



## Curso Especializado: Primeros Auxilios Psicológicos

### 1. Introducción a los Primeros Auxilios Psicológicos

#### 1.1. Definición y Bases Conceptuales

Intervención de primera línea, no terapéutica y basada en evidencia, diseñada para:

- Estabilizar emocionalmente a personas en crisis agudas (ej.: accidentes, desastres, violencia).
- Prevenir secuelas psicológicas (TEPT, depresión, duelo complicado).
- Conectar con redes de apoyo y servicios especializados.

Origen:

- Desarrollados por la OMS y el Comité Permanente entre Organismos (IASC) tras catástrofes como el tsunami de 2004.
- **Diferencias con terapia tradicional:**
  - No es psicoterapia.
  - Se aplica en el lugar de la crisis (ej.: hospital, zona de desastre).

#### 1.2. Principios Básicos

1. **Seguridad:**
  - Priorizar entorno físico (ej.: alejar de zonas de peligro).
  - Seguridad emocional: *"Estás a salvo ahora"*.
2. **Humanidad:**
  - Trato digno, sin discriminación (etnia, género, religión, orientación sexual, grupo).
3. **No hacer daño:**
  - Evitar revictimización (ej.: no insistir en detalles traumáticos).
4. **Empoderamiento:**
  - Fomentar autonomía: *"¿Qué necesitas en este momento?"*.
5. **Confidencialidad:**
  - Se debe manejar confidencialidad frente la información que la persona está brindado, basándose en código ética deontológico.
  - Excepción: si hay riesgo vital, es decir si existe alguna situación que ponga en riesgo o atente contra la integridad de la persona o demás personas (suicidio, maltrato, homicidio).



### 1.3. Diferencias Clave con Otras Intervenciones

Característica	PAP	Terapia Psicológica	Debriefing Psicológico
Momento de aplicación	Inmediato (horas/días post-crisis)	Semanas/meses después	24-72 horas post-evento
Duración	Minutos a 2 horas	Sesiones prolongadas	3-4 horas (en grupo)
Objetivo principal	Estabilización y conexión	Procesamiento profundo	Prevención de TEPT
¿Requiere diagnóstico?	No	Sí	No

### 1.4. ¿Cuándo aplicar PAP?

#### Escenarios Comunes

- **Desastres naturales:** Terremotos, inundaciones.
- **Emergencias médicas:** Diagnósticos graves, muertes súbitas.
- **Violencia:** Agresiones sexuales, tiroteos.
- **Crisis personales:** Pérdida de empleo, rupturas traumáticas.

#### Señales de que se Necesitan PAP:

- **Hiperactivación:** Temblores, llanto incontrolable.
- **Disociación:** Mirada perdida, mutismo.
- **Confusión extrema:** Desorientación en tiempo/espacio.

#### Contraindicaciones:

- Personas intoxicadas o con crisis/brote psicótico (requieren manejo médico primero).