

**FUERZAS MILITARES DE COLOMBIA
EJÉRCITO NACIONAL**



DIRECCIÓN DE SANIDAD EJÉRCITO

COPIA No. 1 / DE 160 / COPIAS
COMANDO EJÉRCITO
DIRECCIÓN DE SANIDAD
SALUD MENTAL DISAN EJC
BOGOTÁ D.C. DICIEMBRE DE 2015

04 DIC. 2015

CIRCULAR No. 0018 MDN-CGFM-CE-JEDEH-DISAN-SUBCIEN-PSICMIL

ASUNTO: CIRCULAR PLAN QUE EMITE LA DIRECCION DE SANIDAD EJERCITO PARA EL DESARROLLO DE LA CAMPAÑA LINEA EN DEFENSA DE LA VIDA PARA EL MES DE DICIEMBRE 2015 Y AÑO 2016.

AL : UNIDADES MENORES, UNIDADES TÁCTICAS, FUERZAS DE TAREA Y ESTABLECIMIENTOS DE SANIDAD MILITAR, QUE TENGAN O RECIBAN APOYO DE PERSONAL DE SALUD MENTAL

OBJETIVOS Y ALCANCE

a. Finalidad

Impartir ordenes en instrucciones para emitir órdenes e instrucciones a los psicólogos militares y civiles, sobre la implementación de la campaña de "Línea en Defensa de la Vida" Estrategia de prevención de muertes fuera de combate "PREVENCIÓN DE SUICIDIOS", durante el mes de Diciembre de 2015 y extensivo para el año 2016.

La sección de Salud Mental de la Dirección de Sanidad del Ejército, es un ente regulador, que establece los parámetros de trabajo y acuerda las directrices en promoción, prevención y atención en salud mental en la Fuerza, cuenta con la línea en defensa de la vida para generar protección y control emocional al usuario del Subsistema a través de los Establecimientos de Sanidad Militar.

b. Referencia

OFICIO N° 20138500130593 MDN-CGFM-CE-JEDEH-DISAN-SUBCIEN-PSIMIL DEL 15-08-2013 Lineamientos y directrices para la ejecución y cumplimiento de la ruta de atención en los casos reportados en la Línea en Defensa de la Vida antigua "Línea Lanza".

OFICIO N° 201585006447033 MDN-CGFM-CE-JEDEH-DISAN-SUBCIEN-PSIMIL DEL 09-06-2015 Directrices para la ejecución y cumplimiento de la ruta de atención en los casos reportados en la Línea en Defensa de la Vida antigua "Línea Lanza".

c. Vigencia

A partir de la fecha de difusión por el año 2016

Ejecución**a. Mision General**

A partir de la fecha de difusión en el mes de Diciembre de 2015 (10 a 15) y durante el año 2016, brinda apoyo, orientación psicológica en problemáticas como: ansiedad, estrés, problemáticas familiares y de pareja, entre otros. Se requiere que los profesionales de salud conozco, difundan esta línea para generar prevención y promoción a nivel Mental.

b. Concepto General

Considerando que los efectivos de la fuerza se convierten en una de las poblaciones mas vulnerables y de alto riesgo por su quehacer militar y teniendo en cuenta los reportes estadísticos de trastornos psiquiátricos y problemas psicológicos reportados, se hace imprescindible la atención por parte de profesionales psicólogos en las diferentes Unidades militares del país con el fin de fortalecer las estrategias de afrontamiento y la necesidad de desarrollar habilidades en la resolución de conflictos y en el manejo adecuado de situaciones críticas.

