



**Gobierno
de Chile**

gob.cl

Formación Básica en Primera Ayuda Psicológica (PAP) en contexto de COVID-19

Ministerio de Salud
Ministerio de Educación



Belén Vargas Gallegos
Alejandro Riquelme Bórquez
Departamento de Salud Mental
Mesa Técnica de Salud Mental en la Gestión del Riesgo de Desastres

Ministerio de Salud

Mesa Técnica de Salud Mental en la Gestión del Riesgo de Desastres
2021

Este material es una adaptación del Plan Intersectorial de Formación en Primera Ayuda Psicológica de la Mesa Técnica Intersectorial de Salud Mental y Apoyo Psicosocial en la Gestión del Riesgo de Desastres.

Formación básica Primera Ayuda Psicológica (PAP) en contexto de COVID-19

- Acción que se inserta en el Plan de Salud Mental COVID-19 MINSAL
- Es una adaptación del Plan Intersectorial de formación en Primera Ayuda Psicológica, realizado por la Mesa Técnica de Salud Mental en la Gestión del Riesgo de Desastres MINSAL.
- Grupo clave: equipos que trabajan directamente con grupos en mayor situación de vulnerabilidad durante la crisis sanitaria.

Alianza MINSAL – MINEDUC

- Colaboración intersectorial como aspecto clave para la protección de la salud mental en pandemia: acciones en todos los entornos y contextos.
- Foco en equipos educativos:
 - Rol clave en el bienestar de los/las estudiantes durante toda la pandemia
 - PAP como herramienta de apoyo a su trabajo cotidiano, tanto en periodo de clases remotas como presenciales
 - PAP como herramienta para el cuidado mutuo
- Participantes: Herramienta útil para todo el equipo educativo

Objetivos Formación Básica en Primera Ayuda Psicológica en contexto de COVID-19

- Entregar nociones básicas de Primera Ayuda Psicológica.
- Aplicar los principios de PAP a las acciones de respuesta frente a la pandemia por COVID-19 en contexto nacional.
- Conocer la aplicación del PAP en el contexto de las comunidades educativas.

Módulos de formación

Módulo 0	Presentación del curso e introducción al PAP (sesión en vivo)
Módulo 1	Marco de Trabajo en PAP
Módulo 2	Impacto del COVID-19 en las personas y comunidades
Módulo 2b	Impacto de las situaciones críticas en NNA
Módulo 3	Principios del PAP: Preparar y Observar
Módulo 4	Principios del PAP: Escuchar
Módulo 5	Principios del PAP: Conectar
Módulo 6	Cuidado de Sí Mismo y del Equipo
Módulo 7	Funcionamiento de la Red pública de Salud
Módulo 8	PAP y protección de la SM en Comunidades Educativas (sesión en vivo)

Duración Total de la Formación: 8 horas cronológicas

Etapas del proceso de capacitación

Sesión en vivo de inicio Módulo 0	Martes 15 de junio 15.00 hrs
Período de formación autogestionada Módulos 01 al 07	15 de junio a 11 de julio
Sesión en vivo de cierre Módulo 8	Lunes de 12 de junio 15.00 hrs.
Evaluación	12 al 31 de julio.

Certificación

Participantes podrán acceder a una certificación conjunta MINSAL-MINEDUC de aprobación de la Formación Básica en PAP Contexto de COVID-19.

Requisitos:

- Realización de la totalidad de módulos (0 al 8)
- Evaluación de contenidos



¡Somos una gran red conectada!

Consideraciones para el buen funcionamiento del Taller

- Todas las consultas y dudas se canalizarán a través del chat.
- Algunas de estas consultas serán contestadas de manera directa en el chat y aquellas que más se repitan serán contestadas en determinados espacios destinados para ello.
- Durante la presentación, se utilizará el recurso de votación de zoom y el sitio web www.menti.com para la participación de los asistentes.

