



 RUTAS DE ATENCIÓN
EN CASOS
DE CRISIS
 DE SALUD MENTAL





NO

¿La crisis ocurre en horario de prestación de los servicios de la Sección Salud lunes a viernes **7:00 a.m. a 5:00 p.m.?**

SI

Acércate a vigilancia o porterías del Campus dónde te encuentres y solicita que activen el **sistema de emergencias de la Sede** y si es necesario ellos activarán el servicio de **área protegida**.

Contacta a un **familiar o persona cercana**.

Comparte al acompañante del paciente y al personal de Emerméica los datos del

Código Dorado
Línea Amiga Saludable
(604)4444448
Línea social



El **personal de salud** definirá si el manejo es en el servicio o si debe activar área protegida o **código dorado**.

Activa el **sistema de emergencias** marcando el **911** desde un teléfono interno de las oficinas de la Universidad o desde cualquier otro teléfono o celular **604 430 90 00 ext. 911**

El APH (paramédico) o brigadista hará la **valoración inicial, estabilizará al paciente** y lo trasladará al **puesto de enfermería del bloque 50 A**. (Para los Campus Volador y El Río) y al **puesto de primeros auxilios del Bloque M9** (Para el Campus Robledo).

Se contactará de forma prioritaria a un **familiar o persona cercana**.



Acompaña a la persona, no la dejes sola.

Acércate pero no **invadas su espacio personal.**

Preséntate con tu **nombre completo y ofrécele ayuda.**

Invítala a **cerrar los ojos** e Inhalar a través de la nariz mientras **cuentas hasta cuatro lentamente.**

Invita a la persona a **respirar profundo** con el siguiente ejercicio.

Invítala a **exhalar lentamente** durante 4 segundos y repite.

Invita a la persona a aguantar la respiración mientras **cuentas lentamente hasta cuatro.**

Activa el **sistema de emergencias** marcando el **911** desde un teléfono interno de las oficinas de la Universidad o desde cualquier otro teléfono o celular **604 430 90 00 ext. 911.**

¿Cómo **abordar a alguien** que esté en una **crisis de salud mental?**

Escucha, expresa tu preocupación y **consuela.**



Puedes **usar frases** como:

“Estoy **preocupado por ti** y quiero que sepas que **hay ayuda disponible** para que puedas **superar esto**”.



“**No** estás solo. Estoy aquí para **ayudarte**”.

“Tal vez **no entienda exactamente** cómo te sientes, pero estoy preocupado por ti y **quiero ayudarte**”.



Caldas

3046509287

La Estrella

3003892752

lunes a viernes
de 7:00 a.m. a 6:00 p.m.

Sabaneta

3052218057

Envigado

(604) 2766666
3007864016

Toda Antioquia

018000413838

Lineas especializadas
en **salud mental**

Valle de Aburrá

(604) 5407180

Copacabana

3145676380

Itagüi

3187343736 -
3045491696

Girardota

(604) 3224299 Ext 1506
lunes a viernes de
7:00 a.m. a 5:00 p.m.

Medellín

Línea Amiga

Línea celular:106

Fijo:(604) 4444448

WhatsApp:

3016044444

opción salud

Bello

3235120561

Más información

 salud_med@unal.edu.co

(604) 430 96 14

Sección de Salud
Dirección de Bienestar Universitario
Sede Medellín

Bienestar **UNAL**
SEDE MEDELLÍN



UNIVERSIDAD
NACIONAL
DE COLOMBIA