c. Objetivos Especificos

- Los profesionales en Salud Mental de los diferentes Establecimientos de Sanidad Militar, a partir del llamado de la Direccion de Sanidad Ejercito, Jefe de Salud Mental deben prestar un acompañamiento en intervención terapéutica y prevención de riesgo suicida, buscando minimizar el riesgos psicosociales que se presenta el afectado, asi se debe activar la alarma telefónica con los comandantes y generar todas las medidas de atención y primeros auxilios psicológicos.
- Generar un compromiso y sentido de pertenencia continuo en el llamado para la atención y puesta en marcha de la ruta de la línea en defensa de la vida.
- Generar una campaña durante el mes de Diciembre del año en curso, especialmente durante los días del 10 al 15 y durante el año 2016.
- Entrenar al personal de la Institución en estrategias para comprender y afrontar el duelo (de todo tipo) y para hacer frente a la adversidad manteniendo la moral alta y el sentido de la vida.
- Prevenir la ocurrencia de suicidios, intentos de suicidio y conductas auto lesivas.

d. Misiones Particulares

a) Mision General

La Direccion de Sanidad Ejercito, con el apoyo de los Establecimientos de Sanidad Militar, sus profesionales en Salud Mental y a través de la línea en defensa de la vida, garantiza la difusion e implementación de la presente circular.

b) Misiones Particulares

❖ SUBDIRECCION CIENTIFICA

Supervisa y apoya el cumplimiento de la presente circular.

❖ COORDINACION DE SALUD MENTAL

- ✓ Verifica la aplicación y efectividad de la presente circular
- ✓ Mantiene enterado al personal de psicólogos militares y civiles de las funciones asignadas con la presente circular previa organización de la divulgación de la campaña línea en Defensa de la vida
- ✓ Se desarrolla el siguiente orden:

Fecha	Actividad	Personal
10 al 15 Diciembre 2015 y durante el año 2016	Lanzamiento de la campaña publicitaria "Línea en Defensa de la vida" lema: LUCHA POR LO QUE MÁS QUIERES NO ESTÁS SÓLO ILLAMA!	Profesionales Salud Mental: Psicólogos, Militares y civiles
10 al 15 Diciembre 2015 y durante el año 2016	Entrega de Material de difusión (pendones, libretas, esferos según distribución asignada)	Salud Mental Disan a Psicólogos, Militares y civiles
10 al 15 Diciembre 2015 y durante el año 2016	Verificación de la cuña radial en Emisora Division- Brigada- Batallon.	Profesionales Salud Mental: Psicólogos, Militares y civiles
10 al 15 Diciembre 2015 y durante el año 2016	Iniciando la ruta para prestar un acompañamiento en intervención terapéutica y prevención de riesgo suicida una vez iniciada la ruta por parte de sección de Salud Mental de DISAN Ejército.	Profesionales Salud Mental: Psicólogos, Militares y civiles encargados de: TOBRI-TOUNITAC-JEFES DE ESM-PSICOLOGO MILITAR-CIVIL
Año 2016	Reportar las acciones generadas y atención en salud mental ejecutada para cada caso a Disan Salud Mental.	Profesionales Salud Mental: Psicólogos, Militares y civiles encargados de: TOBRI-TOUNITAC-JEFES DE ESM-PSICOLOGO MILITAR-CIVIL
Año 2016	Reporte trimestral a DGSM por medio de base de datos requerida.	Jefe Salud Mental Disan Ejército.

❖ DISPOSICIONES ADMINISTRATIVAS

El cumplimiento de la presente circular; no debe generar a la Dirección de Sanidad Ejército, gastos para la difusión, cada profesional de Salud Mental debe generar la gestión para la emisión de la campaña.

