



Día Mundial de la Prevención del Suicidio – 10 de Sept 2025

Lema 2025: “Cambiar la narrativa”

Estrategia institucional: “Hablar Salva Vidas”



ANTECEDENTES

Desde 2003, la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP) y la OMS establecieron el 10 de septiembre como el *Día Mundial de la Prevención del Suicidio*, reafirmando que **los suicidios se pueden prevenir**. En 2025, el lema global es “Cambiar la narrativa”, un llamado a transformar la forma en que hablamos, entendemos y abordamos la salud mental.

CONTEXTO NACIONAL Y MILITAR

Colombia avanza en la implementación de la *Estrategia Nacional de Prevención del Suicidio* y el plan “Vivir la Vida” de la OMS.

En este marco, la Dirección General de Sanidad Militar impulsa la estrategia “Hablar Salva Vidas”, enfocada en:

- Sensibilización del personal militar, administrativo y asistencial.
- Promoción del autocuidado y salud mental.
- Capacitación en detección temprana de riesgos.
- Acompañamiento psicosocial durante y después del servicio.

FACTORES DE RIESGO IDENTIFICADOS

- Trastornos mentales no tratados.
- Intentos previos de suicidio.
- Aislamiento social y trauma.
- Violencia intrafamiliar.
- Dificultades económicas o laborales.

CAMBIOS DE COMPORTAMIENTO, COMO:

- Hacer un plan o investigar formas de morir.
- Extremadamente triste, ansioso, agitado o lleno de ira.
- Alejarse de los amigos, decir adiós, regalar artículos importantes o hacer un testamento.
- Hacer cosas muy arriesgadas como conducir con una rapidez extrema.
- Mostrar cambios de humor extremos.
- Comer o dormir demasiado o muy poco.
- Consumir drogas o alcohol con más frecuencia.

La salud mental militar requiere un enfoque especializado debido a factores como el estrés operativo, el aislamiento familiar y la exposición a eventos traumáticos.



Septiembre 10- 2025



AVANCES NORMATIVOS:

- Acuerdo 090 de 2024: Política de Salud Mental para Fuerzas Militares y Policía Nacional
- Ley 2460 de 2025: Actualización de la Política Nacional de Salud Mental.

ARTICULACIÓN INTERSECTORIAL

La Gobernación de Cundinamarca lidera iniciativas replicables en otros municipios, fortaleciendo la coordinación territorial y el trabajo conjunto entre actores del Sistema de Salud de las Fuerzas Militares (SSFM).

Las Fuerzas Militares de Colombia avanzan con firmeza en la protección de la vida, la dignidad y el bienestar de su personal.

Cambiar la narrativa es más que un lema, es una misión.

*Línea gratuita de apoyo psicológico 24 horas,
365 días al año*

Operadores Móviles: 018000111456.

Móviles Claro: #234

Fijo Bogotá: 6016288900



¡Su bienestar emocional es prioridad!

La **Dirección General de Sanidad Militar** extiende una invitación especial:

Si siente que necesita apoyo en su salud mental, no está solo.

Acérquese al Establecimiento Militar más cercano.

Llame al Call Center y solicite su consulta psicológica, porque cuidar la mente también es cuidar su fuerza. Estamos aquí para usted.

	Ciudad	Teléfono
	BOGOTÁ / FACATATIVA	6017944222
	MEDELLÍN	6042040051
	BARRANQUILLA	6053160070
	BUCARAMANGA	6076910741
	CALI	6023690831
	VILLAVICENCIO	6086818670
	IBAGUE	6082760131
	EJE CAFETERO	6067320200
	TUNJA	6087460450
	NEIVA	6088680080
	VALLEDUPAR	6054368980
	FLORENCIA	6028360020
	YOPAL	6086818930
	SANTA MARTA	6054368600
	CÚCUTA	6075880180
	PASTO/POPAYÁN	6028360021
	CARTAGENA	6053160071



“El valor no sólo se demuestra en el campo de batalla, también al enfrentar nuestras batallas internas”.