

# DÓNDE Y CÓMO SE APLICAN LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

**Dra. Alicia Álvarez-García**

UTCCB / Centro de crisis de la Facultad de Psicología

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) se van aplicar en cualquier lugar lo más confortable posible, fuera de la zona de impacto donde ha tenido lugar el suceso.

En caso de comunicaciones de malas noticias se intentará generar un entorno amigable donde la persona se siente cómoda.

En situación de grandes catástrofes los lugares más comunes para la aplicación de PAP son:

- Albergues donde está concentrada la población.
- Centros de servicios asistenciales.
- Centros de recepción de familiares afectados.
- Centros de asistencia familiar.
- Líneas de atención telefónica en emergencias.
- Puestos de primeros auxilios de emergencia.
- Hospitales.





## Información

- Conocer el entorno donde se va a trabajar.
- Conocer el incidente y qué va a suceder.
- Conocer quién está proveyendo asistencia y dónde.



## Coordinación

- Establecer comunicación con las personas autorizadas.
- Ponerse al servicio de los gestores de la emergencia.
- Coordinarse con ellos.



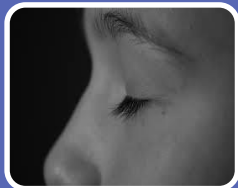
## Detección

- Identificar quién necesita asistencia.
- Prestar atención a cómo las personas reaccionan o interactúan con el entorno.



## Agrupación

- Siempre que sea posible, trabajar con las familias.
- También con grupos espontáneos.



## Concentración

- Tu comportamiento puede influir en los demás.
- Hay que demostrar calma y claridad de pensamiento.



## Adaptación

- A culturas diferentes.
- A la diversidad.
- A las necesidades de las poblaciones de riesgo.

### Fases de aplicación de los PAP:

- 1 • Contacto y presentación
- 2 • Alivio y protección
- 3 • Contención, si aplica
- 4 • Recogida de información (*needs & worries*)
- 5 • Asistencia práctica
- 6 • Conexión con la red social de apoyo
- 7 • Pautas de afrontamiento
- 8 • Conexión con servicios externos

### Fases de aplicación de los PAP:

1

- Presentarse de forma no intrusiva
- Explicar porqué nos hemos acercado
- Establecer el *setting* (confidencialidad, necesidades, cómo trabajamos...)

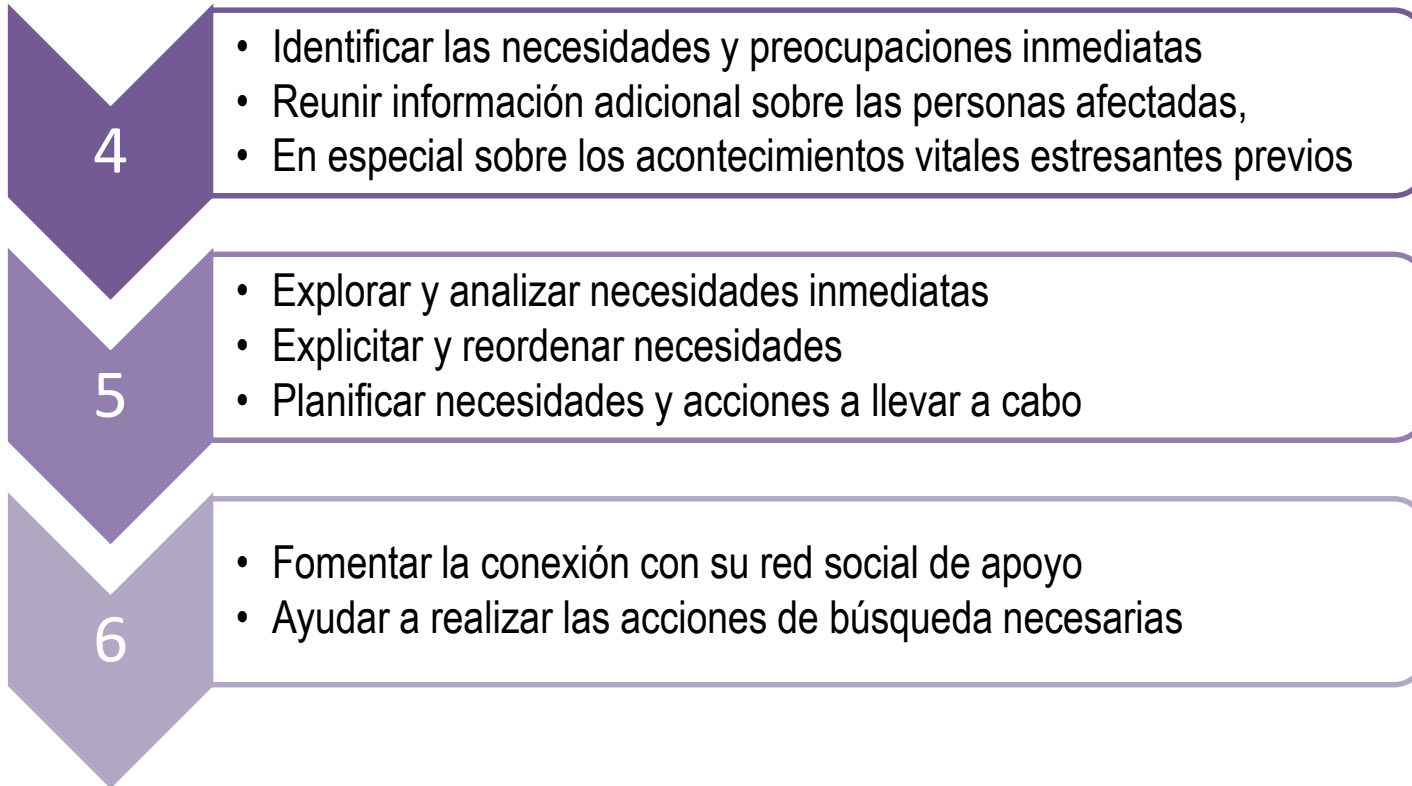
2

- Cubrir necesidades vitales básicas
- Ayudar a la reagrupación familiar
- Especial atención a personas que tengan familiares fallecidos

3

- Contención emocional
- Orientación temporal y espacial

### Fases de aplicación de los PAP:





### Fases de aplicación de los PAP:

7

- Informar de las reacciones básicas de estrés esperables (físicas y psicológicas)
- Dar pautas de comunicación de malas noticias a niños
- Enseñar técnicas básicas de relajación
- Dar pautas de higiene del sueño
- Normalizar sintomatología de estrés agudo

8

- Informar de tiempos aproximados para pedir ayuda a un especialista
- Dejar conectado con la red de salud pública o servicios análogos
- Reforzar el mantenimiento de un contacto adicional en caso de crisis