivos:

El Instituto Justo Arosemena tiene como objetivo primordial ser un proyecto Académico de formación de largo plazo en la vida de cada uno de sus alumnos.

- Formar una conciencia democrática y reafirmar nuestra nacionalidad.
- Brindar un ambiente sano donde los estudiantes reciban una educación completa, con base en el desarrollo de una moral elevada.
- Guiar el desarrollo bio-psico-social del alumno de modo que él o ella formen hábitos y actitudes adecuadas para que pueda mantenerse sano, resolver con eficiencia sus problemas y, a la vez, ser un elemento capaz de vivir en una comunidad respetando a los demás, reconociendo sus deberes y derechos para con sus padres/madres, compañeros y su Patria.
- Brindar a los estudiantes una formación actualizada y cónsona con la realidad, incorporando aquellas innovaciones e ideas como producto de los avances científicos y tecnológicos mundiales.

### Visión

Institución educativa de calidad y excelencia, comprometida con la formación de personas visionarias en un clima de tolerancia a las ideas y a la diversidad cultural. Modelo de formación integral y vanguardista que inspira a la superación personal. Centro de fomento del pensamiento crítico, reflexivo y analítico; semillero de ciudadanos aptos para convivir en democracia, conscientes de sus deberes y derechos como panameños y ciudadanos del mundo.

## Misión

Fomentar el conocimiento y la cultura a través de métodos didácticos que permitan el crecimiento integral y estimulen la curiosidad por el saber. Formar personas calificadas académicamente para continuar estudios superiores o insertarse en el mercado laboral, ejerciendo con solvencia científica y moral desde cualquier ambiente.

Ofrecer una educación de calidad que atienda a los retos y desafíos del conocimiento y que dé respuesta a las necesidades de la sociedad, no sólo a través de la transmisión del saber, sino también propiciando espacios de reflexión y discusión que promuevan el intercambio de información y la afluencia de ideas.

### 1.4. Participación en el Mercado

El Instituto Justo Arosemena es una institución educativa de carácter privado que se dedica a ofrecer educación integral desde el nivel preescolar hasta la secundaria. Su misión es formar estudiantes con una sólida base académica y valores éticos que les permitan ser ciudadanos responsables y exitosos en su vida personal y profesional.

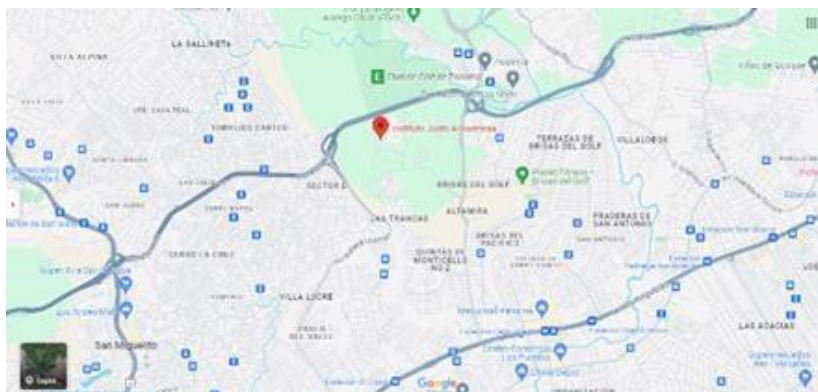
Su posición competitiva, el IJA se ha consolidado como una de las instituciones educativas más prestigiosas en Panamá. Su enfoque en la excelencia académica, la formación integral y la innovación educativa le ha permitido mantener una sólida reputación y una alta demanda entre las familias panameñas. La institución es conocida por su alto nivel académico y compromiso con el desarrollo integral de sus estudiantes.

El IJA mantiene alianzas estratégicas con diversas instituciones educativas y organizaciones internacionales. Estas alianzas permiten la implementación de programas de intercambio estudiantil, capacitación, docente y acceso a recursos educativos avanzados. Además, colabora con universidades y centros de investigación para fomentar la continuidad educativa de sus egresados.

El Instituto Justo Arosemena está comprometido con la responsabilidad Social y realiza diversas iniciativas en esta área, tales como programas de becas, ofrecen becas a estudiantes de bajos recursos con al rendimiento académico. Participación en proyectos de desarrollo comunitario y actividades de voluntariado. Tienen un ambiente laboral positivo que promueve el bienestar y la satisfacción de los empleados. Su competencia directa pueden ser los siguientes colegios: el Colegio Brader, la Academia Interamericana de Panamá y el Colegio Javier.

### 1.5. Marco de Acción

**Figura 2.** *Mapa geográfico del Instituto Justo Arosemena*



Nota: Figura tomada de Google Maps.

**CAPÍTULO NO.2 DESARROLLO DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL**

## 2.1. Departamento o Área Asignada

El departamento asignado fue el gabinete psicopedagógico para la realización de la práctica profesional, donde trabaja el equipo multidisciplinario del plantel.

### 2.1.1. Objetivos del departamento

El Gabinete Psicopedagógico es un espacio dentro del Colegio integrado por un grupo de profesionales idóneos, cuyo objetivo es prevenir, detectar y atender los problemas que presentan los estudiantes dentro del plantel educativo y que afectan o tienen el potencial para afectar seriamente el proceso enseñanza aprendizaje. El Gabinete Psicopedagógico también brinda asesoría, orientación y apoyo a los docentes, padres y madres de familia en los procesos de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes.

## 2.2. Funciones o Tareas

**Tabla 1.** *Funciones Realizadas en el Gabinete Psicopedagógico en el Instituto Justo Arosemena.*

<b>Funciones</b>	<b>Tiempo de Ejecución</b>	<b>Recursos Empleados</b>	<b>Impacto/Resultados</b>
Orientación Vocacional	Realizado en 1 semana	Prueba IPP-R, página web TEA ediciones.	Se evaluaron a los estudiantes de noveno,

				décimo, onceavo y duodécimo grado.
Informes de Admisión 2024.	Realizado en 2 semanas	Página web TEA ediciones, Microsoft Word y calificación manualmente.		Se evaluó el aspecto escolar y emocional de cada estudiante que aspira a ingresar a la Institución.
Feria Universitaria	Realizado en 1 día.	Mediante Gmail y la línea telefónica se contactó con las Universidades que iban a ser invitadas a la feria.		Se llevaron a los estudiantes al área de la feria, y todos los estudiantes de duodécimo grado asistieron.
Estudio de Casos.	Realizado semanalmente.	Expedientes.		Se analizó diariamente casos, para retroalimentación.
Informe de Casos Asignados.	Realizado en 2 días.	TEA ediciones y Microsoft Word.		Se fortaleció la redacción y el análisis en cuanto a los informes de los estudiantes.

Calificación de Pruebas psicométricas.	Realizado en 5 días.	TEA ediciones, TEA3, y BarOn.	Se fortaleció la calificación e interpretación de pruebas psicométricas.
Charla de Orientación en la selección de bachillerato a estudiantes de noveno año.	Realizado en 1 día.	Canva y hojas blancas	Se les brindó a los estudiantes los planes de estudio de cada bachillerato y posterior a eso orientarlos en las carreras profesionales que podrían seleccionar según el bachillerato.
Charla de higiene femenina.	Realizado en 1 día.	Canva y una profesional especializada en esa área.	Se organizó la charla y se contactó con una ginecóloga para que le brinde la información correcta y todos los factores que influyen en el aspecto emocional.
Entrega de informes a los acudientes.	Realizado en 2 días.	Informe físico.	Se citó a los acudientes, para la

			entrega de informes, y posterior a esto explicarle cada detalle del contenido del informe y por cualquier duda que tenga el acudiente.
Intervención y Aplicación de CHTE.	Realizado en 8 días.	Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio (CHTE).	Por la alta cantidad de fracasos escolares en estudiantes de secundaria, se solicitó una intervención para brindarle las herramientas, y así mejorar sus hábitos y técnicas de estudio.
Reunión para intervención.	Realizado en 1 día.	Expediente y citación para los acudientes del niño.	Las maestras del niño solicitaron una reunión para que el gabinete psicopedagógico hiciera la intervención, se citaron a los acudientes para el

			consentimiento informado.
Intervenciones.	Realizado a lo largo de la práctica.		Se realizaron diversas intervenciones (supervisadas) de estudiantes en crisis que asistían al gabinete psicopedagógico.
Proceso de Admisión 2025.	Realizado en 5 días.	Entrevista estructurada, TEA ediciones, TEA1, TEA2, TEA3, CUMANIN-2, BarOn.	Se realizó el proceso de admisión para estudiantes que aspiran a ingresar como estudiantes de la institución en el año 2025, se evalúan antecedentes, aspectos escolares y emocionales.

Nota. Esta tabla muestra las funciones que se realizaron durante la práctica profesional en

Instituto Justo Arosemena.

### ***2.2.2. Desarrollo Autónomo y grupal del trabajo***

De forma autónoma el desempeño fue positivo y enriquecedor, se trató de recolectar y absorber la mayor cantidad de información y conocimiento. De manera grupal el equipo aceptó al practicante de manera abierta y lo incluyó en todas las tareas en las que pudiera participar.

### ***2.2.3. Adaptación***

La adaptación al gabinete psicopedagógico fue de manera efectiva, ejecutando las habilidades y conocimientos adquiridos, se logró poner en práctica cada una de las indicaciones planteadas por el supervisor, y así se logró cada objetivo que se iba presentando, junto a cada reto que fue superado.

### ***2.2.4. Tolerancia al Trabajo bajo presión***

Las estrategias que se implementaron fueron efectivas en cuanto al trabajo bajo presión, ya que una de esas estrategias fue prepararme con anticipación en cuanto a cualquier indicación, tener siempre un cronograma si eran actividades que requerían un día o varios días. Consultar cualquier duda que tenía en relación alguna actividad.

### ***2.2.5. Capacidad para Asumir Nuevas Responsabilidades***

Algunas de las actividades que se iban desarrollando día a día, no tenían un cronograma planteado, por el cual no contaba con suficiente tiempo para prepararme con anticipación, lo

que me llevó a tener siempre la responsabilidad de mostrarme con una buena organización, proactiva y con esa versatilidad e interés de llevar a cabo el desarrollo de cada una de las tareas o actividades que se me iban asignando, permitiéndome realizar dichas tareas en el transcurso del día, y así asumir cada responsabilidad.

**CAPÍTULO NO.3 ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA DE LA PRÁCTICA  
PROFESIONAL**

### 3.1. Alcance del Desempeño

Mi alcance dentro de la institución ha sido exitoso, ya que he logrado destacarme por mi vocación y dedicación. He demostrado una gran capacidad para efectuar mis responsabilidades. He participado en el trabajo multidisciplinario como gabinete psicopedagógico, este ha sido enriquecedor, puesto que trabajé con especialistas de educación especial, trabajadora social y dos psicólogos. Mi impacto dentro del gabinete psicopedagógico ha sido positivo, ya que la institución cuenta una gran cantidad de estudiantes, y siempre se necesita más personal, por lo que mi trabajo y eficiencia a la hora de realizar cada una de actividades o tareas que se me asignaban las culminaba con éxito.

### 3.2. Restricciones o limitaciones

Se considera que no se experimentó ningún tipo de restricción y limitaciones, ya que se contaba con todo lo necesario para lograr cada uno de los objetivos trazados y a medida que pasaba el tiempo, el supervisor fue autorizando diversas tareas hasta llegar a permitir realizar intervenciones en diversos casos.

#### ***3.2.1. Expectativa vs. Realidad Laboral***

No se contaba con experiencia dentro del área educativa, las expectativas se basaban sólo en los conocimientos de la psicología educativa. Puesto que la realidad superó las expectativas, ya que ahora se ha podido ver la psicología educativa desde otra perspectiva y ha hecho que el practicante desarrollara interés y vocación en esta área específica de la psicología.

Se enfrentaron desafíos significativos como estudiantes con NEE, diagnósticos de TDHA, autismo, conductas disruptivas, depresión, ansiedad y conductas autolesivas, adquiriendo conocimientos en cuanto a cómo se lleva a cabo este tipo de diagnósticos dentro del ámbito escolar, y posterior a esto se desarrollaron habilidades y técnicas que ejecuta el psicólogo educativo, dentro del gabinete psicopedagógico.

### 3.3. Beneficios

Durante la práctica los beneficios fueron muchos, en donde se desarrollaron nuevas habilidades de evaluación, la redacción de informes e incluso se le permitió hacer intervenciones en distintos casos de estudiantes de primaria y secundaria. También mejoró las habilidades de comunicación, ya que se realizaron distintas charlas y talleres a los estudiantes. Teniendo un aprendizaje enriquecedor y muy beneficioso, esto ayuda a tener un mejor desempeño en el campo profesional.

#### ***3.3.1. Laboral***

Como practicante se logró desarrollar nuevas habilidades y técnicas, que me ayudarán en el campo laboral como profesional, actualmente se cuenta con una mejor redacción de informes, mejor conocimiento sobre pruebas psicométricas actualizadas, mejor destreza al hablar en público frente a una gran cantidad de personas, mejor abordaje de los pacientes. Un buen proceso del desarrollo y organización para la implementación de charlas, talleres y capacitaciones.

### ***3.3.2. Social-Cultural***

Dentro de la institución educativa tanto como en la población estudiantil, personal administrativo y docentes, se encuentran personas de distintas culturas y de diversas provincias del país; al convivir con esa cantidad de personas que hay en la institución educativa, pude tener una mejor comprensión, mejorando así mis habilidades sociales, ya que a veces se puede dificultar la interacción con algunas personas difíciles, ya sea por diversas situaciones, pero también ayuda a mejorar las técnicas.

**CAPÍTULO NO.4 PROPUESTA A LA EMPRESA O INSTITUCIÓN**

#### 4.1. Referencias Generales de la Propuesta

Durante la práctica profesional, se pudo observar que se presentaban constantes casos de conductas autolesivas en adolescentes de Premedia que se encuentran en un rango de edad entre 12 a 16 años. Los docentes no cuentan con las herramientas o el conocimiento de cómo abordar este tipo de situaciones. En estas situaciones es necesario que exista un protocolo para el personal docente y administrativo, ya que el gabinete psicopedagógico no cuenta con protocolo de actuación de riesgo de autolesión.

#### 4.2. Planteamiento del Problema

Se evidenció que durante la adolescencia hay un gran porcentaje de estudiantes que presentan conductas autolesivas, específicamente el cutting, que se refiere a cortes en la piel o automutilación sin la intención de llegar al suicidio. Este acto se da porque sienten un breve alivio emocional o a nivel psicológico, dependiendo la situación que este abrumando al adolescente en ese momento. Es decir, que el dolor emocional disminuye, porque el cuerpo se enfoca en el dolor físico que están sintiendo en ese momento.

Durante mi práctica pude observar una gran población de estudiantes de Premedia que presentan estas conductas autolesivas, y mencionan que no buscan orientación o la ayuda con alguno de sus docentes, porque han observado que sus docentes no abordan este tipo de situaciones de la mejor manera o incluso no le toman importancia, llevando así a los estudiantes a no buscar ningún tipo de ayuda u orientación. Es importante que los docentes cuenten con la capacidad para hacer un abordaje correcto de estas conductas, puesto que son la primera persona

que puede identificar estos signos y señales de esas conductas, tomando en cuenta que los estudiantes pasan la mayor parte del día a día en la institución educativa.

Esto puede ser un problema en el mayor de los casos, cuando los docentes quieren ayudar u orientar al estudiante, pero no cuenta con la capacitación para hacer el abordaje. Por lo tanto, identifiqué esto como un problema y me lleva a desarrollar un protocolo de actuación en situación de riesgo de autolesión en adolescentes de Premedia, dirigido a docentes de esta institución educativa.

