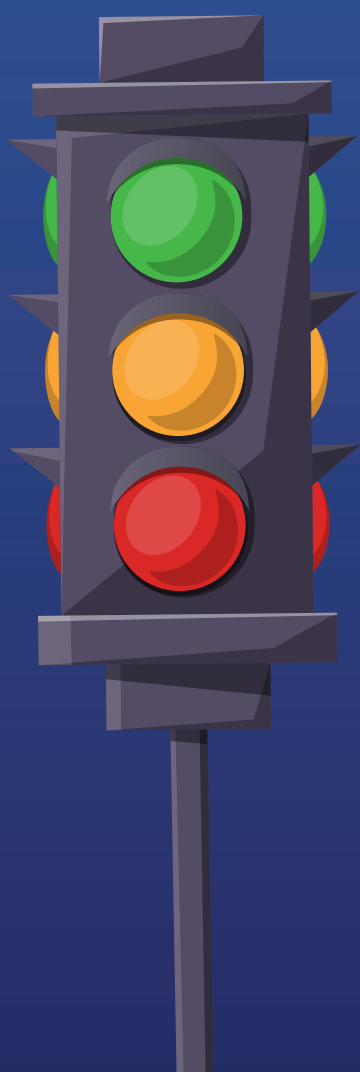


RUTA ESTRÉS Y ANSIEDAD

Semáforo de Intervención



- Leve**
Recursos de autocuidado.
- Moderado**
Sesión de orientación.
- Alto**
Derivación urgente.

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.