❖ INSTRUCCIONES DE COORDINACION

- ✓ Es responsabilidad de cada Profesional de Salud Mental: Psicólogos, Militares y civiles encargados la realización de la campaña **"Línea en Defensa de la Vida"**, prevención de muertes fuera de combate **"PREVENCIÓN DE SUICIDIOS"**, durante el mes de Diciembre de 2015 y extensivo para el año 2016.
- ✓ Difundir y convocar al personal uniformado, usuario del subsistema.
- ✓ El lema de la línea debe ser promulgado y publicado en lugares visibles **"Lucha por lo que más quieres"** e informar líneas de atención (línea 500: 018000111456/ 6288900-30/ Claro #234) como herramienta efectiva al personal militar que se puede encontrar en crisis.
- ✓ El pendón de línea en defensa de la vida que es entregado a cada ESM, debe formar parte de los inventarios de la oficina de Salud Mental, además el Jefe de sección debe velar por su cuidado y verificar que sea usado en actividades de la sección, para tenerlo durante el tiempo de su vida útil.
- ✓ La publicidad entregada, cuadernillos y esferos debe ser material de difusión y dirigido especialmente a la población con mayor frecuencia de consulta en temas de psicología
- ✓ Es responsabilidad de cada jefe de Salud Mental, garantizar el desarrollo de la actividad en las fechas estipuladas y durante el año 2016, como la emisión de la cuña radial, línea en defensa de la vida por parte de la Emisora de la División – Unidades tácticas menores.
- ✓ Los psicólogos serán designados para el ejercicio de su función, iniciando la ruta para fortalecer las políticas de salud mental mediante el desarrollo de programas de prevención, sensibilización y capacitación que contribuyan a la modificación de conductas disfuncionales y potencien conductas adaptativas al medio militar
- ✓ Fortalecer en los miembros de la Institución las competencias

relacionadas con las inteligencias intrapersonal, social (en todos los ejes de relación) y emocional.

- ✓ Identificar factores de riesgo y prioridades propias del medio y de acuerdo con ellos diseñar estrategias de promoción y prevención primaria, secundaria y terciaria en la población.
- ✓ Establecer normas y criterios técnicos con respecto a la formulación de planes y programas correspondientes a preservar la Salud Mental del personal que integra el Ejército Nacional.
- ✓ Unificar los criterios en los procesos en salud mental operacional y salud mental asistencial por medio de directivas, planes, programas y Boletines que direccionen la labor de los profesionales en psicología.
- ✓ Los jefes de Salud Mental deben entregar informe del desarrollo de la actividad y actas de entrega del material de publicidad suministrado al personal militar, al correo hugomon@ejercito.mil.co, cualquier inquietud tomar contacto al celular: 3503124709.
- ✓ Verificar, consultar anexos incluidos a la presente circular.

Brigadier General **CARLOS ARTURO FRANCO CORREDOR**
Director de Sanidad Ejército

Autentica:

Coronel. **PEDRO MAURICIO GONZALEZ MONTAÑO**
Sudirector de Sanidad Ejército

Reviso: TC. **HUGO ENRIQUE MONROY BERNAL**
Jefe de Salud Mental

Elabora: **SMSM. CLAUDIA MEDINA S**
Psicóloga Salud Mental

Anexos a Circular COPIA No. 10 / DE 160 / COPIAS

COMANDO EJÉRCITO
DIRECCIÓN DE SANIDAD
SALUD MENTAL DISAN EJC
BOGOTÁ D.C. DICIEMBRE DE 2015

Grafica N° 1. Primeros Auxilios Psicológicos ante Casos Linea en Defensa de la vida.

1

Establezca contacto inmediato: Invite a hablar al afectado con cordialidad y sin órdenes.

Retire el armamento: Solicite amablemente que entregue cualquier tipo de arma o intente en lo posible –con tranquilidad, sin forcejeos- retirarlas.

Comuníquese con la Línea en Defensa de la Vida tan pronto como pueda a los teléfonos que aparecen abajo.

2

Evalúe la gravedad de la situación: evacúe los observadores y permita la permanencia del personal estrictamente necesario.

Escuche atentamente: no minimice lo que el otro siente,

Normalice los sentimientos: de vez en cuando es "normal" sentirnos mal pero todo pasa.

Comuníquese con el psicólogo de su ESM o Unidad, comente las conductas observadas y pida apoyo.

3

Acompañe constantemente: nunca deje solo al afectado.

Conduzca al afectado al centro de salud o a la oficina de Salud Mental de su Unidad o ESM.

