

Presentación para

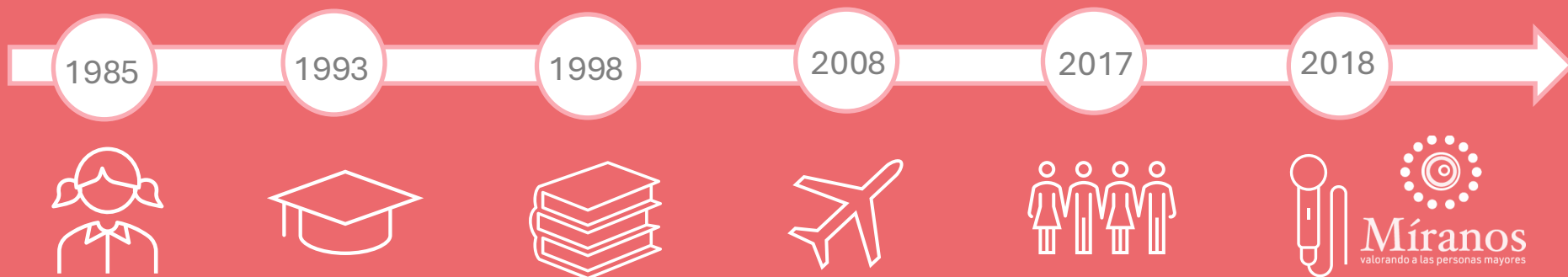
XXXX



**Míranos**  
valorando a las personas mayores



# ¿CÓMO NACE MÍRANOS?





**Míranos**  
valorando a las personas mayores

**PRINCIPAL  
OBJETIVO**

**Nos dedicamos a la  
promoción de la salud  
mental y prevención del  
suicidio en la vejez**

# ¿CUÁL ES NUESTRA MISIÓN?

Contribuir a crear una sociedad inclusiva, donde las personas mayores sean escuchadas y valoradas.



# Estamos enfocados en 4 áreas de acción

Sensibilización  
y  
Comunicación

Apoyo

Charlas  
Talleres

Estudios  
Investigación



**El Mercurio**

**Destacan a 16 mujeres por impulsar proyectos de alto impacto social en sus comunidades**

Con fines educacionales, culturales, recreativas, discapacidad, vejez, migración, patrimonio cultural e mejoramiento de la calidad de vida, se destaca el aporte de 16 mujeres líderes que, desde el 2010, impulsan proyectos que benefician a miles de personas en Chile.



**Revista Paula**

**Ana Paula Vieira y la búsqueda de una mejor vida para las personas mayores**

Cuando era preadolescente, tuvo con lidiar con el suicidio de hombres mayores cercanos a ella. Situaciones como esa le hicieron darse cuenta de la necesidad de contar con redes de apoyo, particularmente en la vejez. Hoy, formada en psicología y gerontología, Ana Paula Vieira lidera la fundación Míranos, dedicada a la promoción de la salud mental y la prevención de la conducta suicida en personas mayores.



**Emol**

**Estudio revela que los adultos mayores son los que tienen la mayor tasa de suicidio en Chile**

La vejez, periodo que con una carga o sufrimiento de alguna enfermedad grave con factores de riesgo que pueden desencadenar una decisión. ¿Cuáles son los factores que deben alertar a la familia?



**La Tercera**

**No es país para viejos: el pacto suicida de Jorge y Elsa**

Hace una semana, Jorge Olivares le dijo a su esposa y luego se mató. Los dos tenían más de 80 años y estaban enfermos y cansados. El fue en que decidieron morir, ella iba a ser trasladada a un asilo. Chile tiene la tasa más alta de suicidios en adultos mayores del continente.



**The Clinic**

**El pacto suicida de Alex y Nancy**



**“Hacer de suicidio su vida, el silencio sí” Radiografía a Chile**



**“Buen momento de la fuerza laboral conser: Relatos de abajadores y mujeres que se acercan a la vejez con salud”**



**Revista Anfibia**

**LA MUERTE TRIVIAL**

En un edificio de 100 metros cuadrados, el edificio Costanera Center, zona de Las Condes de Santiago, se concentró en el momento de la muerte de 74 personas. De cerca la familia de Fernando, cuando se produce una de las suicidios en el país, sobrevivieron en el edificio. Tienen a su alrededor, cerca de 100 personas, en tratamiento de catástrofe de vida. A su alrededor en un momento que se produce un momento de salud mental.



**Sensibilización  
Comunicación**

## Opinión en medios nacionales y regionales



### Informar a costa del dolor

Valparaíso: "Adulto mayor mata de un disparo a su esposa postrada y luego se quita la vida en cerro Playa Ancha". Así tituló este fin de semana un reconocido medio digital -y otros en un estilo similar- una nota para informar la muerte de un matrimonio en la V región.

Esta noticia nos habla de una tragedia marcada por el dolor, pero también de una enorme irresponsabilidad a la hora de comunicar este tipo de hechos.