Módulo 0: Presentación del curso e introducción al PAP



Formación Básica

Primera **A**yuda **P**sicológica
en contexto de COVID-19



Presentación del curso



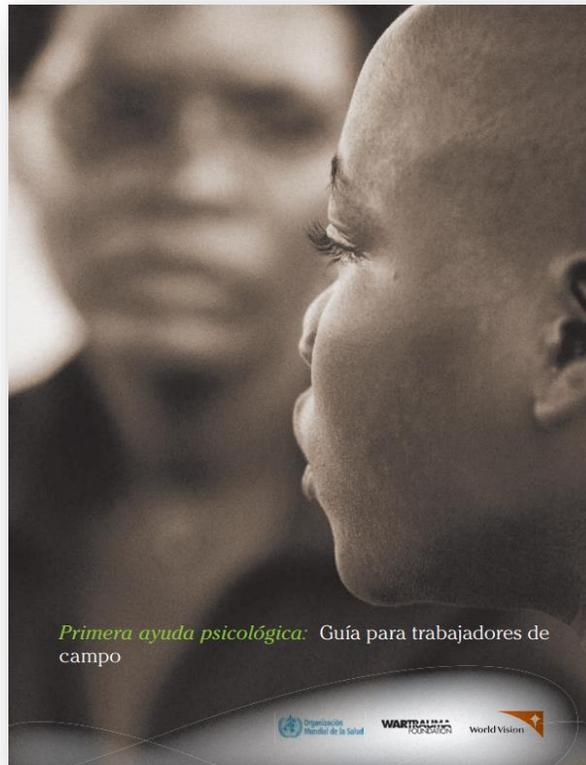
Formación Básica

Primera **A**yuda **P**sicológica
en contexto de COVID-19



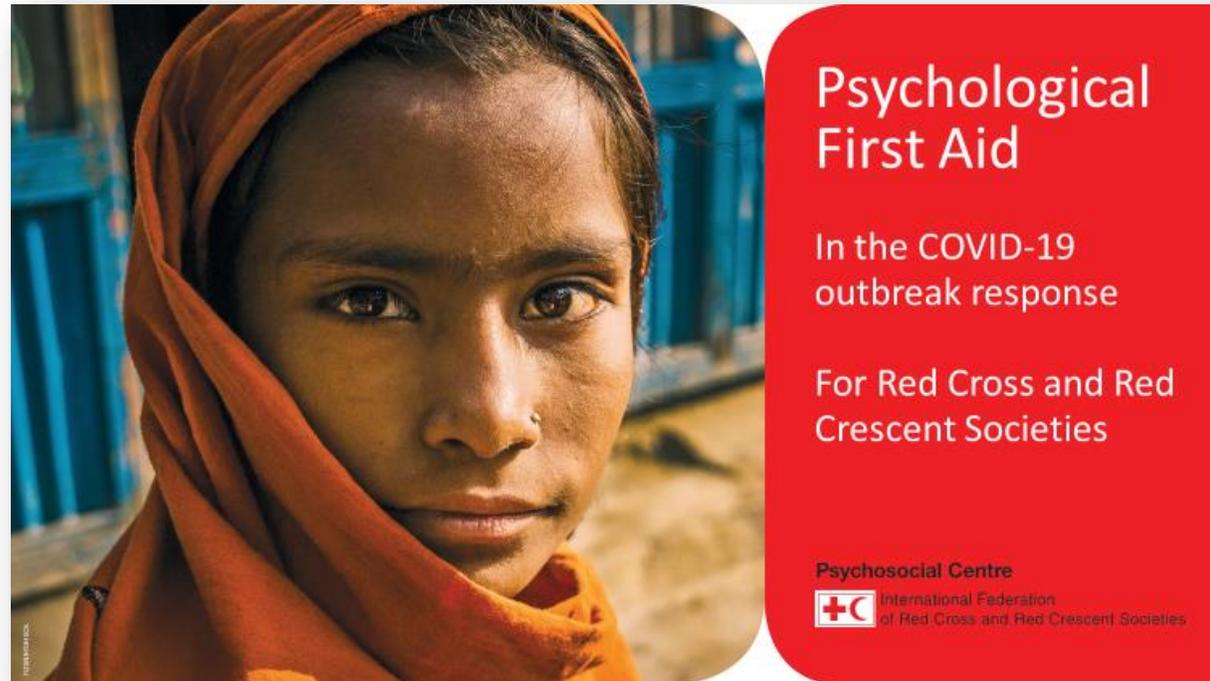
Referente para la Formación

Primera Ayuda Psicológica: Guía para trabajadores del campo OMS



- Publicación de la OMS
- Esfuerzo colaborativo: OMS, War Trauma Foundation, World Vision International
- Intersectorialidad.
- Respaldo por 24 organismos internacionales y ONGs.
- Disponible en varios idiomas.

