

RIESGO BAJO

Asesoría psicológica.

Acompaña las situaciones de malestar emocional, la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud mental.



SITUACIONES

Dificultad en la adaptación a la vida universitaria y seguimiento a estudiantes que presentan circunstancias de alerta en las relaciones familiares y/o sociales, situaciones económicas vulnerables, entre otras.

¿QUÉ HACER? Si eres...



COMUNIDAD EDUCATIVA

(Profe, estudiante, personal administrativo u otro)

- Identifica la situación (pérdida o repetición de asignaturas, inasistencias, baja energía vital, dificultad en la asimilación de la información, pérdida o aumento de peso de manera repentina, alteraciones del sueño, entre otros).
- Orienta y direcciona a Bienestar Universitario.



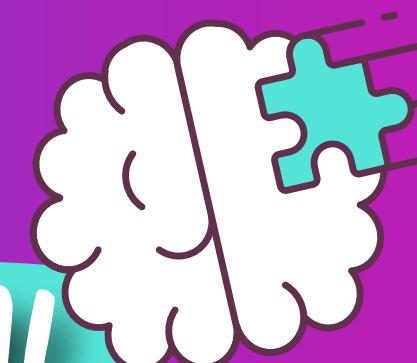
PROFESIONAL DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

- Genera cercanía y confianza
- Escucha de manera asertiva y empática
- Identifica la situación
- Aplica abordaje integral y remisión interna según el tipo de acompañamiento que requiera (psicológico, psicopedagógico o socioeconómico)

Protocolos de

SALUD MENTAL

UdeMedellín



TIPO DE ATENCIÓN

Asesoría psicológica, psicopedagógica y socioeconómica.



DENTRO Y FUERA DE LA UDEMEDELLÍN

Escribe a los siguientes correos:

- Para solicitar acompañamiento psicológico: abiertamente_te_escuchamos@udemedellin.edu.co
- Para solicitar acompañamiento psicopedagógico: aprenderesunanota@udemedellin.edu.co
- Para solicitar acompañamiento socioeconómico: promocion_socioeconomica@udemedellin.edu.co

RIESGO MEDIO

Atención primaria en salud mental, atención en crisis.

Protocolos de

SALUD MENTAL

UdeMedellín



SITUACIONES

Bajo nivel de sentido de vida, narrativa con desesperanza, tristeza y angustia frecuentes, elevada activación emocional, llanto intenso, dificultad para respirar, estado de shock, entre otros.

¿QUÉ HACER? Si eres...



COMUNIDAD EDUCATIVA

(Profe, estudiante, personal administrativo u otro)

- Identifica la situación (asegúrate de que no haya riesgo vital)
- Lleva la persona a un lugar seguro
- Habla en un tono suave, bajo y tranquilo
- Sé empático
- Evita emitir juicios
- Ubica a la persona en tiempo y espacio (si aplica)
- No la dejes sola (hasta que esté presente un profesional de Bienestar Universitario)



PROFESIONAL DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

- Valoración del riesgo
- Contención emocional
- Remite según el caso (urgencias, psicología, salud)
- Aplica los PAP (Primeros Auxilios Psicológicos)
- Contacta la red de apoyo efectiva (familia, amigos, pareja)
- Según sea el caso, remitir (acompañamiento psicológico, psicopedagógico o socioeconómico o servicios de salud si requiere atención fisiológica)
- Haz seguimiento a la situación



TIPO DE ATENCIÓN

Respuesta inmediata por parte del Grupo de Orientación y Permanencia, Grupo Salud y/o personas certificadas en primeros auxilios psicológicos.



DENTRO

DE LA UDEMEDELLÍN

- Dirígete a Bienestar Universitario (Bloque 2).
- Si NO hay riesgo vital envía un correo a: ***abiertamente_te_escuchamos@udemedellin.edu.co***, solicitando acompañamiento psicológico.
- Contacta tu red de apoyo.