En el 2019, Telemetro hizo una investigación dentro de La Caja de Seguro Social (CSS), en la que advirtieron del aumento en adolescentes y jóvenes que se autolesionan en el país. De acuerdo con la psicóloga de la Unidad Local de Atención Primaria de Salud (ULAPS) de Capira, Carmen Ariza, existe un registro de al menos diez jóvenes que atraviesan este trastorno en esta instalación. Según Ariza, la edad de quienes incurren en estas prácticas oscila entre los 10 y 25 años. (Batista, 2019)

#### ***4.2.1. Descripción del Problema***

Dentro del Instituto Justo Arosemena, específicamente en el Gabinete Psicopedagógico no cuentan con un protocolo de actuación de riesgo de autolesión en los estudiantes, para los docentes, por lo tanto, esto crea un ambiente inseguro, que mantiene a los docentes preocupados por no tener la información y herramientas para hacer un abordaje correcto. Esto acrecienta en la toma de decisión en los estudiantes que no buscan la ayuda u orientación respecto a esta situación que están experimentando. Este protocolo puede hacer que se haga una identificación

temprana, abordaje y seguimiento de los estudiantes que tengan conductas autolesivas. Esto creará un entorno escolar más seguro, ya que los docentes contarán con la capacidad de hacer un abordaje de manera efectiva.

#### 4.3. Objetivos

##### ***4.3.1. Objetivo General***

Desarrollar un protocolo de actuación que se pueda realizar efectivamente para que los docentes puedan identificar este tipo de conductas y salvaguardar el bienestar físico y mental de los estudiantes.

##### ***4.3.2. Objetivos Específicos***

- Identificar las necesidades de los docentes para la identificación y abordaje de los estudiantes con riesgo de autolesión.
- Seleccionar las herramientas y la capacitación necesaria para los docentes.
- Demostrar la importancia de establecer herramientas y técnicas a los docentes.

#### 4.4. Delimitación, Alcance y Cobertura

La población seleccionada para dicho protocolo es el área de docentes, los cuales se busca capacitar que cuenten con la información para intervenir en los distintos casos dentro del tema de las conductas autolesivas.

#### 4.5. Marco Teórico

##### ETAPA DE LA ADOLESCENCIA

Desde el desarrollo humano, el ciclo definido como adolescencia, va de los 12 a los 18 años, este periodo de transición entre la niñez y la vida adulta da el acontecer a la maduración sexual, empieza el pensamiento de operaciones formales y ocurre la preparación para ingresar al mundo de los adultos.

Durante esta etapa el adolescente se enfrenta a cambios físico a lo que también se le conoce como pubertad, es el inicio de un desarrollo sexual que influye en cambios anatómicos y al nivel hormonal. A nivel emocional experimentan sus emociones y sentimientos de manera intensa, empieza esa búsqueda de identidad, donde quieren explorar y experimentar cualquier cosa de su interés, y la definición de ciertos rasgos de su personalidad. También inicia esta independencia como individuo y las relaciones a nivel interpersonal empiezan a tomar mucha más importancia para ellos. En cierto modo se alcanza la madurez a nivel cognitivo, desarrollando el pensamiento abstracto y más independencia en la toma de decisiones.

Una tarea psicosocial importante de esta etapa es la formación de una identidad positiva. A medida que los adolescentes buscan una mayor independencia de los padres, a su vez desean un mayor contacto y un sentido de pertenencia y compañía de sus padres (Rice, 1997).

## LAS BASES DE ERICK ERICKSON

Erik Erikson, fue un psicólogo, psicoanalista, nacido en Frankfurt, Alemania el 12 de junio de 1902. Estudió psicoanálisis con Freud y se volvió psicoanalista infantil. En 1933, emigró a los Estados Unidos, donde continuó sus estudios y presentó la teoría de desarrollo psicosocial. Su principal trabajo fue extender los estudios del contexto del psicoanálisis del desarrollo psicosexual hacia el contexto del desarrollo psicosocial del ciclo de vida completo de la persona, atribuyendo para cada estadio una crisis dialéctica con cualidades sintónicas y diatónicas de acuerdo con el desarrollo psicosocial de la persona. También reconoce la importancia de la presencia de personas significativas, como elemento cultural en la formación de vida de las personas, bien como una representación de la jerarquización de los principios relacionados de orden social que interactúan en la formación cultural de la personalidad.

Erikson ha descrito “...una segunda tarea del desarrollo adolescente es la separación de la familia de origen para posibilitar la individualización de la persona. Esta necesidad del adolescente por definirse a sí mismo, ¿quién soy? Implica un conflicto, incluso de rebeldía en la relación con los padres, a veces necesarias para lograr un nivel suficiente de autonomía personal. La independencia psicológica es un paso necesario para lograr independencia social y económica. Esta separación se logra en forma importante a través del desarrollo de lazos amistosos y emocionales con adolescentes de la misma edad: el centro de gravedad emocional pasa desde la familia y los padres hacia el grupo de pares...” (Erikson, 1998).

## LA TEORÍA DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL

Erikson propone una teoría de la competencia. Cada una de las etapas vitales da pie al desarrollo de una serie de competencias.

Si en cada una de las nuevas etapas de la vida la persona ha logrado la competencia correspondiente a ese momento vital, esa persona experimentará una sensación de dominio que Erikson conceptualiza como fuerza del ego. Haber adquirido la competencia ayuda a resolver las metas que se presentarán durante la siguiente etapa vital.

En la formulación de la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson, Cloninger, destaca los siguientes aspectos:

- Diferencias individuales: los individuos difieren en cuanto a las fuerzas internas; hombres y mujeres presentan diferencias de la personalidad debidas a las diferencias biológicas.
- Adaptación y ajustamiento: un 'yo' fuerte es la llave para la salud mental; deriva de una buena resolución de las ocho fases de desarrollo del 'yo', con predominancia de las fuerzas positivas sobre las negativas (confianza sobre desconfianza, etcétera).
- Procesos cognitivos: el inconsciente es una fuerza importante en la formación de la personalidad; la experiencia es influenciada por modalidades biológicas que se expresan por medio de símbolos y juegos.

- Sociedad: modela la forma con que las personas se desenvuelven (de ahí el término ‘desarrollo psicosocial’); las instituciones culturales dan soporte a las fuerzas del ‘yo’ (la religión da sustentación a la confianza y a la esperanza, etcétera).

## LAS 8 ETAPAS DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL

A continuación, se describen las etapas del desarrollo psicosocial:

### **1. Confianza vs. Desconfianza**

Ocurre desde el nacimiento hasta los 18 meses. Como un bebé es totalmente dependiente, espera que los demás cuiden de él y se ocupen de sus necesidades. En esta etapa los bebés aprenden que pueden contar con el resto de las personas, es decir, aprenden a confiar. Pero, también, pueden aprender a desconfiar. Que sea una o la otra dependerá con el tipo de crianza recibida, el aprendizaje en la gestión de los vínculos y del apego. La sensación de confianza (o no), la frustración o la seguridad, determinarán la calidad de las relaciones en el futuro de esa pequeña persona. Bordinon, 2006)

### **2. Autonomía vs. Vergüenza y duda**

Desde los 18 meses hasta los tres años, los niños empiezan a ser conscientes de su cuerpo y empiezan a adquirir cierto control sobre él. Comienzan a ejercitar y controlar los músculos, en concreto, lo que entran en juego para controlar las excreciones y la orina. Asimismo, desarrollan cierto desarrollo cognitivo. Quienes superan esta etapa con éxito

tienden a mostrar una autoestima más sana en el futuro. Según Erikson, lograr un equilibrio entre la autonomía y la vergüenza lleva a la voluntad, es decir, creer que se puede actuar con intención dentro de los límites de la razón. (Bordignon, 2006)

### **3. Iniciativa vs. Culpa**

Esta etapa del desarrollo psicosocial comienza desde los tres hasta los 5 años. A estas edades es cuando los niños más rápido crecen. Comienza su curiosidad por el juego y por relacionarse con otros niños. Para ello, necesitan de la iniciativa. El reto en esta etapa es encontrar la armonía entre la toma de iniciativa y el querer jugar o cooperar con otros. Los que tienen éxito en esta etapa adquirirán una sólida autoconfianza y desarrollarán la habilidad de guiar a otros. Al contrario, ocurrirá con los que no les ha ido tan bien, sentirán culpa y dudas. (Bordignon, 2006)

### **4. Laboriosidad vs. Inferioridad**

La cuarta etapa ocurre desde los 5 hasta los 13 años. El cerebro del niño ya está más desarrollado, por lo que puede empezar a manejar conceptos abstractos y pueden comenzar a realizar tareas más complicadas. Aquí, tienen la capacidad de reconocer sus propias habilidades como la de los demás. Por lo tanto, también empiezan a compararse, con otros, pero también con ellos mismos. (Bordignon, 2006)