Referente para la Formación: Cruz Roja Internacional



Referente para la Formación: Lineamientos internacionales y nacionales



Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak

12 March 2020

In January 2020 the World Health Organization (WHO) declared the outbreak of a new coronavirus disease to be a Public Health Emergency of International Concern. WHO stated there is a high risk of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) spreading to other countries around the world. In March 2020, WHO made the assessment that COVID-19 can be characterized as a pandemic.

WHO and public health authorities around the world are acting to contain the COVID-19 outbreak. However, this time of crisis is generating stress in the population. These mental health considerations were developed by the WHO's Department of Mental Health and Substance Use as messages targeting different groups to support for mental and psychosocial well-being during COVID-19 outbreak.

General population

- COVID-19 has and is likely to affect people from many countries, in many geographical locations. Do not attach it to any ethnicity or nationality. Be empathetic to all those who are affected, in and from any country. People who are affected by Covid-19 have not done anything wrong, and they deserve our support, compassion and kindness.
- Do not refer to people with the disease as "COVID-19 cases", "victims" "COVID-19 families" or the "diseased". They are "people who have COVID-19", "people who are being treated for COVID-19", "people who are recovering from COVID-19" and after recovering from COVID-19 their life will go on with their jobs, families and loved ones. It is important to separate a person from having an identity defined by COVID-19, to reduce stigma.
- Minimize watching, reading or listening to news that causes you to feel anxious or distressed; seek information only from trusted sources and mainly to take practical steps to prepare your plans and protect yourself and loved ones. Seek information updates at specific times during the day, once or twice. The sudden and near-constant stream of news reports about an outbreak can cause anyone to feel worried. Get the facts; not the rumors and misinformation. Gather information at regular intervals, from [WHO website](#) and local health authorities platforms, in order to help you distinguish facts from rumors. Facts can help to minimize fears.

Briefing note on addressing mental health and psychosocial aspects of COVID-19 Outbreak- Version 1.1



IASC
International Association of
Child and Adolescent
Mental Health Specialists

This is version 1.1 of this document (May 2020). It will be updated regularly during the COVID-19 outbreak. Contact the IASC Mental Health Emergency Group (ihp@iascwg.org) for a copy of the latest version.

Psychosocial Centre
International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

CONSIDERACIONES DE SALUD MENTAL Y APOYO PSICOSOCIAL DURANTE COVID-19

Versión 2.0

Abril de 2020
Mesa Técnica de Salud Mental en la Gestión del Riesgo de Desastres
MINSAL



Remote Psychological First Aid during the COVID-19 outbreak
Interim guidance - March 2020

Disponibles en: <https://degreyd.minsal.cl/salud-mental-y-apoyo-psicosocial-durante-covid19/>

Plan de Capacitación Intersectorial en PAP

- Sobre la base de mesas técnicas intersectoriales.
- Metodología de cascada.
- Taller de aprendizaje participativo/interactivo.
- Simulacros, juegos de rol.
- Talleres manualizados y material de apoyo estandarizado.
- Actualmente 35 formadores, 600 facilitadores y una proyección de 9000 respondedores aprox.
- En todas las regiones del país y en múltiples organismos públicos y de la sociedad civil organizada.

Organismos Originales

Plan Intersectorial de Capacitación en Primera Ayuda Psicológica



Si ya has tenido un acercamiento previo a la herramienta PAP (Capacitación presencial o remota)

Módulos te permitirán:

- Activar aprendizajes y formación recibida
- Incorporar consideraciones COVID-19 en el marco de actuación
- Adaptar PAP a la atención remota
- Profundizar en el impacto de los eventos críticos en NNA
- Conocer aplicación de PAP en comunidades educativas

Si es tu primer acercamiento al modelo de formación PAP

Los módulos te permitirán:

- Adquirir nociones esenciales de la Primera Ayuda Psicológica y su aplicación en comunidades educativas
- Incorporar principios PAP en las acciones de respuesta al COVID-19
- Conocer de manera general cómo funciona la red pública de salud

Te invitamos a complementar esta formación con los talleres presenciales de formación, una vez sea segura su realización.