En esta línea, destacamos que la Organización Mundial de la Salud realiza recomendaciones a medios de comunicación para la cobertura ética de casos de muertes por suicidio. El titular de esta

nota transgrede, por lo menos, dos de ellas: se menciona el método utilizado por la persona mayor y se utiliza la palabra mata, endosando una responsabilidad en la primera lectura.

Como Fundación dedicada a la prevención del suicidio en personas mayores, nos parece preocupante que los medios de comunicación prioricen informar desde la crónica policial, desestimando la urgente reflexión en torno a acontecimientos de esta índole.

Se deben explorar formatos periodísticos que aborden en mayor profundidad esta temática, de forma ética y respetuosa, partiendo de la base que el suicidio es un problema de salud pública

donde se conjugan múltiples causas. Este es el camino correcto para informar y crear conciencia en la comunidad.

Las acciones preventivas requieren de este análisis, dejando de lado estereotipos que la sociedad tiene respecto al suicidio y a la vejez. Abordar las vías de prevención para que estas situaciones se eviten es crucial, sobre todo, es necesario que la dignidad de las personas, sus familias y de quienes han estado cercanos a este tema, sea prioridad.

Ana Paula Vieira  
Directora  
Fundación Miranos

La Estrella de Valparaíso

# Sensibilización Comunicación

## Entrevistas en TV y medios radiales



# Sensibilización Comunicación

## Mesa de Salud Mental de Personas Mayores MINSAL y SENAMA



## Mesa Intersectorial Regional de Prevención del Suicidio



# Apoyo Psicosocial

## Profesionales

Equipo de psicólogos especializados en **Gerontología e intervención en crisis suicida.**

## Atenciones

Más de **16.500 intervenciones psicosociales** a personas mayores y sus familiares.

## Trabajo colaborativo

Los **casos** recibidos se derivan de distintas **organizaciones y profesionales.**



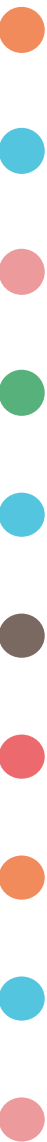
# Usuaría Apoyo telefónico a personas mayores




## Grupos de apoyo (Postvención)

Ejecución de Grupos de Ayuda Mutua (GAM) para sobrevivientes de suicidio (Programa Quédate).

Ejecución de Grupos de Ayuda Mutua (GAM) para sobrevivientes de suicidio (Metro Santiago).





**+ 150 Charlas y talleres** en diversas instituciones y territorios (Municipios, Instituciones como SENAMA, Fiscalía Nacional, Universidades, Bibliotecas y otras).

**Dirigidas a:**

Personas mayores, familiares, profesionales de salud mental, ciencias sociales, gerontología, cuidadores/as de personas mayores y otros agentes.



**Charlas  
Talleres**

## Jornada de Capacitación URAVIT 2023



Capacitación a Funcionarios Municipales de la RM



# Estudios e investigaciones

## Publicaciones

Generamos **estudios** sobre Suicidalidad en la vejez que nos permiten dirigir nuestros esfuerzos en la **dirección correcta**.

## Encuestas

Desarrollamos y aplicamos encuestas sobre **percepción y experiencia** relacionada a conducta suicida



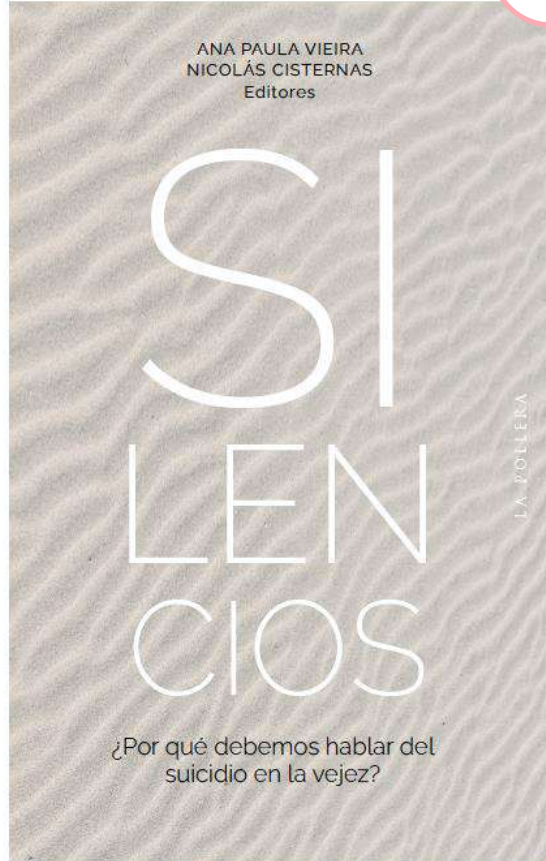
Guía de apoyo a sobrevivientes  
de pérdida por suicidio de un ser querido

# VIVIR DESPUÉS DE LA MUERTE



- Publicado en **2021** por **REPS** junto con el **Programa Nacional de Prevención del Suicidio** (MINSAL).
- Busca **acompañar** y **orientar** el proceso de **duelo**:
  - Reacciones y emociones más comunes.
  - Decisión de hablar lo sucedido (Cuándo? Quienes?)
  - Decisión de hablar con NNA y cómo trabajar con ellos.
  - ¿Cómo seguir? (dudas, sentimientos, autocuidado)
  - Recomendaciones de cómo ayudar a un sobreviviente.
  - Ayuda Profesional.
  - Mitos y Realidades.