Al poder reconocer que algo se les da bien pedirán tareas cada vez más desafiantes para ellos y ellas. Su interés por mejorar es genuino porque también buscan el reconocimiento social. El éxito en esta etapa dependerá de la estimulación positiva y el reconocimiento que se les dé. Aparecerá el sentimiento de inferioridad cuando ven que fracasan en tareas en las

que desean tener más competencia. Si sus fracasos no son bien acogidos o desencadenan comparaciones con otros niños, el sentimiento de inferioridad aumentará y se sentirá inseguro respecto a los demás, siendo en estos casos es recomendable la ayuda profesional de psicólogos especializados en niños. (Bordignon, 2006)

### **5. Exploración de la identidad vs. Difusión de la identidad**

De todos se ha sabido que en la adolescencia es cuando forjamos nuestra identidad. En realidad, nunca dejamos de desarrollarla, pero es en esta etapa cuando comenzamos a ser más conscientes de que tenemos una identidad y de lo que ello implica. Se desarrolla desde los 13 años hasta los 21. Una de las identidades que exploran es la identidad sexual y empiezan a actuar como esa persona que proyectan a futuro y en la que se ven reflejados o identificados; esto es, quieren pasar más tiempo con sus iguales, comienzan a preguntarse cuáles son sus propósitos, cuáles son sus roles en las relaciones y quiénes son realmente. El éxito estribará en encontrar el equilibrio entre lo que quieren y desean ser y lo que su entorno espera que sean. En ese proceso de exploración surgirán dudas y se sentirán confusos.

(Bordignon, 2006)

Si durante esta etapa el adolescente no desarrolla su propia identidad, se verá afectado en distintos aspectos de su vida. En su identidad tendrá esta confusión lo cual creará incertidumbre respecto a ¿quién es?, ¿qué debería hacer?, ¿cuál es su rol dentro de la sociedad? Incluso podría tener un conflicto respecto a su orientación sexual, creencias y valores.

Presentará comportamientos impulsivos, ya que empezará esa búsqueda de identidad y tiene una imagen negativa de sí mismo, lo cual lo llevará a actuar de manera impulsiva porque está agotado de vivir en constante conflicto con el concepto que tiene de sí mismo.

Las dificultades a nivel intrapersonal e interpersonal estarán presentes, ya que al intentar imitar o encajar en lo que se espera de él, esto lo llevará a no establecer relaciones saludables, lo cual hará que el adolescente este en la búsqueda de constante validación lo que lo lleva a tener comportamientos que puedan poner en riesgo su vida.

Entorno a todos estos aspectos del adolescente, tendrá una inestabilidad emocional, porque está lidiando con un conflicto que abarca todo estos aspectos de su vida, ya que al experimentar esta confusión y conflicto, no cuenta con una base sólida, por lo cual experimentará un mal manejo de sus emociones y sentimientos, lo que lo llevara a buscar una forma no adecuada de aliviar con este constante e intenso malestar emocional, lo que lo llevara a presentar conductas autolesivas, ya que al autolesionarse experimenta un alivio temporal, al ser temporal, esto causara que el adolescente repita estas conductas autolesivas, cada vez que se sienta demasiado abrumado emocionalmente sentimentalmente.

## **6. Intimidad vs. Aislamiento**

Esta crisis comprende, aproximadamente, desde los 20 hasta los 40 años. En esta etapa, se va modificando la forma que tenemos de relacionarnos, abordamos las relaciones de una forma más madura, priorizamos unas sobre otras teniendo como criterio la intimidad de cada uno de nuestros vínculos y comenzamos a valorar el compromiso. Buscamos la compañía, la seguridad y la confianza. Cuando esta etapa no se desarrolla con éxito es cuando

establecemos vínculos poco sanos: actuamos por complacer, no ponemos límites, desconfiamos y acogemos a aislarnos. Bordignon, 2006)

### **7. Generatividad vs. Estancamiento**

Esta etapa ocurre desde los 40 hasta los 60 años, aproximadamente. Por lo general, en esta etapa vital se cuida de la familia y queremos dedicarles tiempo a los miembros que la forman (hablamos tanto de la familia consanguínea como la elegida), a su vez de pasar y dedicar tiempo a lo que nos hemos vinculado; al no ser haber formado una familia, puede estar vinculándolo al trabajo, a una afición o a las amistades. De no encontrar una respuesta a esto, se puede producir un estancamiento. ( Bordignon, 2006)

### **8. Integridad del ego vs. Desesperación**

De los 65 años en adelante, esta etapa suele estar caracterizada por tener que afrontar duelos. Se van perdiendo o se han perdido ya seres queridos, ya no producimos o generamos (generatividad) tanto como antes. El estilo de vida cambia. De la mirada al pasado puede aparecer la desesperación; sin embargo, también puede generar una sensación de integridad si está enfocado en lo que hemos compartido. El éxito en esta etapa estará en reafirmar el valor de nuestra existencia. (Bordignon, 2006)

## **ORIGEN DE LAS AUTOLESIONES**

No hay sólo una definición de autolesión, pero desde el aspecto psicológico las conductas autolesivas en adolescentes son un acto de expresión y autorregulación de

emociones. En este caso nos enfocamos en las autolesiones no suicidas, estas autolesiones buscan aliviar el malestar emocional, pero sin la intención de llegar a acabar con su vida.

Las autolesiones no suicidas están contempladas en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales-5ª edición, actualizada y editada por la Asociación Americana de Psiquiatría y publicada en español en 2014(19). El tema se inscribe en la Sección III, que contiene «Medidas y modelos emergentes», con el título de «Afecciones que necesitan más estudio». En este apartado se incluyen afecciones que conviene seguir investigando en el futuro, con el fin de tomar decisiones acerca de su posible inclusión en las subsiguientes versiones del DSM. (Zaragozano, 2021)

Existen diferentes tipos de conductas autolesivas, que incluyen las relacionadas con la alimentación, las conductas de riesgo, el uso de sustancias nocivas y las lesiones en tejidos como cortes, quemaduras y golpes. En un artículo se aborda específicamente la conducta autolesiva de cortarse la piel, denominada cutting, según Zaragozano: Lo más frecuente es que la lesión se realice con un cuchillo, aguja, cuchilla u otro objeto afilado. Las zonas más lesionadas son la parte anterior de los muslos y la cara dorsal de los antebrazos; los cortes son superficiales y suelen ser paralelos, separados 1 o 2 cm. A menudo las lesiones sangran y dejan cicatriz. (2017, p. 43).

#### ANTECEDENTES A NIVEL INTERNACIONAL

Se han realizado muchos estudios de las conductas autolesivas y que los factores influyen en dicho comportamiento, un estudio en Europa, Estados Unidos y Australia, observó un incremento en estas conductas en la década de los 60. La incidencia pareció

estabilizarse en los años 80, aunque desde los 90 se ha observado un nuevo aumento. (Zaragozano, 2021)

Una de las teorías sobre este incremento en las cifras, es que, en los años 60, 80, y 90 no había una psicoeducación sobre las conductas autolesivas, por lo tanto, no había una identificación temprana y mucho menos una intervención abordando este problema de salud mental.

En Inglaterra y Escocia se han llevado a cabo varios estudios en los que se estima que hasta 1 de cada 130 adolescentes puede autolesionarse. Se recogieron datos en un estudio de monitorización de conductas autolesivas en Oxford entre los años 1985 y 1995; la población diana incluía todos aquellos pacientes menores de 20 años que acudían al Hospital General de Oxford con autolesiones. Durante el tiempo que duró el estudio, 1.840 individuos acudieron al servicio de urgencias con autolesiones. Se observó que la incidencia aumentaba con la edad y que eran más frecuentes en mujeres que en hombres. (Zaragozano, 2021)

#### ANTECEDENTES A NIVEL NACIONAL

En Panamá no suelen hacer estudio o investigaciones para tener una cifra exacta de las conductas autolesivas en adolescentes, por lo tanto, hay poca información respecto a esto, por lo que durante la investigación exhaustiva se encontró que hace 5 años un canal de noticias de Panamá, obtuvo una cifra de la Unidad Local de Atención Primaria de Salud en Capira, distrito de Chorrera.