FUERA

DE LA UDEMEDELLÍN

- Línea Amiga Saludable: (604) 444 44 48
- Línea social (Alcaldía de Medellín): 123
- Línea Salud para el Alma (Gobernación de Antioquia): (604) 540 71 80

RIESGO ALTO

Peligro inminente para la vida propia o de otras personas.



SITUACIONES

Ideación o intento suicida, ingesta de sustancias tóxicas que ponen en riesgo la vida, autolesión, pérdida del sentido de realidad, ataques de pánico, entre otros.

¿QUÉ HACER? Si eres...



COMUNIDAD EDUCATIVA

(Profe, estudiante, personal administrativo u otro)

- Dirígete a Bienestar Universitario (Bloque 2) y/o al personal de vigilancia y seguridad de la U.
- No dejes sola a la persona (hasta que esté presente un profesional de Bienestar Universitario).



PROFESIONAL

DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

- Valora el riesgo
- Remite según el caso (urgencias, psicología, salud)
- Aplica los PAP (Primeros Auxilios Psicológicos)
- Activa área protegida y líneas de emergencia según el caso
- Contacta la red de apoyo efectiva (familia, amigos, pareja)
- Haz seguimiento a la situación

Protocolos de

SALUD MENTAL

UdeMedellín



TIPO DE ATENCIÓN

Urgente e inmediata por parte del Grupo de Orientación y Permanencia, y/o Grupo Salud.



DENTRO

DE LA UDEMEDELLÍN

- Acércate al personal de vigilancia más cercano y/o dirígete a los profesionales de psicología o salud en Bienestar Universitario (Bloque 2).

FUERA

DE LA UDEMEDELLÍN

- Línea Amiga Saludable: (604) 444 44 48
- Línea social (Alcaldía de Medellín): 123
- Línea Salud para el Alma (Gobernación de Antioquia): (604) 540 71 80

RIESGO DE AUTOLESIÓN Y COMPORTAMIENTO SUICIDA

Protocolos de **SALUD MENTAL** UdeMedellín



SITUACIONES

● **COMPORTAMIENTO SUICIDA**

Es un proceso continuo, que va desde la ideación en sus diferentes expresiones, pasando por las amenazas, los intentos, hasta el suicidio propiamente dicho.

● **AUTOLESIÓN**

Acto compulsivo autoinfligido que busca una liberación emocional para tomar el control de la situación (*cutting*, quemaduras, entre otros).

● **IDEACIÓN** (riesgo bajo)

Pensamiento de muerte y suicidio, expresar deseo de morir y quitarse la vida. Solo ideas y expresiones, sin un plan elaborado.

● **PLANEACIÓN** (riesgo alto)

La persona tiene un plan elaborado para cometer el acto suicida.

● **INTENTO** (riesgo alto)

Conductas autolesivas con el fin de provocarse la muerte.

¿QUÉ HACER? Si eres...

COMUNIDAD EDUCATIVA

(Profe, estudiante, personal administrativo u otro)

- Acompaña a la persona hasta Bienestar Universitario (Bloque 2) y garantiza que te reciba un profesional del servicio médico o psicológico
- Escucha de manera empática
- Evita emitir juicios
- Transmite seguridad y calma

PROFESIONAL

DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

- Identifica el riesgo (alto/bajo)
- Aplica los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) y/o primeros auxilios médicos según el caso. Solo deben hacerlo personas certificadas.
- Activa área protegida y líneas de emergencia según el caso
- Contacta la red de apoyo efectiva (familia, amigos, pareja)

¡PILAS CON LAS SEÑALES!

- Irritabilidad
- Aislamiento
- Consumo de sustancias psicoactivas
- Trastornos alimenticios
- *Cutting* (automutilación o cortes en la piel)
- Uso excesivo de redes sociales o juegos en línea
- Expresiones de desaliento y desesperanza
- Pérdida en la motivación o el disfrute de actividades que antes solía disfrutar

FUERA DE LA UDEMEDELLÍN

- Línea Amiga Saludable: (604) 444 44 48
- Línea social (Alcaldía de Medellín): 123