Metodología de Trabajo

- Formación autogestionada: cada participante lleva su propio ritmo de aprendizaje
- Guía de trabajo para participantes



Actividad escrita



Impacto del COVID-19 en Chile



Guía de Trabajo

Actividad 5

Haz una lista de grupos en mayor riesgo o mayormente afectados por la pandemia.

Actividad 5

Haz una lista de grupos clave de personas mayormente afectadas y/o en mayor situación de riesgo.

Paso reflexivo



Escuchar

- Acérquese a las personas que puedan necesitar ayuda.
- Pregúnteles qué necesitan y qué les preocupa.
- Escuche a las personas y ayúdelas a tranquilizarse.



Paso reflexivo

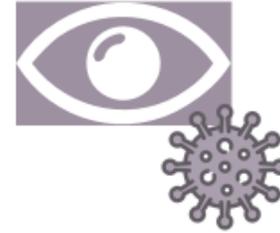
Actividad

Cuando has estado afectado emocionalmente, ¿qué hizo o dijo alguien que fue de ayuda en ese momento? Considerando comunicación verbal y no verbal.

Video



Consideraciones especiales para OBSERVAR en la respuesta COVID-19



Video



Guía de trabajo

Actividad 9

Ve el video “Presentándonos” y anota cómo la respondedora aplicó el principio OBSERVAR en la llamada.



Video 1 Presentándonos

Materiales para la formación

<http://convivenciaescolar.mineduc.cl/taller-primer-ayuda-psicologica/>

Ministerio de Educación

Ayuda Mineduc



Formación Integral y Convivencia Escolar

Convivencia Escolar ▾

Prevención de Conductas de Riesgo ▾

Formación Ciudadana ▾

Talleres de profundización

Taller Primera Ayuda Psicológica



Taller
Primera **A**yuda **P**sicológica
en contexto de COVID-19

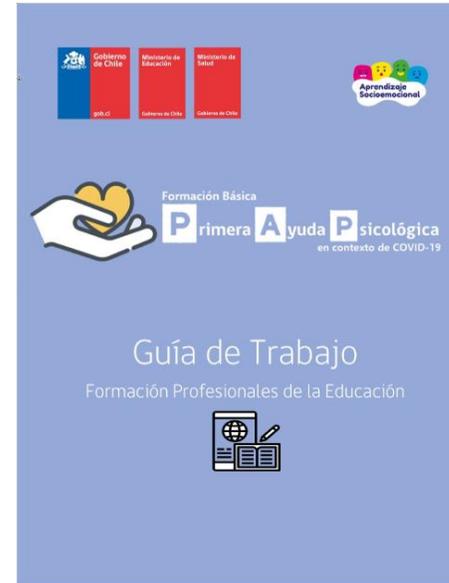


La Primera Ayuda Psicológica (PAP) es un set de herramientas para brindar una respuesta humana y de apoyo a las personas que recientemente han estado expuestas a una situación de alto estrés y que pueden necesitar apoyo para poder afrontarlo. PAP puede ser proporcionada por cualquier persona que haya recibido la formación y que se encuentre en posición de apoyar, resguardando los principios éticos de la ayuda humanitaria. Es una de las herramientas que ha sido promovida por la OMS y el Comité Permanente entre Organismos IASC como una de las acciones clave de salud mental y apoyo psicosocial durante la pandemia de la COVID-19.

MINSAL y MINEDUC han elaborado en conjunto esta iniciativa, la cual busca poner a disposición de los equipos educativos el material de Formación Básica en PAP disponible, en conjunto con contenidos dirigidos al contexto educativo y a las necesidades específicas de niños, niñas y adolescentes en el contexto COVID-19. Los objetivos de esta formación son adquirir nociones básicas de PAP, aplicar los principios de PAP a las acciones de respuesta frente a la pandemia por COVID-19, y conocer la aplicabilidad de PAP en comunidades educativas.

Materiales para la formación

Guía de Trabajo



- 1 El primer paso es abrir tu **GUÍA DE TRABAJO** la cual usarás durante todos los módulos de la formación básica en PAP



Haz clic aquí para descargar tu guía de trabajo

Materiales para la formación

Módulos de Formación

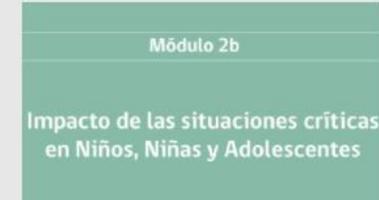
Módulo 2b:

Impacto en niños, niñas y adolescentes



Conoce las formas en que la pandemia ha afectado a NNA, posibles reacciones y consideraciones relevantes.