En el 2019, Telemetro hizo una investigación, ya que La Caja de Seguro Social (CSS) advirtió de un aumento de adolescentes y jóvenes que se autolesionan en el país. De acuerdo con la psicóloga de la Unidad Local de Atención Primaria de Salud (ULAPS) de Capira, Carmen Ariza, existe un registro de al menos diez jóvenes que atraviesan este trastorno en esta instalación. Según Ariza, la edad de quienes incurrir en estas prácticas oscila entre los 10 y 25 años. (Batista, 2019)

El Informe de Indicadores de Salud Básicos en Panamá, elaborado por el Ministerio de Salud (MINSA) en el año 2014, detalla que un total de 1,896 personas fallecieron a causa de lesiones autoinfligidas, agresiones y otra violencia en el 2012. (Batista, 2019)

## PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

Un protocolo de actuación es una cantidad detallada de pasos o procedimientos a seguir, en cuanto a una situación específica, lo que garantiza una respuesta organizada y eficiente.

### 4.6. Propuesta General

En este proyecto se realiza el enfoque en la etapa de identidad vs. confusión de roles, según Erik Erikson durante la etapa de la adolescencia. Debido a la observación que se realizó en la población de estudiantes y casos que se presentaban, se concluyó que hay un alto porcentaje con conductas autolesivas, por lo cual fue motivo para el desarrollo de un Protocolo de Actuación de Situación de Riesgo de Autolesiones en Estudiantes de Premedia, dirigido a docentes.

#### **4.6.1. Metas**

- Que los docentes logren la identificación temprana de las señales en adolescentes como con conductas autolesivas.
- La sensibilización y capacitación de los docentes de Premedia del colegio.
- Reducción del estigma de estas conductas que presentan durante la educación Premedia.

#### **4.6.2. Instrumentación**

Como instrumentación se utilizó el método de recolección de datos por medio de una pequeña encuesta a los docentes.

Encuesta sobre el conocimiento de las Conductas Autolesivas en los Estudiantes de Premedia. (Dirigido a docentes)

- ¿Cuál es su género?
- ¿Cuál es su edad?
- ¿Ha recibido alguna formación específica sobre la salud mental en adolescentes?
- ¿Puede identificar signos físicos de autolesiones en un estudiante?
- ¿Cuáles serían estos signos físicos de autolesiones en un estudiante?
- ¿Qué factores de riesgo cree que pueden contribuir a las conductas autolesivas en adolescentes? (marque todas las que apliquen)
- ¿Sabe qué hacer si un estudiante se acerca a usted con autolesiones?

- ¿Se siente preparado para manejar una situación en la que un estudiante tenga autolesiones?
- ¿Considera que es responsabilidad de los profesores intervenir si sospechan que un estudiante se está autolesionando?
- ¿Qué tan cómodo se siente hablando sobre temas de salud mental con sus estudiantes?

#### ***4.6.3. Muestra***

La población seleccionada para este proyecto está constituida por cinco personas adultas (mujeres y hombres) del personal docente de Premedia del colegio.

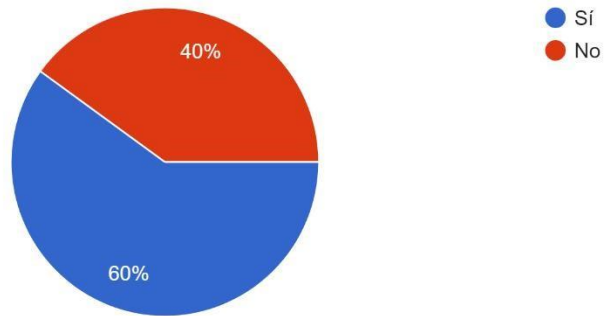
##### ***4.6.3.1. Resultados***

Se llegó a la conclusión de que los docentes de Premedia del Instituto Justo Arosemena no cuentan con ningún tipo de capacitación en salud mental, no cuentan con la información para identificar signos físicos, señales directas e indirectas que suelen mostrar los estudiantes con conductas autolesivas.

### Gráfico 1

¿Puede identificar signos físicos de autolesiones en un estudiante?

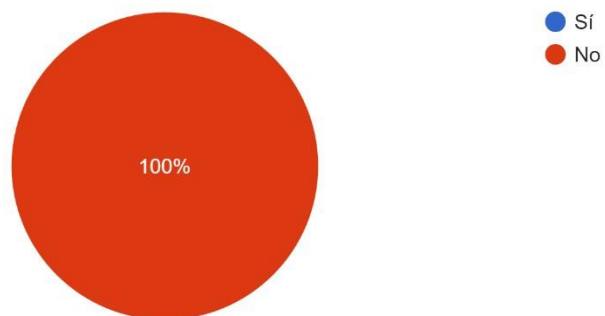
5 respuestas



### Gráfico 2

¿Ha recibido alguna formación específica sobre la salud mental en adolescentes?

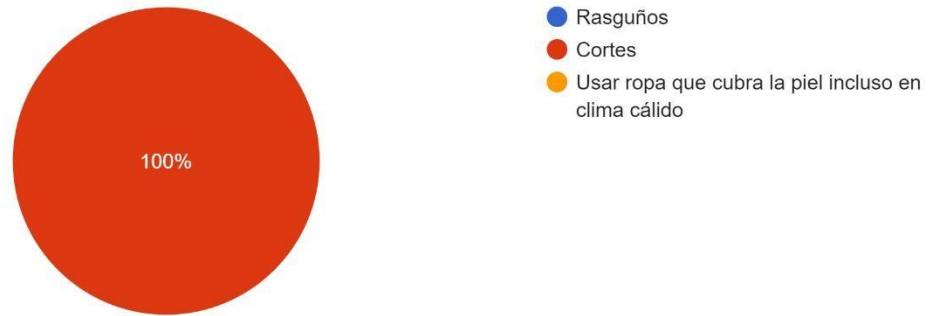
5 respuestas



### Gráfico 3

¿Cuáles serían estos signos físicos de autolesiones en un estudiante?