II. Modalidades de atención

- Atención e intervención en crisis
- Apertura emocional o expresión de sentimientos
- Acompañamiento Psicológico
- Necesidad de comunicación
- Orientación psicológica en situaciones puntuales: solución de problemas o toma de decisiones
- Asesoría y terapia Psicológica

III. Promoción de la Vida

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona, reza el Artículo 3 de la Declaración Internacional de los Derechos Humanos. Este artículo es fundamental para la labor del Ejército Nacional que con su accionar busca salvaguardar la vida y el patrimonio de todos los colombianos. La vida es un derecho fundamental y como derecho implica necesariamente una responsabilidad de todo individuo para con la comunidad y para consigo mismo.

Cada hombre y mujer de las fuerzas militares debe proteger y preservar su vida para así poder proteger y preservar la vida de sus compañeros, familia y la de la población en general.

Las tensiones normales de la vida ciertamente sobrepasan las habilidades normales para controlar emociones e impulsos. Por eso se requiere que todos los integrantes de la Fuerza desarrollen competencias psicológicas que los habiliten para afrontarlas y salir avantes ante cualquier dificultad, sin rendirse, sin claudicar, encontrando la solución o una luz de esperanza, aún en las situaciones más adversas.

IV. Ejecución de Programas y subprogramas

a. Subprogramas

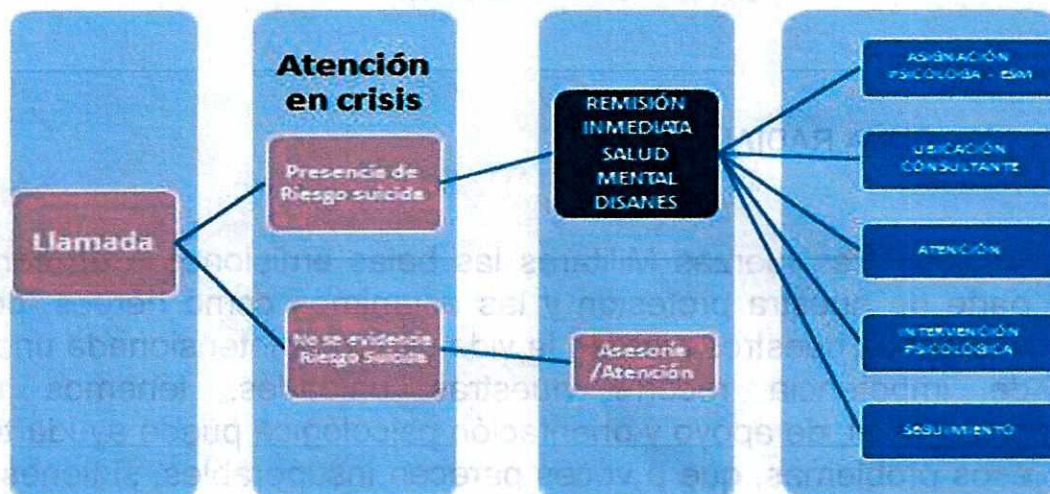
La ejecución de este programa se da mediante 5 subprogramas a saber:

- *Proyecto de Vida / Amor por la Vida.* Orientado a prevenir la autoagresión, brindando estrategias que permitan respetar la vida como derecho y como deber, estructurando un proyecto de vida personal, enlazado con los principios y valores de la Institución que permita a cada persona desarrollarse, destacando lo mejor de sí.
- *Detección de Conductas de Riesgo Suicida.* Orientado a entrenar a cada miembro de la Institución, en especial a cuadros de mando y personal de las ciencias de la salud, para que identifiquen síntomas, rasgos, comportamientos y otros indicadores que puedan conducir a conductas de autoagresión.
- *Autoesquemas / Autoestima.* Con el que se busca incentivar en hombres y mujeres de la Fuerza, el amor propio, la mejora personal continua y un pensamiento estructurado que les permita reconocerse a sí mismo como seres capaces, proyectados y susceptibles de mejorar siempre.
- *Inteligencia Emocional / Habilidades Sociales.* Mediante el cual se entrena al personal en competencias para gestionar sus propias emociones, comprender las emociones de los otros y manejar adecuadamente las relaciones con pares, pareja, familia y comunidad.

