

10 Reglas de lo que **NO se debe hacer**

- No aconsejar.
- No ponerse de ejemplo (el o la auxiliador(a)).
- No enfatizar excesivamente los aspectos positivos. Frases como “Podría haber sido peor” pueden ser contraproducentes.
- No minimizar el hecho; la frase “No pasa nada” suele ser negativa.
- No bromear, la ironía puede ser ofensiva o contraproducente.
- No dramatizar; si la persona llora, el o la auxiliador(a) no tiene porque hacerlo.
- No engañar a la víctima, ni fingir.
- No favorecer la actitud de culparse.
- No actuar defensivamente.
- No favorecer dependencias directas del o la afectado(a) con el o la auxiliador(a).

Reconociendo la importancia de realizar acciones coordinadas la Comisión Estatal de Derechos Humanos en conjunto con la Secretaría de Salud y la Facultad de Medicina de la UANL, se suman para implementar este programa de capacitación.

Primera Ayuda Psicológica (PAP)

Intervención en Crisis Programa de Capacitación



INFORMES:
COMISIÓN ESTATAL DE DERECHOS HUMANOS
Av. Ignacio Morones Prieto 2120 – 2 Pte.
Edificio Manchester Col. Loma Larga,
Monterrey, N. L.
Tel. (81) 83 45 89 68, 83 45 86 45 y 44
Lada sin costo: 01800 822 9113
frrodriguez@cedhnl.org.mx

Mary Kay con su Iniciativa de Responsabilidad Social apoya a la Difusión del Derecho Humano a la Salud.



COMISIÓN ESTATAL
**DERECHOS
HUMANOS**
NUEVO LEÓN

PRIMERA AYUDA PSICOLÓGICA (PAP)



COMISIÓN ESTADAL
DERECHOS
HUMANOS
NUEVO LEÓN

¿Qué es la PAP?

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

La PAP está diseñada para reducir el estrés inicial causado por eventos traumáticos, y proveer funciones adaptativas a corto y mediano plazo.

Objetivos

- Establecer una conexión humana y no intrusiva.
- Proporcionar seguridad inmediata que provea un confort físico y emocional.
- Calmar y orientar emocionalmente a los y las sobrevivientes que se encuentran apabullados por el dolor.
- Ayudar a los y las 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.



Fortalezas de la PAP

- Obtener información de manera rápida que permita conocer las necesidades inmediatas de los y las sobrevivientes e implementar actividades de soporte.
- Proveer información que puede ser de ayuda en el lugar del desastre.
- Enfatizar que la intervención debe ser de acuerdo a la cultura y/o antecedentes de la persona (edad, historia de vida, etc.)
- Proporcionar información a menores, adolescentes, adultos y familias sobre el curso de su recuperación.

Conducta del Profesional

- Operar dentro de un sistema de cooperación y autorización del sistema de respuesta.
- Mostrar tranquilidad, cortesía, organización y disposición.
- 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.

Guía para proveer la PAP

- Pregunte de manera simple y respetuosa ¿en qué 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 o la sobreviviente quiera evitar el contacto.
- No utilizar lenguaje técnico.
- Esté preparado si el o la sobreviviente quiere hablar, ponga atención a lo que él o ella demanda y cómo desea que le ayuden.
- Cuando se comunique a través de un intérprete, vea y hable directamente al o la sobreviviente.
- Recuerde que la meta de la 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.