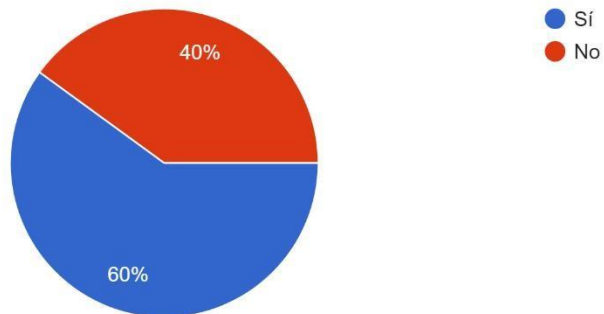
5 respuestas



### Gráfico 4

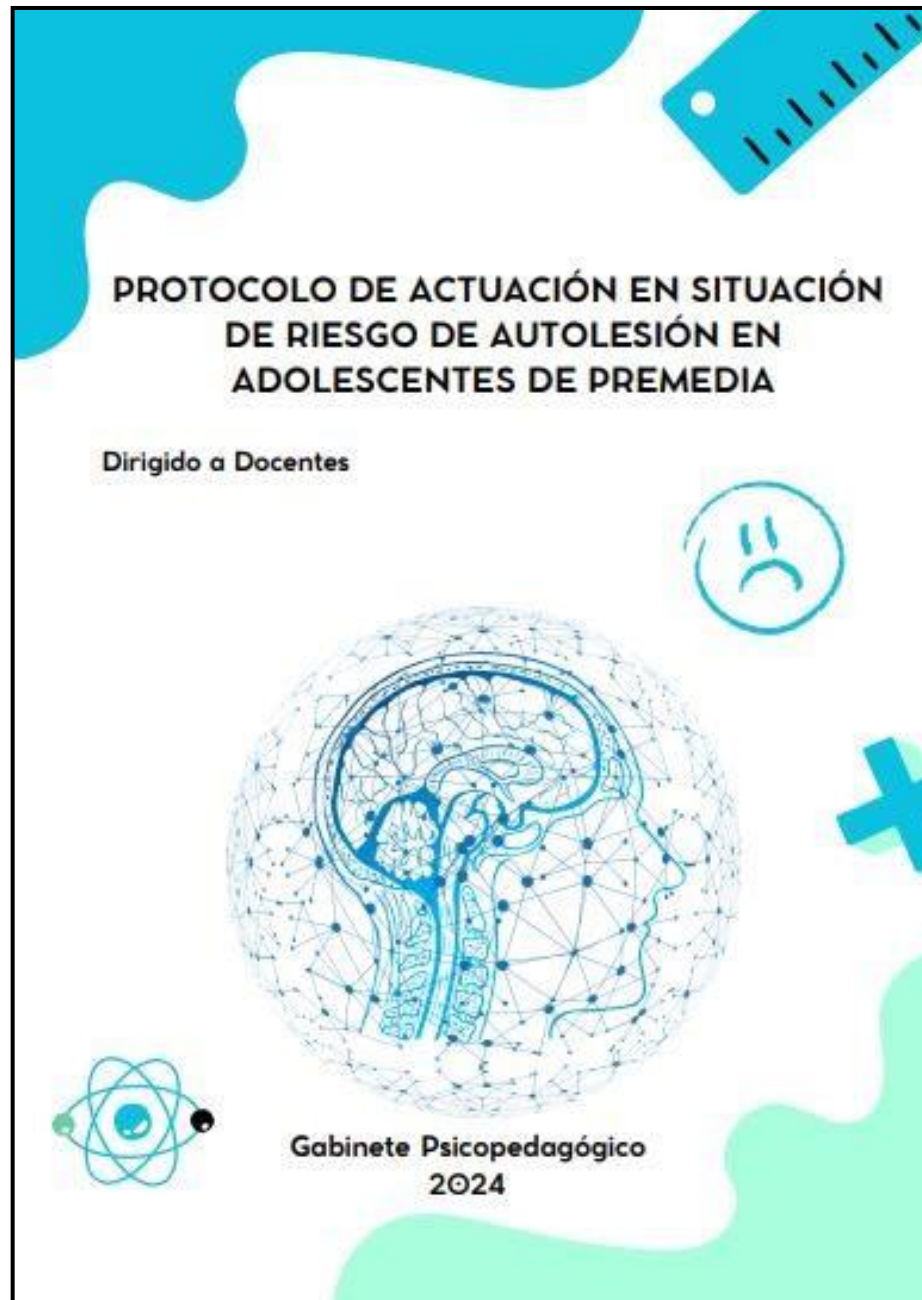
¿Sabe qué hacer si un estudiante se acerca a usted con autolesiones?

5 respuestas



#### 4.7.4 Diseño de la Propuesta

Figura 3. Diseño de propuesta



## ÍNDICE

1. Introducción 3

2. Conceptos Claves 4

3. Objetivo  
Alcance  
Participantes del protocolo 5

4. Factores de Riesgo 6

5. Factores Protectores 7

6. Detección de riesgo de Autolesión 9-10-11

1.	Capacitación	12-13
2.	Medidas Preventivas de Seguridad	14
3.	Etapa #1	15
4.	Etapa #2	16
5.	Etapa #3	17
6.	Referencias	18

## **Conceptos Claves:**

### **Autolesión**

Las autolesiones son todas aquellas lesiones provocadas deliberadamente en el propio cuerpo sin finalidad suicida, especialmente en la piel.

### **Conductas autolesivas**

Las conductas autolesivas en adolescentes son un acto de expresión y autorregulación de emociones de forma intencional, sin embargo, no se realiza con el deseo consciente de morir, por lo que se excluye el intento suicida.

## INTRODUCCIÓN

Este protocolo dirigido a docentes busca implementar procedimientos específicos para el abordaje de conductas auto-lesivas que presentan los estudiantes de secundaria.

Es relevante mencionar que se busca identificar las señales y conductas, para abordar, prevenir y referir con especialistas externos especializados en esta área.

**Objetivo**

Desarrollar un protocolo de actuación que se pueda realizar efectivamente para que los docentes puedan identificar este tipo de conductas y salvaguardar el bienestar físico y mental de los estudiantes.

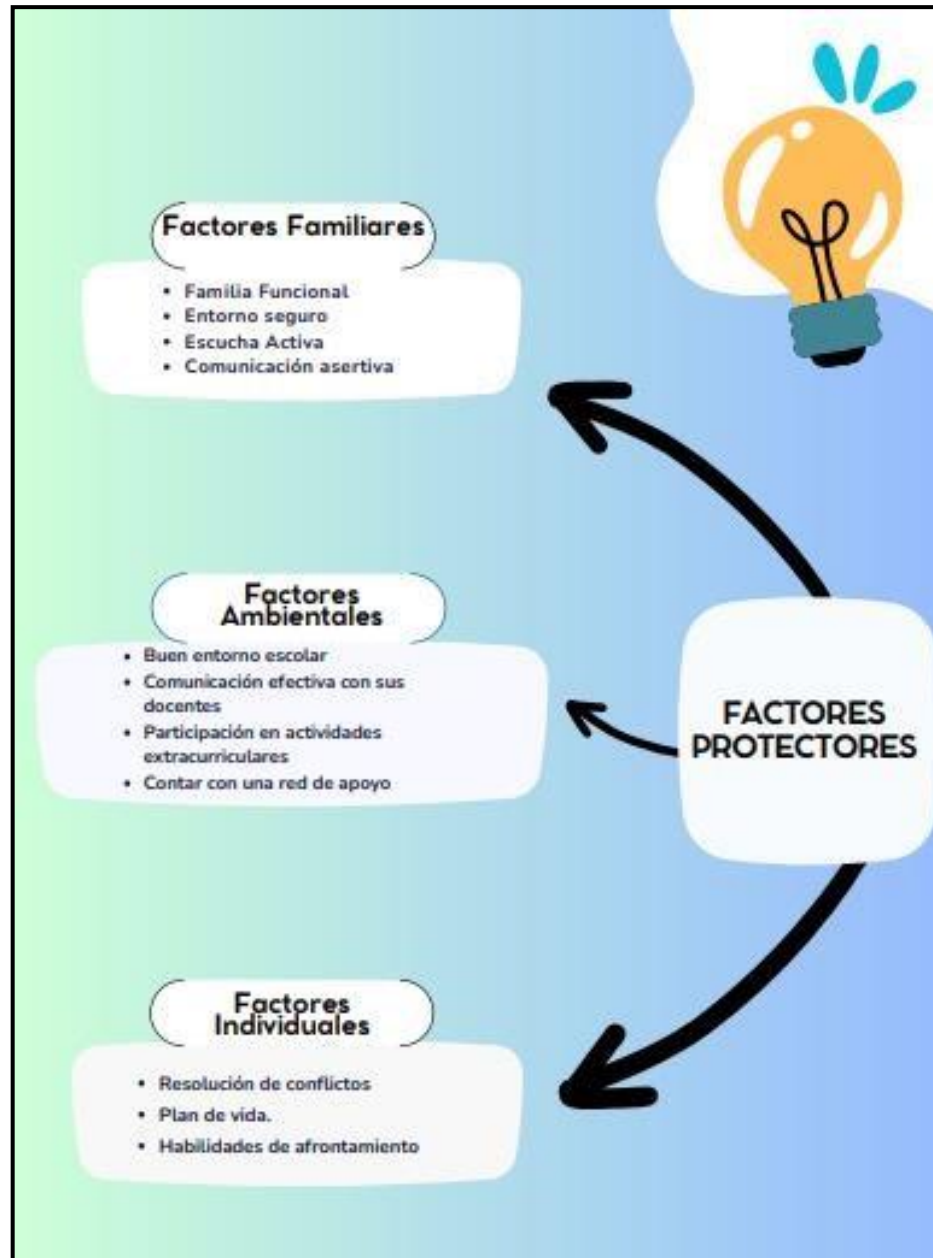
**Alcance**

Este protocolo de actuación es de aplicación exclusiva a docentes de una institución educativa.

**Participantes del protocolo**

- Docentes







## ¿CÓMO PODEMOS DETECTAR SI UN ESTUDIANTE ESTA EN RIESGO DE TENER CONDUCTAS AUTOLESIVAS?

No hay forma específica o procedimientos a seguir en cuanto a identificar cuando un estudiante se autolesiona, pero si existen señales que el estudiante suele manifestar cuando tiene conductas autolesivas.

