

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS

DRA. SHEILA MAYNÉ GARZA MENDOZA
PSIQUIATRA Y PSICOTERAPEUTA DE NIÑOS,
ADOLESCENTES Y ADULTOS

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS

Son una estrategia de intervención que ayuda a niños, adolescentes, adultos y familias en el futuro inmediato de una situación de desastre o terrorismo.

Los PAP están diseñados para reducir el estrés inicial causado por eventos traumáticos y proveer funciones adaptativas a corto y mediano plazo.





Investigar si existe evidencia de riesgo y la resiliencia posterior al trauma



La técnica debe ser aplicable y práctica



Debe ser apropiada para el periodo de vida de la persona y adaptarse a la cultura de la población

FORTALEZAS DE LOS PAP

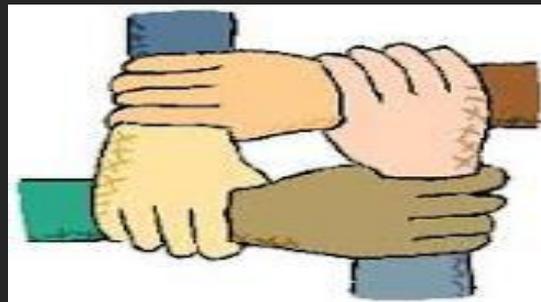
Obtener información de manera rápida que permita conocer las necesidades inmediatas de los sobrevivientes e implementar actividades de soporte.

Los PAP tratan de proveer información que puede ser de ayuda en el lugar del desastre.

Enfatizan que la intervención debe ser de acuerdo a la cultura y/o antecedentes de la persona (edad, historia de vida, etc).

Incluyen proporcionar información a niños, adolescentes, adultos y familias sobre el curso de su recuperación.

O B J E T I V O S



Establecer una conexión humana y no intrusiva.

Proporcionar seguridad inmediata que provea un confort físico y emocional.

Calmar y orientar emocionalmente a los sobrevivientes que se encuentran apabullados por el dolor.

- Ayudar a los sobrevivientes en sus necesidades inmediatas y proporcionar cualquier información adicional que pudiera ser necesaria.

- Ofrecer asistencia práctica y proporcionar la localización de lugares donde puedan ayudarle en sus necesidades.

Contactar a los sobrevivientes con sus familiares, a través del teléfono, internet, etc.

Empoderar al sobreviviente y pedirle que tome un rol activo en su recuperación.

CONDUCTA DEL PROFESIONAL



OPERAR DENTRO
DE UN SISTEMA DE
COOPERACION Y
AUTORIZACION
DEL SISTEMA DE
RESPUESTA

SER TRANQUILO,
CORTES,
ORGANIZADO Y
SOLICITO

ESTAR VISIBLE Y
DISPONIBLE

MANTENER LA
CONFIDENCIALIDAD
APROPIADA

PERMANECER EN EL
CAMPO DE SU
EXPERIENCIA Y ROL
DESIGNADO.

TENER
CONOCIMIENTO DE
LA CULTURA Y SER
SENSIBLE ANTE LAS
DIVERSIDADES



GUIA PARA PROVEER LOS PAP

- Preguntar de manera simple y respetuosa:  EN **QUE PUEDO AYUDARLE ?**

- La mejor forma de hacer contacto es proveer ayuda práctica (comida, agua, mantas, etc).

- Antes de hacer contacto hay que hacer una evaluación de la situación de la persona o familia.

- 
- Hay que estar preparados a que el sobreviviente quiera evitar el contacto.

- 
- No utilizar acrónimos o jerga profesional.

- 
- Este preparado si el sobreviviente quiere hablar, ponga atención a lo que éste demanda y como desea ser ayudado.

- 
- Cuando se comunique a través de un interprete, vea y hable directamente al sobreviviente.

- 
- Recuerde que la meta de los PAP es reducir el estrés, asistir en las necesidades actuales y promover un funcionamiento adaptativo, **NO** obtener detalles sobre la experiencia traumática o las pérdidas.

- 
- Proporcione información directa e instrucciones precisas sobre las metas inmediatas y clarifique respuestas de ser necesario.

CONDUCTAS QUE DEBEN EVITARSE





Sitúese a nivel de sus ojos para hablar con ellos

Ayúdelos a verbalizar sus sentimientos, dudas o preguntas

No usar palabras como “horripilante” o “aterrador”

Estar atento a posibles regresiones de conducta o lenguaje

Hablar con adolescentes como ADULTO - ADULTO

TRABAJANDO CON NIÑOS Y ADOLESCENTES



- ❖ Los adultos mayores tienen fortalezas y debilidades.
- ❖ Tomar en cuenta que algunos pueden tener dificultades para escuchar o hablar adecuadamente.
- ❖ Algunas situaciones como la privación de sueño, la deshidratación, la falta de su medicamento, desnutrición, etc , pueden provocar alteraciones o fallas en el juicio, la memoria o el razonamiento y estas pueden confundirse con manifestaciones propias de la edad.
- ❖ Algunos adultos mayores con condiciones psiquiátricas previas pueden mostrarse confundidos al estar en un ambiente desconocido.



Poner atención si alguien menciona tener una discapacidad aunque ésta no sea evidente

Cuando no estés seguro en como debes ayudarlo, pregunta ¿En que puedo ayudarlo? Y confía en lo que te dice.

Procura que reciba la ayuda esencial (su medicación, tanque de oxígeno, silla de ruedas, etc).



Muchas gracias !!

