

EFICACIA DE LOS GRUPOS DE APOYO MUTUO EN LA GESTIÓN DEL DUELO POR SUICIDIO

Paula Gutiérrez Báez (1), Laura Vaquero Velerdas (1), Tania Patricia Martins Rodrigues (2), Nuria Lamas Fariñas (3), Luis Fernando Gutiérrez Tejedor (4)



pgutierrezb@saludcastillayleon.es

1. Enfermera Especialista en Salud Mental. Servicio de Psiquiatría y Salud Mental. Hospital Provincial. GAS de Zamora.
2. Enfermera. Servicio de Psiquiatría y Salud Mental. Hospital Provincial. GAS de Zamora.
3. Enfermera Especialista en Salud Mental. Servicio de Psiquiatría. Complejo Hospitalario Universitario de A Coruña.
4. Enfermero Especialista en Geriatria. Residencia de Personas Mayores de Zamora.

INTRODUCCIÓN



- Plan acción prevención suicidio 2025-2027
- GPC Prevención y Tratamiento Conducta Suicida del Ministerio de Sanidad

Duelo por suicidio



- Impacto emocional: culpa, vergüenza, estigma
- Distorsiones cognitivas: cambio concepción muerte, búsqueda de respuestas, pensamientos negativos y rumiativos
- Abandono de autocuidado
- Deterioro relaciones intra y extrafamiliares
- Deterioro rendimiento laboral / académico

OBJETIVOS



Comparar los beneficios de los grupos de apoyo mutuo (GAM) para el abordaje de suicidio frente a intervenciones psicoterapéuticas individuales



Identificar las herramientas para elaborar un GAM para supervivientes

METODOLOGÍA

Revisión bibliográfica sistematizada



Artículos 2021-2026



Inglés, castellano
Texto completo



Revisiones sistemáticas
Metaanálisis



Búsqueda realizada del 19/01 al 02/02/2026

	DeCS	MeSH
Paciente	Sobrevivientes	Survivors
Intervención	Apoyo mutuo	Support group
Comparación	Intervención psicológica	Psychological intervention
Resultado	Duelo por suicidio	Suicide bereavement

DESARROLLO

Beneficios GAM supervivientes

- Reducción asilamiento social y estigma
- Validación emocional
- Compartir sentimientos del duelo
- Empoderamiento, estrategias de afrontamiento comunes
- Factor protector prevención suicidio
- Sesgo de género

Herramientas básicas GAM supervivientes

Entorno privado y accesible, frecuencia equilibrada, 90-120 mins

Información psicoeducativa básica

Plan gestión de crisis

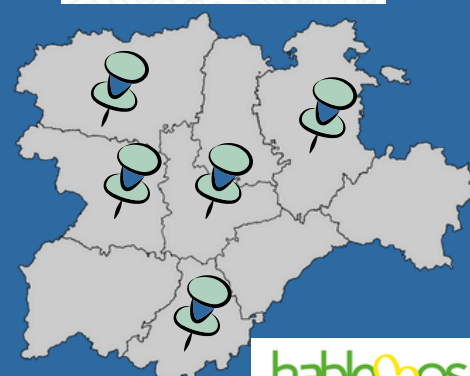
Estructura: confidencialidad, espacio seguro y confianza, escucha activa, sin prejuicios

Facilitador: superviviente o profesional salud mental

Apoyo institucional y recursos sociales

Definición clara del propósito y grupo diana

Recursos para supervivientes en CyL



CONCLUSIONES

- Es necesario el abordaje precoz en los supervivientes por suicidio dado el alto riesgo de vulnerabilidad, duelo complicado y desadaptativo
- Un grupo de supervivientes es un espacio de escucha, comprensión y amor, permitiendo canalizar el dolor y los sentimientos asociados al duelo
- Genera un clima de confianza y respeto entre los componentes y por la persona que se ha suicidado

BIBLIOGRAFÍA