2024



*“Nuestro principal propósito es visibilizar la conjunción de estas dos temáticas tan complejas, olvidadas y, al mismo tiempo, extremadamente necesarias. Generar reflexiones al igual que acciones, y dar voz a las personas mayores que – muchas veces – en el silencio de sus dolores no son escuchadas ni contenidas por su familia, el Estado, profesionales de salud, entre otros”.*



# PROYECTOS

2020

PANDEMIA



Servicio de contención emocional e intervención en crisis ante riesgo suicida, en conjunto con el SENAMA y Capacitaciones para los funcionarios en la temática.

2022-  
2024



Servicio de Apoyo PsicoSocial para personas mayores víctimas de delitos de la zona occidente y Capacitaciones para los equipos y municipalidades.

2022



Charlas-Talleres para Dirigentes Sociales y Funcionarios municipales (52 comunas RM) y Grupos de Ayuda Mutua para Sobrevivientes Suicidio.

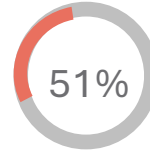
2025

+2.000

Casos Derivados desde URAVIT

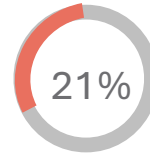


# Riesgo Psicosocial



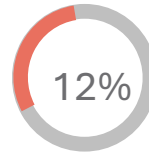
Presentan **sintomatología depresiva**

Base: 621 casos (PHQ 9 aplicado)



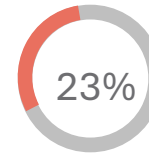
Presentan **ideación y conducta suicida**

Base: 320 casos Servicio de Atención Psicológica (SAP)



Presentan **TEPT** (Trastorno Estrés pos traumático)

Base: 320 casos SAP



Tienen riesgo de **Aislamiento Social**

Base: 621 casos



## “Programa Inclusión a Personas Mayores Víctimas de Delitos en la Zona Occidente RM”



45

Charlas-Talleres  
realizadas

1105

Asistentes



# Proyectos de Posvención Suicidio

- Acciones de Posvención en establecimientos educacionales (asesoría tras la muerte de estudiantes, elaboración de protocolos y capacitaciones).
- Implementación de Grupos de Ayuda Mutua (GAM) para sobrevivientes de suicidio (Programa Quédate).

ES IMPORTANTE DIFUNDIR QUE MÍRANOS TRABAJA EN LA PREVENCIÓN Y POSTVENCIÓN DEL SUICIDIO, DEBIDO A LA DEMANDA, NO SOLO CON PERSONAS MAYORES, AMPLIANDO LA POBLACIÓN IMPACTADA





**GS GOBIERNO DE SANTIAGO**

## El duelo se vive en comunidad.

Si tú o alguien que conoces ha perdido a un ser cercano por suicidio, te invitamos a participar de un grupo de ayuda mutua gratuito.

**quédate**

Para inscribirte contáctanos:  
grupoapoyo@fundacionmiranos.org  
+569 2386 6637  
\*lunes a viernes 9:00 a 17:00 hrs  
Atención urgente 📞 \*4141

 **CORE**  
CONSEJO REGIONAL

 **Míranos**  
PREVENCIÓN & ASESORÍA EN VEJEZ

- Actualmente: **4 GAM**.
- La mayoría refiere haber perdido a un **familiar directo** a causa del suicidio, muchos hace aprox. **ocho años**. También casos de duelo reciente con menos de tres semanas y desde hace + veinte años.
- **Emociones + presentes**: culpa, negación, soledad, aislamiento social, extrañamiento profundo, fenómenos perceptivos, entre otros.
- Consensos: ha sido el **1º espacio** en que han podido “expresar el duelo” con libertad y confianza para sentir emociones displacenteras, **sin temor al juicio externo ni a expectativas**.

Ofrece un **entorno protegido**, donde no se exige hablar en profundidad de las circunstancias de la muerte ni revivir detalles traumáticos.

**Comparten** experiencias y estrategias para transitar el duelo.



**Míranos**  
valorando a las personas mayores






**Míranos**

valorando a las personas mayores

[www.fundacionmiranos.org](http://www.fundacionmiranos.org)

[contacto@fundacionmiranos.org](mailto:contacto@fundacionmiranos.org)



 fmiranos  
 fmiranos  
 Fundación Miranos

**¡Juntos podemos salvar vidas!**

**Otros canales de ayuda:**

Programa de Prevención del Suicidio  
Región Metropolitana  
[www.quedate.cl](http://www.quedate.cl)

