



GOBERNACIÓN DEL TOLIMA

NIT:800.113.6727

SECRETARIA DE SALUD

DIRECCIÓN DE SALUD PÚBLICA



Documento Técnico: Insumo para la Actualización de la Política Pública Departamental de Salud Mental del Tolima

Introducción

La salud mental ha sido reconocida como un componente esencial para el bienestar integral de las personas y las comunidades, lo cual se refleja en la actualización de las normativas nacionales relacionadas con este ámbito, tales como el **Decreto 0729 de 2025**, la **Ley 2460 de 2025**, la **Ley 2518 de 2025** y la **Resolución 002100 de 2025**. Estas normativas permiten una reestructuración de la política pública en salud mental, buscando no solo la atención integral de los trastornos mentales, sino también la promoción de la salud mental y la prevención de riesgos psicosociales. En este sentido, el Departamento del Tolima, al igual que otras regiones de Colombia, enfrenta retos particulares debido a su diversidad geográfica, cultural y socioeconómica, lo que exige una adaptación cuidadosa de las políticas nacionales a sus características específicas.

Este documento busca servir como un insumo técnico que apoye la **actualización de la Política Pública Departamental de Salud Mental del Tolima**, incorporando las estrategias y programas que actualmente se implementan en el departamento y que deben ser revisadas, fortalecidas e incluidas en cada uno de los ejes de la política pública para garantizar su efectividad, sostenibilidad e impacto en la población. Las estrategias clave que se incluirán son: **"Yo Te Escucho Itinerante"**, **"Líneas de Apoyo Emocional en Salud Mental"**, **Escuela Regional de Habilidades para la Vida**, **Gestores de Vida** y **"Hablar Te Conecta"**. A través de estas iniciativas, el Tolima podrá integrar un enfoque integral, participativo y territorialmente adaptado a las necesidades de su población.

Eje 1: Promoción de la Salud Mental

Contexto Normativo y Justificación

La promoción de la salud mental es un pilar fundamental dentro de la Política Nacional de Salud Mental, establecida en el **Decreto 0729 de 2025**, que propone un modelo de salud mental proactivo, basado en la reducción del estigma, la promoción de los derechos humanos y el bienestar psicosocial. Este modelo pone énfasis en la necesidad de sensibilizar a la población sobre la importancia de la

salud mental y de crear espacios donde las personas puedan expresar y gestionar su bienestar emocional.

Estrategias para la Promoción de la Salud Mental en el Tolima

- **Estrategia "Yo Te Escucho Itinerante":** Esta estrategia es esencial para el **Eje 1**, pues busca la **identificación temprana de riesgos en salud mental** a través de un acercamiento territorial que recorra tanto las zonas urbanas como rurales del departamento. Este enfoque permite llevar servicios de salud mental a poblaciones alejadas de los centros urbanos, garantizando el acceso a la atención en salud mental y promoviendo el **derecho a la salud mental** y el **derecho a la vida**.

Acciones clave:

- **Intervención en crisis:** Aplicación de **Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)** para atender situaciones críticas de forma inmediata.
- **Identificación de riesgos psicosociales:** Uso de instrumentos de tamizaje y herramientas diagnósticas para detectar posibles problemas de salud mental.
- **Activación de rutas de atención:** En caso de identificar riesgos, se activa la **ruta de atención interinstitucional**, que canaliza los casos hacia los servicios correspondientes.
- **Promoción de la Salud Mental:**
 - **Prevención de violencias:** Implementar programas educativos para prevenir todas las formas de violencia (física, psicológica, sexual).
 - **Prevención de la conducta suicida:** Crear campañas de sensibilización sobre los signos tempranos de la ideación suicida y las estrategias de intervención.
 - **Promoción de nuevas masculinidades:** Integrar la **perspectiva de género** para promover actitudes y comportamientos saludables que superen los estereotipos masculinos tradicionales, reduciendo riesgos asociados a la salud mental.
- **Líneas de Apoyo Emocional en Salud Mental:** La línea **"Yo Te Escucho"** y **"Háblalo"** operan como una plataforma de **intervención en crisis psicológica**, que contribuye a la **contención emocional** y a la orientación psicosocial. Estas líneas no solo sirven para la atención inmediata, sino que también funcionan como un recurso educativo sobre la importancia del

autocuidado mental, la identificación de factores de riesgo, y la canalización a rutas de atención más especializadas cuando es necesario.

Eje 2: Prevención de Problemas, Trastornos de la Salud Mental y Epilepsia

Contexto Normativo y Justificación

La Ley 2460 de 2025 establece que la **prevención** debe ser un eje prioritario dentro de la política pública de salud mental. Se reconoce que la identificación temprana de los factores de riesgo y la intervención oportuna son fundamentales para evitar la progresión de los trastornos mentales, lo que incluye la promoción de una salud mental positiva desde etapas tempranas de la vida.

