

# CAJA DE HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

LOS HOMBRES  
INDÍGENAS

# LOS HOMBRES INDÍGENAS

Hay diferentes comunidades indígenas en Quebec y en Canadá: cada comunidad tiene sus propias características y cada individuo tiene una relación única con su comunidad y sus tradiciones. Esta diversidad significa que no existe una solución única ni un modelo estándar de intervención.

**Los hombres indígenas que viven en Montreal pueden presentar una serie de factores de riesgo que pueden llevarles a adoptar un comportamiento suicida. Pensemos, por ejemplo, en la ruptura del vínculo con su comunidad y su cultura, así como en la violencia histórica que les afecta y que puede acentuar su angustia.**





# ESTAR ATENTO

¿Cuáles son los signos de angustia suicida? ¿Cuáles son los factores de riesgo a los que hay que estar atento?

## FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON TRAUMAS HISTÓRICOS

- Experiencias intergeneracionales de violencia y políticas de asimilación (internados, desplazamientos forzados, pérdida de la cultura y la lengua, sacrificio de perros para los inuit)
- Alejamiento de la comunidad o del territorio (tensiones identitarias)
- Impacto del acogimiento familiar por parte de la Dirección de Protección de la Juventud (mayor riesgo de depresión grave, ruptura de los vínculos familiares y culturales)
- La judicialización y el encarcelamiento provocan aislamiento social y cultural, dificultades de adaptación y exacerban el sentimiento de exclusión.
- Dificultad para crear un vínculo de confianza (desconfianza hacia los intervenientes)
- Estigmatización e impacto de las políticas coloniales

## FACTORES DE RIESGO PSICOLÓGICOS E INDIVIDUALES

- Trastornos psicológicos no tratados (ansiedad, depresión, estrés postraumático)
- Violencia sufrida en la infancia (abusos sexuales, negligencia, violencia intrafamiliar)
- Adicciones (alcohol, drogas, medicamentos) utilizadas para aliviar el dolor emocional

## FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON LAS CONDICIONES DE VIDA Y LA PRECARIEDAD

- Dificultades para acceder a la vivienda, al empleo o a los recursos básicos, lo que puede provocar estrés e inseguridad
- Inestabilidad financiera que puede acentuar la pérdida de control sobre su vida y sus posibles opciones
- Lejanía geográfica forzada (falta de espacio en las viviendas, marcha para recibir cuidados, estudiar o trabajar) que puede conducir al aislamiento o a la ruptura de los vínculos comunitarios
- Presencia de armas de fuego en el entorno (a menudo relacionadas con la caza), lo que aumenta el riesgo en caso de peligro

## SIGNOS DE ANGUSTIA

- Abuso de sustancias (consumo de drogas o alcohol como medio para aliviar el sufrimiento)
- Comportamientos agresivos o autodestructivos (posibles reacciones ante una situación de angustia no expresada).
- Aislamiento afectivo o emocional (dificultad o rechazo a hablar de las emociones relacionadas con la presión de ser fuerte, callarse o asumir solo la responsabilidad familiar o comunitaria).
- Aislamiento social (dejar de frecuentar los lugares habituales)
- Interrupción de los tratamientos en curso, aumento del consumo

## RECONOCER LOS ACONTECIMIENTOS QUE PROVOCAN VULNERABILIDAD

- Separación o alejamiento de la comunidad
- Ruptura sentimental, ruptura relacional
- Experiencias de estigmatización y racismo



## ELEMENTOS A EXPLORAR

1. Reconocer los signos de angustia
2. Actuar rápidamente
3. Crear una red de seguridad
4. Dotar de herramientas a los familiares
5. Diseñar un plan basado en las necesidades individuales

# EMPATÍA Y ESCUCHA ACTIVA PARA ALIMENTAR LA ESPERANZA

¿Cuáles son las mejores prácticas para llegar a los hombres indígenas, escucharlos e invitarlos a pedir ayuda?

