



Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo

Primera ayuda psicológica: guía para trabajadores de campo

Brindar una guía práctica y humanitaria para trabajadores de campo para que estén preparados para dar ayuda a las personas afectadas por situaciones traumáticas en situaciones de emergencia, a través de la primera atención psicológica inmediata y efectiva.

Organización

OMS

Autores

Organización Mundial de la Salud, War Trauma Foundation, Visión Mundial Internacional

Fecha de publicación

2012

Idioma de publicación

Español

link documento

Ver

Aprendizaje clave

Al prestar atención psicológica de emergencia, es importante

- Darle un espacio tranquilo en el que se sienta seguro o segura de hablar, no presionar o forzar para que la persona hable de sus emociones.
- Demostrar que está con su atención en él o ella en su totalidad, haciendo contacto visual, acercarse físicamente a la persona y usar estrategias como parafrasear lo que la persona está compartiendo para confirmar la información.
- Validar las emociones sin juzgarlas ni minimizarlas, reconocer las fortalezas de la persona.
- Evitar hacer contacto físico con el que la persona no se sienta cómoda. (Pág. 22)

Los primeros auxilios psicológicos lo pueden hacer personas que no son profesionales de la salud mental, no constituye una asesoría profesional y no es dar opiniones o consejos sobre acontecimientos; en cambio, los primeros auxilios psicológicos tienen que ver con reconfortar a la persona, permitirle expresar sus necesidades o preocupaciones, ayudarle a satisfacer sus necesidades básicas y facilitarle el acceso a servicios que necesite. (Pág. 10, 11)

Antes de disponerse a dar primeros auxilios psicológicos, tenga en cuenta el idioma más adecuado para poder ayudar realmente, si es necesaria alguna vestimenta particular, si el género de la persona que atienda sea algo importante para favorecer la tranquilidad de quien recibe la atención, la religión de la persona que va a atender y si esto es central en la vida de la persona, conocer o tener presentes las costumbres y normas sociales de comportamiento de la comunidad en términos de lenguaje y contacto físico. (Pág. 16, 17)

Al momento de disponerse a brindar primeros auxilios psicológicos en situaciones de emergencia, es importante primero

informarse sobre la situación y acontecimientos sucedidos, los servicios y apoyos disponibles para las personas que tal vez ellos desconozcan y sobre los posibles riesgos presentes en el contexto. Además, preparese y fortalezca las habilidades para observar, escuchar y conectar con mucho detenimiento con cada persona. (Pág. 23-26, 45)

Es importante evitar acudir al lugar de los hechos si no es seguro, y en su lugar puede intentar conseguir ayuda para los afectados. En caso de acudir, derivar a las personas a los servicios que necesiten de primera mano, como servicios de salud, alimentos, etc. (Pág. 26, 27)

Información para revisar directamente en el documento

- Lo que debemos hacer y decir vs lo que no debemos hacer ni decir. (Pág. 22)
- Principios de actuación de la primera ayuda psicológica: observar, escuchar y conectar. (Pág. 25)