Estrategias Preventivas en el Tolima

- **Estrategia "Yo Te Escucho Itinerante":**
 - La identificación temprana de riesgos a través de tamizajes psicosociales es fundamental en el **Eje 2**. La estrategia trabaja con las comunidades para **detectar factores de riesgo** como la violencia doméstica, el consumo de sustancias psicoactivas y la exclusión social.
 - También abarca la **prevención de trastornos mentales** mediante actividades formativas sobre la importancia del autocuidado mental, el manejo del estrés y la **promoción de la convivencia pacífica**.
- **Escuela Regional de Habilidades para la Vida:** Este programa de formación en **habilidades psicosociales** tiene un enfoque preventivo, orientado al fortalecimiento de competencias para la **resolución de conflictos**, el **fortalecimiento de la autoestima**, y la **promoción de la convivencia pacífica**.
 - Los **líderes comunitarios y actores institucionales** desempeñan un rol clave en la **prevención de violencias**, contribuyendo a crear un entorno protector y saludable para todos los miembros de la comunidad.

Eje 3: Atención Integral de los Problemas y Trastornos Mentales

Contexto Normativo y Justificación

El **Decreto 0729 de 2025** y la **Ley 2460 de 2025** subrayan la necesidad de ofrecer una **atención integral** que no solo se enfoque en el tratamiento médico de los trastornos mentales, sino también en la rehabilitación y la integración social de las personas afectadas. La atención debe ser integral y responder a los diferentes niveles de la red de servicios, desde el primer contacto hasta el tratamiento especializado.

Estrategias para la Atención Integral en el Tolima

- **Líneas de Apoyo Emocional en Salud Mental (Yo te Escucho y Háblalo):** Estas líneas de atención son un recurso clave para la intervención en crisis y la orientación inmediata. Proporcionan una atención psicológica no presencial, especialmente útil para personas que, por razones de accesibilidad, no pueden acudir a servicios presenciales.
- **Red de Atención Integral:** Se debe fortalecer la **articulación interinstitucional** para asegurar que los casos identificados a través de estrategias como "*Yo Te Escucho Itinerante*" sean canalizados a **servicios médicos especializados** cuando sea necesario. Esto incluye la implementación de **rutas de atención** claras y accesibles, que garanticen un tratamiento oportuno y adecuado.

Eje 4: Rehabilitación Integral e Inclusión Social

Contexto Normativo y Justificación

La rehabilitación es esencial para lograr la **inclusión social** de las personas con trastornos mentales, garantizando su derecho a una vida digna y productiva. La **Ley 2460 de 2025** refuerza la importancia de una atención que abarque todos los aspectos del bienestar de la persona, desde lo psicosocial hasta lo laboral y lo familiar.

Estrategias para la Rehabilitación en el Tolima

- **Gestores de Vida:** Esta estrategia es clave para la **rehabilitación psicosocial** de las personas que enfrentan trastornos mentales, pues capacita a los actores comunitarios para **identificar factores de riesgo**, proporcionar **orientación** y activar rutas de intervención.
- **"Hablar te Conecta" – Jóvenes para Jóvenes:** Esta iniciativa de participación juvenil utiliza **herramientas artísticas y tecnológicas** para promover el bienestar emocional entre los jóvenes, fortaleciendo sus **habilidades socioemocionales** y creando redes de apoyo entre pares. Además, busca prevenir el suicidio y el consumo de sustancias psicoactivas, brindando **apoyo psicosocial** en momentos de crisis.

Eje 5: Gestión, Articulación y Coordinación Sectorial y Transsectorial: Gobernanza en Salud Mental

Contexto Normativo y Justificación

El **Decreto 0729 de 2025** y la **Ley 2518 de 2025** establecen la necesidad de una **gobernanza intersectorial** que involucre a todos los actores sociales y gubernamentales en la implementación de políticas de salud mental. La coordinación entre los diferentes sectores es fundamental para una acción

En conclusión, la actualización de la **Política Pública Departamental de Salud Mental del Tolima** debe ser un proceso dinámico, inclusivo y ajustado a las realidades y necesidades específicas de la región. La incorporación de estrategias como **"Yo Te Escucho Itinerante"**, **"Líneas de Apoyo Emocional en Salud Mental"**, **Escuela Regional de Habilidades para la Vida**, **Gestores de Vida** y **"Hablar Te Conecta"** no solo fortalece el acceso y la atención a la salud mental en el departamento, sino que también promueve una cultura de bienestar, prevención e intervención temprana. Estas estrategias, alineadas con las normativas nacionales, permitirán garantizar un enfoque integral y coordinado que abarque desde la promoción de la salud mental hasta la rehabilitación y la inclusión social, asegurando que todos los habitantes del Tolima, sin importar su ubicación o contexto, puedan ejercer plenamente su derecho a la salud mental y a una vida digna. La clave del éxito estará en la colaboración interinstitucional, la participación activa de la comunidad y la creación de redes de apoyo sólidas que aseguren la sostenibilidad y efectividad de las intervenciones a largo plazo.