### Señales Indirectas:

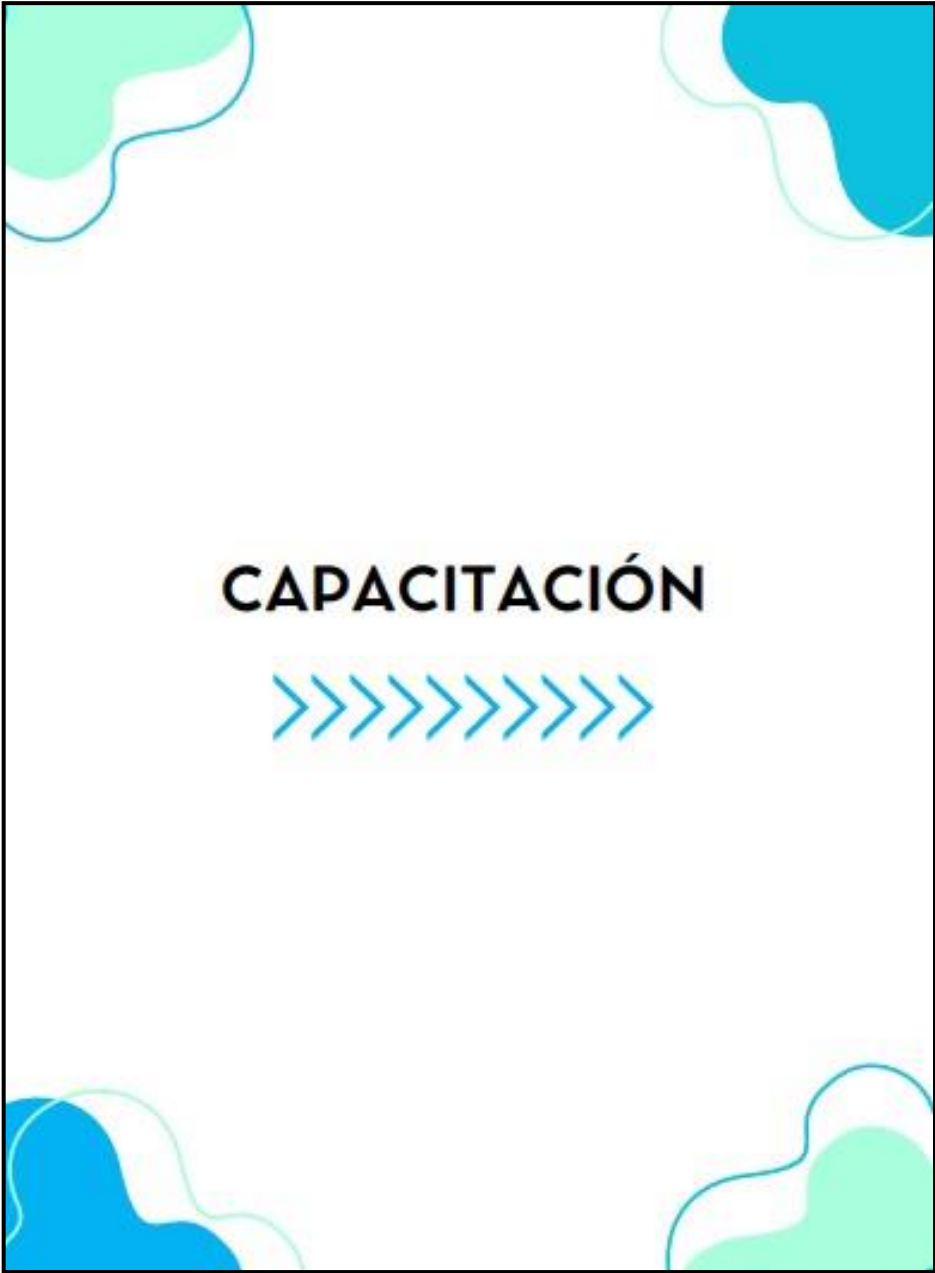
- 1** **Cambios repentinos en sus rutinas**  
alimenticios, horas de sueño, disminución o aumento de estas.
- 2** **Aislamiento Social**  
Alejarse de sus amistades, compañeros y familiares.
- 3** **Cambios en la vestimenta**  
mangas largas, pantalones largos mas frecuentes de lo habitual.
- 4** **Cambios en su estado de ánimo**  
tristeza, falta de energía, desesperanza y ansiedad.
- 5** **Dificultades académicas**  
dificultad en el rendimiento académico, fracasos escolares, falta de interés.
- 6** **Poner su vida en riesgo frecuentemente**  
realizar actividades que pongan en peligroso su vida.

## Señales Directas:

- 1** **Cortes en la piel**  
brazos, piernas y abdomen.
- 2** **Tener objetos cortantes**  
cuchillas, tijeras, navajas, incluso sacapuntas o cualquier objeto filoso.
- 3** **Cicatrices Inexplicables**  
frecuentemente tener cicatrices.



*Es importante poder identificar cuales son las señales indirectas y directas, ya que el estudiante siempre suele empezar a mostrar señales indirectas, para posterior a eso empezar manifestar las señales directas. Es importante poder identificar estas señales, ya que al no poder identificar estas señales, estos estudiantes suelen pasar desapercibidos.*



CAPACITACIÓN	
TEMAS EN LOS QUE SE BUSCA CAPACITAR A LOS DOCENTES:	
01	<b>PSICOEDUCACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilización sobre la importancia de la salud mental</li> <li>• Identificación de riesgo de autolesión</li> <li>• Importancia de la búsqueda de ayuda</li> </ul>
02	<b>IDENTIFICACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Características de personas en riesgo de autolesión</li> </ul>
03	<b>TÉCNICAS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de abordaje y de negociación en caso de crisis</li> </ul>
04	<b>CURSO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primeros Auxilios</li> </ul>
05	<b>LISTA DE NÚMEROS DE EMERGENCIA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• .Es necesario saber que llamadas se deben realizar</li> </ul>



## MEDIDAS PREVENTIVAS DE SEGURIDAD



Es importante establecer un lugar en el se tenga fácil acceso a una lista de números de una ambulancia, servicios médicos, profesionales de la salud mental, especializados en esa área y el contacto de los acudientes de cada uno de los estudiantes.

*Es importante que todos los estudiantes de secundaria, reciban la psicoeducación de los siguientes:*



- Salud Mental
- Sensibilización sobre las conductas autolesivas
- Informar a los estudiantes que dentro del colegio se cuenta con un gabinete psicopedagógico
- ¿Qué debe hacer un estudiante, si sospecha de que uno de sus compañeros se autolesiona?







# ETAPA#1

## ¿QUÉ DEBO HACER CON LA INFORMACIÓN?

Procedimientos a seguir cuando se identifica a un estudiante de riesgo de autolesión

Cuando un docente identificó a un estudiante con riesgo de autolesión, por sospecha, alguien le informó o incluso si el mismo estudiante le manifestó su situación.



**El abordaje se puede realizar de la siguiente forma:**

1. Llamar a el estudiante sutilmente.
2. Iniciar una conversación con el estudiante, implentando la escucha activa, respeto y empatía, que el estudiante pueda sentir confianza.
3. Una vez ya se estableció la conversación, se trata de que el estudiante este dispuesto y se sienta cómodo de revelar que pudo a ver desencadenado su crisis.



**PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN  
DEL COLEGIO**



## ETAPA #2

### SE DEBE CITAR AL ACUDIENTE DEL ESTUDIANTE



Llamar a su acudiente, para plantearle que paso una situación que es importante, informarle en persona, por lo que se le citara.



### INTERVENCIÓN DEL GABINETE PSICOPEDAGÓGICO

Durante esta reunión, debe estar presente el acudiente del estudiante, el docente que identificó al estudiante, y el psicólogo del colegio.

### ¿ QUÉ PROCEDIMIENTOS SE DEBEN REALIZAR DURANTE ESTA REUNIÓN?



1. Se debe investigar si el estudiante tiene psicólogo externo o si tiene algún tipo de informe dentro del gabinete psicopedagógico.
2. Una vez se identifican los antecedentes del estudiante, si el estudiante no cuenta con un psicólogo externo, se procede a proporcionarle la lista de profesionales de la salud mental con la que se cuenta dentro del gabinete psicopedagógico al acudiente del estudiante.