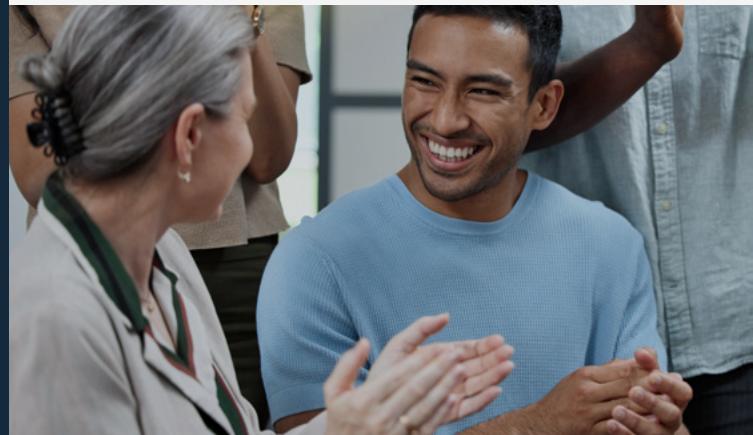
## PARA ESCUCHAR Y FOMENTAR LA EXPRESIÓN:

- Normalizar la solicitud de ayuda
- Apoyar la autonomía y la dignidad de la persona
- Comprensión auténtica de las realidades indígenas, arraigada en la historia
- Respetar las diversas visiones de las diferentes comunidades indígenas sobre la vida y la sanación (en particular los enfoques no occidentales de la prevención del suicidio)
- Fomentar un enfoque intercultural y sensible al trauma
- Tomar conciencia de los privilegios y la postura que se tiene cuando se es una persona interveniente no autóctona
- Respetar los enfoques tradicionales (curanderos, ancianos, ceremonias, círculos de intercambio) y hacerlos accesibles
- Reconocer la diversidad dentro de las comunidades indígenas (no homogeneizar las necesidades y expectativas de las personas)



## ACOMPAÑAMIENTO

¿Cuáles son las mejores prácticas para invitarles a utilizar los recursos?



TENER EN CUENTA LA DESCONFIANZA LEGÍTIMA HACIA LOS SERVICIOS OCCIDENTALES (COLONIZACIÓN, RACISMO)

ADAPTAR LA INTERVENCIÓN (ESPAZOS SEGUROS, CONTEXTOS MENOS FORMALES, AUSENCIA DE JUICIOS)

APOYAR LA AUTODETERMINACIÓN (FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN ACTIVA EN SU PROCESO DE RECUPERACIÓN).

UTILIZAR TRADUCTORES O MEDIADORES CULTURALES PARA FACILITAR LA COMPRENSIÓN Y REFORZAR LA CONFIANZA.

COLABORAR CON ORGANIZACIONES INDÍGENAS O EQUIPOS FORMADOS POR PROFESIONALES INDÍGENAS (ACTUALIZARSE SOBRE LAS MEJORES PRÁCTICAS DE INTERVENCIÓN, REMITIR A ESTAS ORGANIZACIONES CUANDO SEA NECESARIO).

OFRECER UN ENFOQUE HOLÍSTICO (TENER EN CUENTA LA CONEXIÓN CON LA NATURALEZA, LA ESPIRITUALIDAD Y LAS TRADICIONES).

PROPORONER DIVERSOS MEDIOS DE INTERVENCIÓN (FLEXIBILIDAD DE HORARIOS, SERVICIOS A DOMICILIO, APOYO ENTRE PARES).



## PROTEGER

¿Cuáles son los factores de protección que deben establecerse para reducir los comportamientos de riesgo?

¿Cómo sería un plan de acción o un plan de seguridad para un hombre indígena?

1. Reforzar los elementos protectores mencionados por la persona (comprobar los vínculos con el entorno y reforzar los vínculos con su comunidad).
2. Reducir o eliminar los elementos de peligro señalados por la persona.
3. Favorecer el vínculo con la comunidad, la cultura y el territorio
4. Proporcionar acceso a una atención adecuada, culturalmente segura y respetuosa
5. Reconocer los traumas causados por la colonización
6. Acompañar en la resolución del dolor y las heridas sufridas
7. Permitir el acceso a las prácticas tradicionales de curación y resiliencia
8. Reconocer la singularidad de cada persona: cada hombre indígena tiene una relación diferente con su comunidad y sus tradiciones

¿Algunas preguntas sobre la accesibilidad de mis servicios a los hombres indígenas?

- ¿Me pongo en contacto con estas personas fuera de la organización? ¿Me desplazo? ¿Voy a su encuentro?
- ¿Facilito la comunicación? ¿Proporciono acceso a traductores?
- ¿El lugar donde se prestan los servicios se percibe como acogedor o intimidatorio? ¿Refleja símbolos o referencias culturales indígenas?
- ¿Incluyo suficientemente la opinión y la participación de las personas indígenas en la vida de la organización?



Recursos útiles

# CAJA DE HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

LOS HOMBRES  
INDÍGENAS

2025

©ROHIM