Presentación módulo 2b



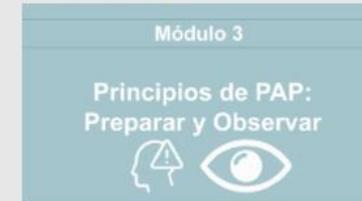
Módulo 3:

Preparar y Observar



Conoce los elementos necesarios a preparar y observar, previos a la intervención, referidos al manejo de información básica y condiciones mínimas para una intervención óptima.

Presentación módulo 3



Vídeo simulación PAP
"Presentándonos"

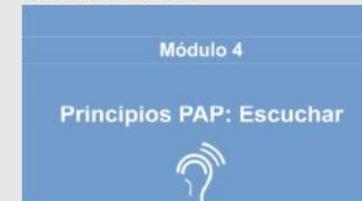
Módulo 4:

Escuchar



Te presentamos formas, acciones o actitudes que puedan ayudar a calmar a alguien que se encuentra afectado emocionalmente. Te mostraremos ejemplos de cómo brindar apoyo y practicar la escucha activa.

Presentación módulo 4



Vídeo simulación PAP
"Presentándonos"
"Transmitiendo calma"

Introducción a la Primera Ayuda Psicológica



Formación Básica

Primera **A**yuda **P**sicológica
en contexto de COVID-19



¿Cuáles crees que han sido las principales necesidades de las personas durante este tiempo de pandemia?

Ingresar a
www.menti.com

código **8335 5567**



¿Qué podrías necesitar para apoyar a un/a integrante de tu comunidad educativa en este contexto?



Responde en el chat

¿Qué se te viene a la mente cuando escuchas?.....

**Primera Ayuda Psicológica o
Primeros Auxilios Psicológicos.**

¿Qué es la Primera Ayuda Psicológica?

Asistencia humanitaria y práctica de apoyo a otro ser humano, expuesto recientemente a una situación muy estresante

- Es un set de herramientas y conocimientos para ayudar a personas que están en situaciones de alto estrés.
- Una forma de ayudar a las personas a sentir calma y capaces de hacer frente a una situación difícil

Acciones de Salud Mental y Apoyo Psicosocial y PAP

¿Quiénes?

Atención de salud mental especializada

Servicios
especializados

Profesionales de servicios especializados
en salud mental

Atención de salud mental/apoyo psicosocial
no especializado

Mecanismos de apoyo
focalizados
(de persona a persona)
no especializados

Profesionales/agentes comunitarios
capacitados en salud mental (ej. PAP)

Apoyo familiar y comunitario para la
recuperación, resiliencia, salud mental y
bienestar

Fortalecimiento de los mecanismos
de apoyo comunitarios y familiares

Equipos psicosociales, comunitarios,
organizaciones

Cubrir necesidades básicas que garanticen el
bienestar y dignidad de las personas y
comunidades

Aspectos psicosociales relativos a los
servicios básicos y la seguridad

Instituciones del Estado, sociedad civil,
la comunidad



Responde en la votación zoom

Responde Verdadero o Falso a las siguientes oraciones



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
algo que sólo hacen los profesionales
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
consolar a alguien que se encuentra angustiado y ayudarlo a sentirse
seguro y tranquilo
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
asesoramiento profesional o terapia
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
pedirle a alguien que analice detalladamente lo que le ha sucedido
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
ayudar a abordar las necesidades básicas inmediatas inmediatas que
presenta una persona en una situación crítica
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
insistir para obtener detalles sobre lo sucedido
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
ayudar a las personas a acceder a información, servicios y apoyos
sociales.
¿Verdadero o Falso?**



Responde en el chat

**Primera Ayuda Psicológica es
ayudar a identificar necesidades y preocupaciones
¿Verdadero o Falso?**

¿Qué involucra la Primera Ayuda Psicológica?