- Afrontamiento de Perdidas / Duelo. Con el cual se entrena al personal para convivir con y comprender, el riesgo de pérdida (social, física, relacional, etc.) y para que de darse una situación de este tipo, ésta se enfrente conservando los auto esquemas, valores y proyectos personales, entre otros aspectos vitales, con la flexibilidad necesaria.

V. CUÑA RADIAL

"En nuestras fuerzas Militares las bajas emisiones o en combates son parte de nuestra profesión y las asumimos como héroes, pero cuando uno de los nuestros pierden la vida de forma intencionada una sensación de impotencia recorre nuestras unidades, tenemos un equipo profesional, de apoyo y orientación psicológica puede ayudarte a superar esos problemas, que a veces parecen insuperables, si tienes problemas familiares, de pareja o te sientes estresados, ansioso o triste llamanos, y te ayudaremos a luchar por lo que mas quieres. Linea en Defensa de la vida, programa de apoyo y orientación psicológica de las Fuerzas Militares, no estas solo llama, para Moviles claro #234, ó 018000111456, ¡no estas solo llama!!."

Grafica N° 2. Ruta de Atención**Comando General**
Fuerzas Militares de Colombia**PROSPERIDAD**
PARA TODOS**RUTA DE ATENCIÓN****VI. Actuación de los Psicólogos de las unidades, al momento de recibir la llamada por parte de la línea**

1. Identificar la ubicación exacta del paciente
2. Activar la red de apoyo más cercana (Comandante directo, compañeros, subalternos)
3. Contactar al paciente y evaluar estado actual
4. Iniciar intervención psicoterapéutica
5. Realizar asesoría inmediata al personal de cuadros, con el fin de contener emocionalmente al grupo
6. De ser necesario hacer remisión o establecer plan de tratamiento
7. Reportar en el formato establecido (anexo C), al área de salud mental de la Dirección de Sanidad de cada Fuerza, con un plazo máximo de 5 días hábiles.

NOTA: Es importante comprender que la persona que presenta un riesgo psicológico, necesita una intervención inmediata en el contexto que se

encuentra, por lo tanto, el emitir permisos, puede generar evasión y / o exacerbación de los síntomas. (Cada caso debe ser evaluado con un enfoque diferencial).

LÍNEA DE ATENCIÓN

LINEA NACIONAL GRATUITA
018000111456

BOGOTA: 6288900

MOVIL CLARO: #234

Distribución material

- **DIRECCIÓN DE SANIDAD EJÉRCITO**
 - 141 PENDONES
 - 195.000 CUADERNILLOS
 - 2.500 ESFEROS
- **DIRECCIÓN DE SANIDAD NAVAL**
 - 37 PENDONES
 - 60.000 CUADERNILLOS
 - 1.000 ESFEROS
- **DIRECCIÓN DE SANIDAD FUERZA AÉREA**
 - 20 PENDONES
 - 30.000 CUADERNILLOS
 - 1.000 ESFEROS
- **DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR**
 - 2 PENDONES
 - 15.000 CUADERNILLOS
 - 900 ESFEROS

PENDONES DE EJÉRCITO

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
PROGRAMA DE APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA DE LAS FFMM



LUCHA POR LO QUE MÁS QUIERES

Tenemos un equipo profesional de apoyo y orientación psicológica que puede ayudarte a superar esos problemas que a veces parecen insuperables.

Si tienes problemas familiares, de pareja, o te sientes estresado, ansioso o triste, llámanos y te ayudaremos a luchar por lo que más quieres.

