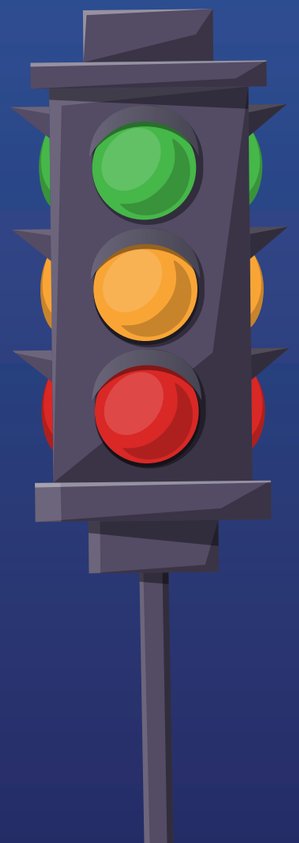
CEIPA
Powered by Arizona State University

RUTA ESTRÉS Y ANSIEDAD

Semáforo de Intervención



Leve
Recursos de autocuidado.

Moderado
Sesión de orientación.

Alto
Derivación urgente.

BienSer
BY CEIPA

Pasos de atención

1 Recepción

Escribe a **teescucho@ceipa.edu.co** para asignarte un profesional de BienSer.

2 Valoración

Se identifican síntomas, contexto y factores de riesgo.

3 Plan de intervención

Acompañamiento, apoyo académico y derivación si es necesario.

Recomendaciones clave

Escucha, no juzgues, no le restes importancia.

Acompaña y busca ayuda efectiva.

No dejes sola a la persona hasta que reciba atención.