- Brindar ayuda y apoyo prácticos de manera no invasiva
- Evaluar las necesidades y preocupaciones
- Ayudar a las personas a atender sus necesidades básicas
- Escuchar a las personas, pero no presionarlas para que hablen
- Reconfortar a las personas y ayudarlas a calmarse
- Ayudar a las personas a conseguir información, servicios y apoyos sociales
- Proteger a las personas de posteriores peligros

¿Qué no es Primera Ayuda Psicológica?

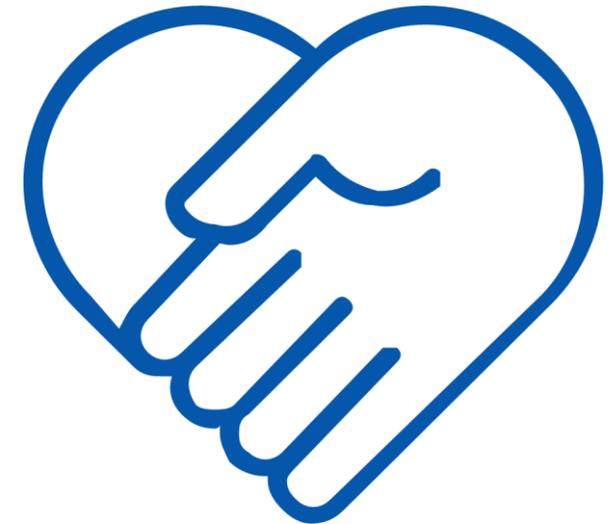
- NO es algo que sólo pueden hacer los profesionales.
- NO es consejería profesional/terapia.
- NO es “*debriefing psicológico*”: no se hace un análisis detallado del evento crítico.
- NO es pedir a alguien que analice lo que le ha sucedido o que ordene los acontecimientos.
- Aunque la primera ayuda psicológica implica escuchar, NO consiste en presionar a la gente para que relate lo que sintió o cómo reaccionó frente a un suceso.

¿Por qué la Primera Ayuda Psicológica?

Factores de Resiliencia Clave

A las personas en general les va mejor a la larga si:

- Se sienten seguras, conectadas con otros, tranquilas y con esperanzas;
- Tienen acceso a apoyo social, físico y emocional; y
- Recuperan cierto sentido de control al poder ayudarse a sí mismas.



Promover autoeficacia y eficacia colectiva

Sentido de agencia, capacitación y entrenamiento, aprendizaje socioemocional, organización comunitaria

Promover conexión con otros

Apoyo mutuo, distanciamiento físico con conexión social, conectar o facilitar red de apoyo

Promover esperanza

Expectativas positivas, espiritualidad y fe, búsqueda de sentido

Principios para la intervención temprana con Soporte Empírico

Promover calma

Estrategias de afrontamiento, relajación y respiración, meditación, contención emocional, psicoeducación

Promover percepción de seguridad

Proteger de rumores, información veraz y oportuna, difusión medidas de prevención, apoyos disponibles, comunicación del riesgo

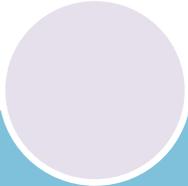
¿Cómo continuamos con la formación?



Módulo 1
Marco de Trabajo de PAP



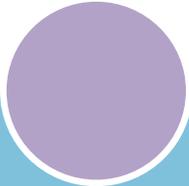
Módulo 2
Impacto del COVID-19 en las personas y comunidades



Módulo 3
Principios del PAP: Preparar y Observar



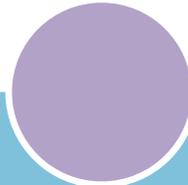
Módulo 4
Principios del PAP: Escuchar



Módulo 5
Principios del PAP: Conectar



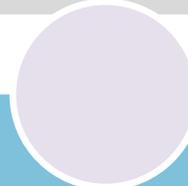
Módulo 6
Cuidado de si mismo y del equipo.



Módulo 2B
Impacto de las situaciones críticas en NNA



Módulo 7
Funcionamiento de la Red pública de Salud



Módulo 8
PAP y protección de la SM en Comunidades Educativas

Invitación a participar de la sistematización y evaluación
de la experiencia

<https://forms.gle/HxScVQ7eZuFemudTA>



Gobierno
de Chile

gob.cl

Formación Básica en Primera Ayuda Psicológica (PAP) en contexto de COVID-19

Ministerio de Salud
Ministerio de Educación