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
018000111456
Bogotá 6288900 Móviles Claro #234
NO ESTÁS SOLO, LLAMA



LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
PROGRAMA DE APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA DE LAS FFMM



LUCHA POR LO QUE MÁS QUIERES

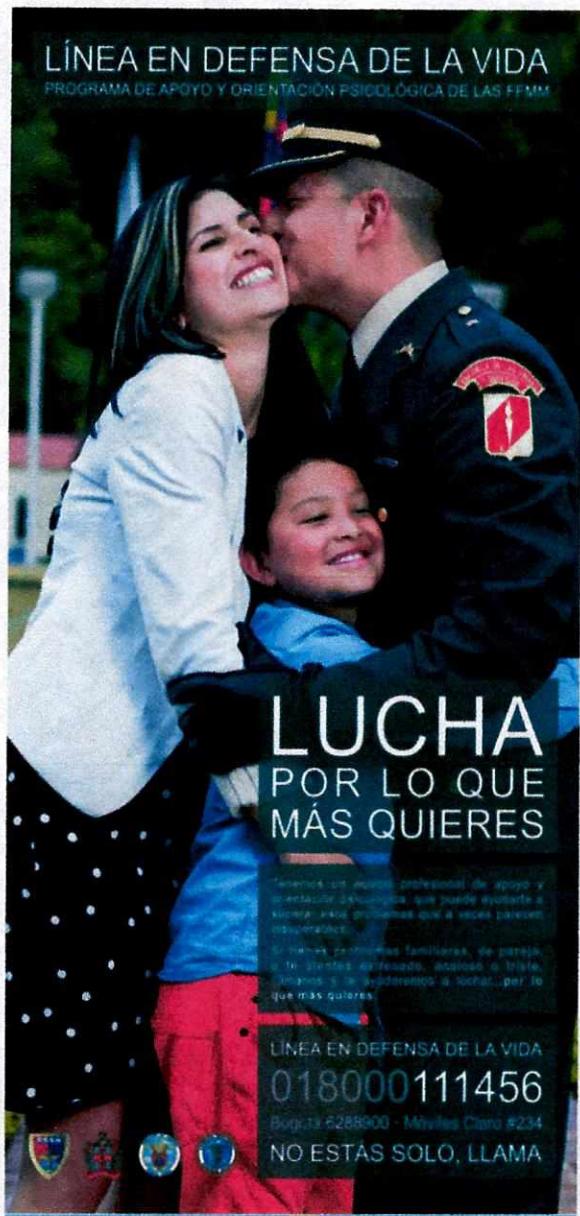
Tenemos un equipo profesional de apoyo y orientación psicológica que puede ayudarte a superar esos problemas que a veces parecen insuperables.

Si tienes problemas familiares, de pareja, o te sientes estresado, ansioso o triste, llámanos y te ayudaremos a luchar por lo que más quieres.

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
018000111456
Bogotá 6288900 Móviles Claro #234
NO ESTÁS SOLO, LLAMA



LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
PROGRAMA DE APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA DE LAS FFMM



LUCHA
POR LO QUE
MÁS QUIERES

Tenemos un equipo profesional de apoyo y orientación psicológica, que puede ayudarte a superar esos problemas que a veces parecen insuperables.

Si tienes problemas familiares, de pareja, o te sientes estresado, ansioso o triste, llámanos y te ayudaremos a luchar por lo que más quieres.

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
018000111456
Bogotá #288900 - Móviles Claro #234
NO ESTÁS SOLO, LLAMA

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
PROGRAMA DE APOYO Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA DE LAS FFMM



LUCHA
POR LO QUE
MÁS QUIERES

Tenemos un equipo profesional de apoyo y orientación psicológica, que puede ayudarte a superar esos problemas que a veces parecen insuperables.

Si tienes problemas familiares, de pareja, o te sientes estresado, ansioso o triste, llámanos y te ayudaremos a luchar por lo que más quieres.

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
018000111456
Bogotá #288900 - Móviles Claro #234
NO ESTÁS SOLO, LLAMA