

¿Cómo te Atendemos en la Línea Salvavidas?

1

Contacta a la Línea Salvavidas llamando al 3117668666, por WhatsApp, Instagram, Facebook, TikTok o al correo

hablamoscontigo@sergiourrego.org, en los horarios de lunes a viernes de 6 am a medianoche y sábados de 7 am a 10 pm.

2

Recibe atención gratuita de un psicólogo, centrada en los PAP (Primeros Auxilios Psicológicos) y la contención emocional. Te ofreceremos apoyo emocional, calma y herramientas que brinden seguridad según tu nivel de riesgo para salvaguardar tu vida.

3

El nivel de riesgo se mide según qué tan cercano estás a terminar con tu vida. El equipo de atención de la Línea Salvavidas utiliza una escala de cuatro niveles:

- **Leve:** El malestar no representa un riesgo para tu vida, no muestras señales de intención suicida.
- **Moderado:** El malestar afecta el desarrollo normal de tu día a día porque presentas ideaciones suicidas con o sin un plan estructurado para lograrlo.
- **Alto:** Existen riesgos para tu salud y vida, pero no son riesgos inmediatos en el tiempo. Por ejemplo, tienes ideaciones suicidas con un plan estructurado o te autolesionas de forma que pones en riesgo tu vida.
- **Extremo:** Existe un riesgo inminente para tu vida, dado que presentas intentos de suicidio durante la llamada, por lo que se requiere pedir ayuda.



4

Te ofrecemos y programamos seguimientos a tu caso para revisar tu estado emocional y verificar el nivel de riesgo en que te encuentras después de la primera llamada. Además, podemos referir tu caso a las entidades aliadas que proporcionan atención integral especializada en salud mental, legal, o de otro tipo, lo que se denomina proceso de “derivación”.

5

La “derivación” es un proceso en el que te remitimos a instituciones o recursos aliados de la Fundación Sergio Urrego (FSU) para que puedas acceder a atención profunda proporcionada por instituciones privadas prestadoras de salud (IPS), como Zimetría y Fundanita, entidades de salud, profesionales de salud a bajo costo, operadores de justicia, rutas de emergencia, entre otros. En esta etapa, buscamos generar un bienestar duradero.

Información de contacto para Líneas de ayuda Remitirse al informe 2024 de la LSV: capítulo 7-Líneas de atención. Directorio de salud mental/prevención del suicidio del Ministerio de Salud:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ET/directorio-salud-mental-prevencion-suicidio-minsalud.pdf>



Sergio Urrego
Fundación