*Si el estudiante ya asiste con un profesional, se le debe solicitar que debe proporcionar un informe para tener la información necesaria. Esto es un trabajo multidisciplinario, por lo tanto el gabinete psicopedagógico y sus docentes deben tener recomendaciones proporcionadas por el psicólogo externo.*



**RECOMENDACIONES PARA EL  
DOCENTE**



# ETAPA #3

¿CÓMO UN DOCENTE PUEDE CREAR UN ENTORNO ESCOLAR SEGURO?



## Promover la Salud Mental

1

Ofrecer un espacio seguro en el que el docente haga sentir a sus estudiantes que cualquier emoción y sentimiento es válido, y que está ahí para ayudarlos y orientarlos.

## Inclusión

2

El docente debe fomentar el respeto y la tolerancia, enseñándoles a los estudiantes que hay mucha diversidad entre sus compañeros de clases y debe haber inclusión.

## Dinámica

3

El docente debe crear un espacio en el que se pueda desarrollar dinámicas, una vez por semana, ya que esto fortalece las relaciones interpersonales, entre compañeros.

## REFERENCIAS

Nayeli García Ramírez. Ideación e intento suicida en estudiantes adolescentes y su relación con el consumo de drogas (PDF). México, UNAM, FES Iztacala (Tesis para obtener el Título de Licenciada en Psicología), 2006, p. 33; citando a Salvador Ros Montalbán, define suicidio en los términos establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 1969. Dirección URL: [http://www.uade.inpsiquiatria.edu.mx/pagina\\_contenidos/tesis/tesis\\_nayeli.pdf](http://www.uade.inpsiquiatria.edu.mx/pagina_contenidos/tesis/tesis_nayeli.pdf) (2) Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias en el nivel de atención de salud no especializada. Versión 2.0. Washington, D.C. : OPS; 2017. (3) Nayeli García Ramírez. Íbidem. P. 35 (4) Vicente Martín Pérez. Conducta Suicida, Protocolo de Intervención (PDF). Badajoz, España, International Journal of Developmental and Educational Psychology, Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores, Revista de Psicología INFAD, vol. 2, núm. 1

Protocolo de actuación ante conductas auto-lesivas y riesgo suicida de estudiantes. Fundación Educativa Escuela Nuestra Señora del Pilar Reglamento Interno (2019)

#### 4.7. Mecanismo para la Implementación

Para la implementación de este protocolo se solicitó el espacio dentro de las capacitaciones a docentes en el año escolar 2025.

#### 4.8. Costos vs. Beneficios

El colegio cuenta con todas las herramientas necesarias, para llevar a cabo las capacitaciones para la implementación del protocolo.

Para el colegio, docentes y estudiantes, es beneficioso ya que al implementar este protocolo garantiza un mejor manejo de los estudiantes que presentan estas conductas autolesivas, lo que lleva a garantizar que se puede salvaguardar la salud física y mental de sus estudiantes. Los docentes con la capacitación, reducirá la preocupación de los docentes al contar con la capacitación para el abordaje en caso de que sus estudiantes se encuentren en estas situaciones, esto fortalecerá la confianza entre estudiante y docente, lo que crea al estudiante a percibir que sus docentes pueden brindarle la ayuda y orientación necesarias.

## CONCLUSIONES

Durante la práctica profesional pude poner en práctica todos los conocimientos adquiridos durante los cuatro años de la carrera, en esta experiencia logré fortalecer mis habilidades y la implementación de nuevas estrategias que serán de gran ayuda en el ámbito laboral. Pude fortalecer la calificación, redacción y realización de diferentes tipos de informe, se fortaleció la eficacia, responsabilidad y habilidades blandas. Al haber realizado mi práctica en área educativa, logro cambiar mi punto de vista de esta área en específico, ahora me llevo una experiencia enriquecedora que me ha aportado mucho en nivel profesional. Logre desarrollar la habilidad de trabajar en equipo y como grupo multidisciplinario como lo es un gabinete psicopedagógico. Durante la realización de una de mis funciones, logre identificar un problema sumamente importante y que se frecuentemente en los estudiantes de secundaria, específicamente durante la Premedia, posterior a esto hice una investigación exhaustiva entorno las conductas autolesivas y como se podría abordar este tipo de situaciones, gracias a esto llevo a cabo el desarrollo de un protocolo de actuación, que puede ayudar a los docentes a la identificación de los estudiantes que presentan conductas autolesivas. Al haber implementado un protocolo de actuación para el colegio, se busca un mejor abordaje de estas situaciones que se dan frecuentemente, para que los docentes cuenten con las herramientas y poder salvaguardar la salud mental y física de los estudiantes. Este proyecto ha contribuido significativamente a que se reconozca, la importancia y el papel fundamental que tienen los docentes en cuanto a la identificación de los problemas de salud mental en los estudiantes.

## RECOMENDACIONES

- Recomendación para el colegio, es que se continúe tomando la salud mental como una parte fundamental e importante de cada uno de los estudiantes e incluso de todos colaboradores de la institución, para crear un entorno saludable y seguro.
- Se exhorta al colegio a impulsar la implantación de capacitaciones sobre la salud mental a los docentes.
- Se le recomienda a la Universidad Latina que siga permitiendo a sus estudiantes poner en práctica todos los conocimientos adquiridos a largo de la carrera, en el ámbito profesional, como lo son estas prácticas enriquecedoras.

## ANEXOS

Panamá, 14 de agosto de 2024

Señores  
**UNIVERSIDAD LATINA DE PANAMÁ**  
E.S.D.

**Estimados Señores:**

Quien suscribe, **Jeimy Lizmell Díaz Cedeño**, con cédula de identidad personal número **8-734-1625**, Correctora de Textos de la Comunicación Oral y Escrita en Español, Facultad de Humanidades, Universidad de Panamá y docente en ejercicio, en pleno uso de mis facultades notifico haber revisado por solicitud de la estudiante, **Melanie Hernández**, con cédula de identidad personal número **8-952-1008**, el Proyecto Final de Graduación, Informe de Práctica Profesional Titulado: **“Protocolo de Actuación en situación de Riesgo de Autolesión en Adolescentes de Premedia, dirigido a Docentes”**; a su vez doy fe que el trabajo cumple satisfactoriamente con todos los requisitos formales de ortografía y redacción exigidos por el idioma español.

Atentamente,



Correctora de Texto y Docente en ejercicio

**REPÚBLICA DE PANAMÁ**  
**TRIBUNAL ELECTORAL**

**Jeimy Lizmell**  
**Diaz Cedeño**

NOMBRE USUAL:  
FECHA DE NACIMIENTO: 19-FEB-1980  
LUGAR DE NACIMIENTO: PANAMÁ, PANAMÁ  
SEXO: F DONANTE TIPO DE SANGRE:  
EXPEDIDA: 31-MAR-2016 EXPIRA: 31-MAR-2026

8-734-1625



## Referencias

Alejandra, B. C. (s.f.). *FACTORES CARACTERIALES DE LAS CONDUCTAS*.

Batista, L. (5 de septiembre de 2019). *telemetro.com*. Obtenido de <https://www.telemetro.com/nacionales/2019/09/05/css-advierte-trastorno-cuttingautolesionarse/2182118.html>

Bordignon, N. A. (2006). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson.

Instituto Justo Arosemena. (2024). *Instituto Justo Arosemena*. Obtenido de IJA: <https://ija.edu.pa/>

Zaragozano, J. F. (2021). Autolesiones en la Adolescencia: una conducta emergente.

Alejandra, B. C. (s.f.). *FACTORES CARACTERIALES DE LAS CONDUCTAS*.

Batista, L. (5 de septiembre de 2019). *telemetro.com*. Obtenido de <https://www.telemetro.com/nacionales/2019/09/05/css-advierte-trastorno-cuttingautolesionarse/2182118.html>

Bordignon, N. A. (2006). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson.

Instituto Justo Arosemena. (2024). *Instituto Justo Arosemena*. Obtenido de IJA: <https://ija.edu.pa/>

Zaragozano, J. F. (2021). Autolesiones en la Adolescencia: una conducta emergente.