



PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Ps. Esp. Ms. (c) Carolina Carvajal Gamba
Directora RNS Colombia



¡AVISO IMPORTANTE!

Este material y toda su documentación conexas pertenece exclusivamente a la Asociación Red Nacional de Suicidiología Colombia (RNS Colombia).

En consecuencia, es deber del cliente y sus colaboradores respetar las normas de derechos de autor.

Se otorga el uso de este material para fines de aprendizaje, la RNS Colombia no se hace responsable por el mal uso del mismo.

Se incluye información que debe ser guardada y tratada de forma confidencial. Queda prohibida la reproducción, distribución, comunicación pública, transformación, total o parcial, gratuita u onerosa, por cualquier medio o procedimiento, sin la autorización previa y por escrito de la Asociación Red Nacional de Suicidiología Colombia (siglas RNS Colombia). Este documento es estrictamente confidencial. Asimismo tampoco podrá ser objeto de préstamo, alquiler o cualquier forma de cesión de uso sin permiso previo y escrito de la RNS Colombia, conforme al Decreto 2591 de 2000, que reglamenta los Títulos II, III y V de la Decisión 486 de la Comisión de la Comunidad Andina. Por ende, el derecho a la patente de invención o de modelo de utilidad, o del registro del diseño industrial será titularidad de la RNS Colombia.

OBJETIVOS

Brindar apoyo

Reducir la
mortalidad

Activar recursos
de ayuda

PASOS

Primeros Auxilios Psicológicos

1. Establecer contacto psicológico



Slaikeu, 1988; Pérez, 1999

1. Establecer contacto psicológico

- Máximo 72 horas después del evento crítico
- Intervención temprana (de minutos a horas)
- Se debe establecer una conexión empática fuerte, que permita la expresión de emociones
- Transmitir percepción de seguridad a la persona y eliminar la percepción de incertidumbre, brindando información.

Empatía

Cognitiva

Afectiva
(Contagio
emocional)

Indicadores de éxito:
60% → Relación terapeuta-
paciente
40% → Técnicas de
intervención

Contacto físico

Estimulo social más poderoso

Precaución con casos de maltrato/abuso

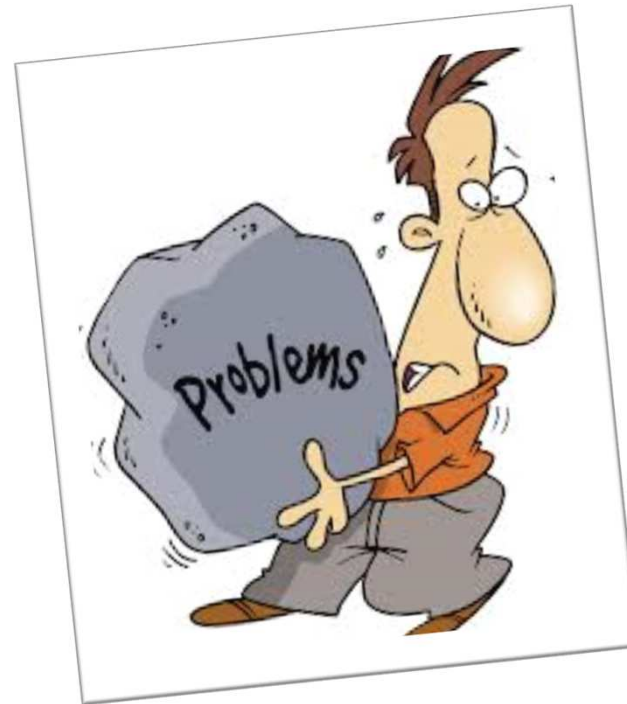
Brazos y articulaciones (más sensibles e impersonales)

Efecto de calma



Primeros Auxilios Psicológicos

2. Analizar las dimensiones de Problema



Slaikeu, 1988; Pérez, 1999

C

Conductual
(Actividades de
dominio y agrado)

- Identificar las necesidades básicas
- Jerarquizar los problemas
- Valorar áreas de funcionamiento

SISTEMA CASIC

Sistema de valoración y tamizaje inicial que busca determinar el nivel de riesgo (hacerse daño así mismo o a otra persona).
CASIC= Áreas de funcionamientos de la persona

A

Afectiva
(Emocional)

S

Somática
(Funcionamiento físico Gral.)

I

Interpersonal (Nza de la R con otros)

C

Cognitiva
(Pensamientos)



Primeros Auxilios Psicológicos

3. Analizar las Posibles Soluciones



Slaikeu, 1988; Pérez, 1999

Identificar
alternativas

Aumentar la
autoeficacia
(Percepción
personal)



Primeros Auxilios Psicológicos

4. Asistir en la ejecución de una Acción concreta



Slaikeu, 1988; Pérez, 1999



Primeros Auxilios Psicológicos

5. Seguimiento



Slaikeu, 1988; Pérez, 1999



¿Cuáles son los recursos
personales y sociales que tiene la
persona?

Principios PAP

- Inmediatez /Acercamiento / Proximidad
- Escucha activa
- Empatía
- Simplicidad
- Interés genuino
- Refuerzo de conductas adecuadas
- Comprobar comprensión (parafraseo)
- Orientación



Slaikeu, 1988; Anseán, 2014

Resumen

Primeros Auxilios Psicológicos

Objetivos:

1. Apoyo
2. Reducir mortalidad
3. Activar recursos de ayuda

Pasos:

1. Establecer contacto
2. Identificar y jerarquizar los problemas
3. Proponer alternativas de solución
4. Realizar una acción concreta
5. Realizar seguimiento

Principios:

1. Acercamiento
2. Escucha activa
3. Interés genuino
4. Orientación

Intervención telefónica en crisis suicidas

Objetivo 1. Facilitar el conocimiento más profundo de la situación a quien llama

Objetivo 2. Ayudarle a enfrentarse con sus propios sentimientos destructivos de culpa o vergüenza

Objetivo 3. Ayudarle a descubrir sus propios recursos personales, psicológicos y sociales, para posibles soluciones

Modelo de intervención en crisis (AFVA)

FASES	ACCIONES TERAPEUTICAS
1. Acoger	Facilitar la verbalización del problema Huir de los estereotipos Primacía del “aquí y el ahora” Contención Encuadre sin límites de tiempo Intervenciones cortas Preguntas abiertas
2. Focalizar	Clarificación y “confrontación” Delimitación del problema Fragmentación del problema
3. Valorar	Evaluar el riesgo real de suicidio Comportamiento en situaciones anteriores parecidas Fortalezas y debilidades personales y grupales Tratamiento psicoterapéutico y/o farmacológico. Considerar internamiento psiquiátrico
4. Actuar	Dependiendo de los recursos personales, familiares y comunitarios Derivación al especialista o internamiento psiquiátrico

Lo que NO se debe hacer!

- Contar su “propia historia”
- Ignorar hechos o sentimientos
- Juzgar o tomar partido
- Atenerse a preguntas de si/no
- Ignorar signos de peligro
- Permitir la visión de túnel
- Dejar obstáculos inexplorados
- Intentar resolver todo ahora
- Hacer decisiones obligatorias a largo plazo
- Ser tímido
- Dejar detalles en el aire o suponer que el paciente continuara con la acción por si solo



Video Primeros Auxilios Psicológicos:

- <https://www.youtube.com/watch?v=7CIq4mtiamY>



Ps. Esp. Ms (c). Carolina Carvajal Gamba

3399271 – 3014705336 - 3014967626

Calle 148 # 13 B – 57. Barrio Cedritos

facebook.com/rnscolombia

contacto@rnscolombia.org

www.rnscolombia.org