



Ministerio de  
Salud

CHILE LO  
HACEMOS  
TODOS

Gobierno de Chile

# ¿Necesitas hablar con alguien de lo que sientes?



No tengo con quién hablar  
y que me entienda



No sé a quién decirle lo que  
me ocurre y lo que siento

## SALUD MENTAL Y PREVENCIÓN DEL SUICIDIO ESTAMOS JUNTOS EN ESTO

Si piensas que puedes estar necesitando orientación psicológica

**LLAMA A SALUD RESPONDE**



Línea de Salud Mental atendida por  
**psicólogos y profesionales de la salud**

LLAME A SALUD RESPONDE

**600•360•7777**

PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS,  
LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

# La Salud Mental es responsabilidad de todos

## Observa, escucha y actúa

### OBSERVA

- \* Fíjate si pierde el interés en realizar actividades en conjunto que anteriormente disfrutaba o si tiene arrebatos de ira frecuentes.
- \* ¿Tu amigo/a está consumiendo más alcohol u otras drogas?
- \* ¿Hizo acciones que pueden poner en peligro su vida?



### ESCUCHA

- \* Pregúntale a tu amigo/a abiertamente qué le pasa.
- \* Si no quiere hablar hazle saber que siempre estarás disponible para apoyarlo.

### ACTÚA

- \* Si sientes que tu amigo/a necesita ayuda, no dudes en pedirla, aunque eso signifique contarle a un adulto.
- \* Compartan actividades que sean de su agrado.
- \* Apóyense y cuídense mutuamente.



Cualquier interesado en ayudar puede ser un valioso aporte a la prevención del suicidio y **ese alguien puede ser tú.**

Si no sabes cómo abordar el tema con tu amigo/a,  
**LLAMA A SALUD RESPONDE Y TE ORIENTAREMOS**

LLAME A SALUD RESPONDE  
**600-360-7777**

PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS,  
LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA