



SANIDAD MILITAR SE UNE AL DÍA NACIONAL DEL PSICÓLOGO

"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

SUBDIRECCIÓN
DE SALUD

BOLETÍN No. 071
20- NOV DE
2020

COMANDO GENERAL
DE LAS FUERZAS
MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD
DE LAS FUERZAS
MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. JAVIER ALONSO
DÍAZ GÓMEZ
Director

CR. ROCIO DEL PILAR
GARZÓN

Subdirección de Salud

CR. DIANA PATRICIA
CUELLAR SALINAS
Coordinación Grupo
Prestación y Opera-
ción de Servicios de
Salud

SMSM YEIMY ANDREA
PINZON AVILA

Psicóloga GROSD

PS. CLAUDIA
MONTENEGRO

Comunicaciones
Estratégicas



La Dirección General de Sanidad Militar desde la Subdirección de Salud, se une al Día Nacional del Psicólogo que se celebra cada año el 20 de noviembre.

En el año 1947, el Consejo Directivo de la Universidad Nacional de Colombia aprobó un acuerdo que impulsó la ampliación de la Sección de Psicotecnia del Laboratorio de Fisiología de la institución. Así, esta unidad se convirtió en una nueva entidad autónoma, el Instituto de Psicología Aplicada, que fue el primero en formar a psicólogos graduados en el país.



Por esta razón, cada **20 de noviembre** se conmemora el Día del Psicólogo, fecha dedicada a celebrar la importancia de esta profesión para todos los colombianos.

¿QUÉ ES LA PSICOLOGÍA?

De acuerdo al Colegio Colombiano de Psicólogos, la psicología es la ciencia que estudia la conducta humana, los procesos mentales y en general, todo lo relacionado con la experiencia humana. También explora conceptos como la percepción, la motivación, la personalidad, la inteligencia y las relaciones interpersonales, entre otros.

PSICOLOGÍA EN EL SUBSISTEMA DE SALUD DE LAS FUERZAS MILITARES

EL Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares, cuenta con un equipo humano idóneo capacitado en Psicología al servicio de los usuarios conformado por militares y civiles que están distribuidos en los Establecimientos de Sanidad Militar a nivel Nacional con capacidad y disposición para velar por la salud mental de los usuarios.

SALUD MENTAL UN COMPROMISO DE TODOS

Línea telefónica de Atención Psicológica 24 horas – 365 días:
Línea nacional 018000111456, Bogotá 6288900, móviles claro #234. }
Aplicación móvil "FF.MM. Programa Línea en Defensa de la Vida"

Recomendaciones impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social, lineamientos para la convivencia y salud mental que todos debemos seguir en casa:

1. Crear ambiente de empatía con los demás.
2. Atender las indicaciones del aislamiento social, autocuidado y solidaridad.
3. No entrar en pánico ante la desinformación.
4. Tómate un minuto para pensar antes de actuar.
5. Infórmate únicamente desde fuentes oficiales y medios de comunicación veraces.
6. Ten una rutina en casa. Cuida tu sueño y alimentación.
7. Aprovecha el tiempo con una actividad física en casa.
8. Mantén la comunicación con tus seres queridos y amigos.
9. Comenta tus emociones y pensamientos.
10. Pide apoyo emocional si lo requieres a la línea de atención Psicológica, quienes estarán prestos a brindarte orientación.
11. Crear ambientes de esparcimiento con los niños, niñas y adolescentes utilizando juegos y cuentos para explicar la necesidad del aislamiento social.
12. Con el adulto mayor debemos mantener rutinas de autocuidado, y evitar la inactividad física por periodos prolongados.
13. Reconoce este tiempo como una posibilidad de enfrentar la adversidad y ser resilientes.

