

RUTA DE ATENCIÓN PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO:

Siempre es posible prevenir la conducta suicida

Para la prevención del suicidio, **Bienestar Institucional cuenta con el programa de salud mental y prevención de adicciones y el servicio de asesoría psicológica**, con oferta de contenidos y actividades orientadas al reconocimiento de situaciones de riesgo y el fortalecimiento de factores protectores para la salud mental de la comunidad institucional.

Te invitamos a conocer la ruta de atención para toda la comunidad institucional

1) RECONOCE LAS SEÑALES

- Verbalizaciones negativas recurrentes
- Aislamiento y tristeza profunda
- Pérdida de interés por las cosas que antes le apasionaban
- Incremento en el consumo de alcohol o sustancias psicoactivas
- Cambios repentinos en el estado de ánimo
- Dificultades para concentrarse, comer o dormir



2) ¿QUÉ HACER SI LA PERSONA TIENE COMPORTAMIENTOS DAÑINOS U ORIENTADOS A INFLIGIR LA MUERTE?

- No pierdas la calma
- Darle espacio para que hable sobre su estado emocional actual
- Escucha y tranquiliza, no se debe regañar o juzgar
- Pide ayuda a la familia o a un amigo cercano
- Haz seguimiento de la situación



3) ¿CÓMO ACTIVAR LA RUTA PARA LA PREVENCIÓN?

Busca ayuda de otra persona o un profesional

Invítalo a solicitar asistencia psicológica en Bienestar
Formulario en la página web o en el correo desarrollohumano@colmayor.edu.co



4) SI NO ESTÁS EN LA INSTITUCIÓN, BUSCA AYUDA EN ESTAS LÍNEAS



Línea de la Esperanza Medellín:
(604) 604 27 84

Línea 123

Línea Salud para el alma de la Gobernación de Antioquia:
(604) 5407180 - 018000413838

Línea Amiga Secretaría de Salud de Medellín:
(604) 444 44 48

LAS IDEAS SUICIDAS NORMALMENTE ESTÁN ASOCIADAS CON PROBLEMAS QUE SÍ PUEDEN RESOLVERSE