



**OTEC ELYON
BECAS CHILE**

PROGRAMA CURSO

Formación Básica en Primera Ayuda Psicológica (PAP) en contexto COVID19

**Fecha de actualización del curso
Noviembre 2020**

PRESENTACIÓN

La pandemia por COVID-19 ha creado preocupación entre la población en general en todo el mundo. Muchas personas estarán ansiosas y temerosas y muchas también directamente afectadas de diferentes maneras por el virus.

La Primera Ayuda Psicológica (PAP) es un método para ayudar a las personas afectadas a que se sientan tranquilas y apoyadas para afrontar la situación y sus desafíos. Es una forma de ayudar a alguien a gestionar su situación y a tomar decisiones informadas. La base de PAP es preocuparse por la persona afectada y mostrar empatía. Eso implica prestar atención a las reacciones, escuchar activamente y, si es necesario, brindar ayuda práctica, para resolver problemas, ayudar a acceder a las necesidades básicas o consultar otras opciones de asistencia. PAP ayuda a normalizar la preocupación y otras emociones, PAP también promueve un afrontamiento saludable y facilita sentimientos de seguridad, calma y esperanza.

La Primera Ayuda Psicológica es una herramienta útil para brindar apoyo a personas que estén experimentando situaciones de alto estrés, como es el caso de las personas que acuden a los establecimientos de salud. Contar con esta herramienta, facilitará que los equipos de salud potencien sus recursos para atender a personas en crisis en contexto de pandemia; apoyarse mutuamente al interior de sus equipos, potenciando además la conciencia del cuidado su propio bienestar en un contexto de alto riesgo de desgaste y exposición a situaciones muchas veces dolorosas y complejas.

DESTINATARIOS

Todo el personal de la red de salud. Técnicos y profesionales de atención primaria de salud, personal encargado de testeo y trazabilidad, personal de atención de público, UPC y servicios de urgencia, entre otros claves.

OBJETIVO GENERAL

Entregar al personal de salud nociones básicas de Primera Ayuda Psicológica (PAP) para la aplicación de sus principios en el apoyo a personas en el contexto de pandemia por COVID-19.

TEMAS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDOS	HORAS
TEMA 1 DEFINICIÓN Y MARCO DE TRABAJO DE PAP	<ul style="list-style-type: none">Distinguir conceptos claves de PAP, identificando sus características y valorando su adecuada aplicación contexto de pandemia.	<ul style="list-style-type: none">¿QUÉ ES LA PRIMERA AYUDA PSICOLÓGICA?QUÉ INVOLUCRA LA PRIMERA AYUDA PSICOLÓGICA (PAP):¿POR QUÉ PRIMERA AYUDA PSICOLÓGICA?PRIMERA AYUDA PSICOLÓGICA: ¿PARA QUIÉN?, ¿CUÁNDO?, ¿DÓNDE?ANTE TODO, NO DAÑAR	5 Horas Pedagógicas
TEMA 2 IMPACTO DEL COVID-19 EN LAS PERSONAS Y COMUNIDADES	<ul style="list-style-type: none">Reflexionar en torno al impacto psicosocial de la pandemia en el contexto nacional.	<ul style="list-style-type: none">COVID-19 en Chile¿Qué pueden experimentar los trabajadores y trabajadoras de la salud en este contexto?¿Cómo brindar ayuda durante COVID-19?	5 Horas Pedagógicas

TEMA 3 PRINCIPIOS DEL PAP: PREPARAR Y OBSERVAR, ESCUCHAR, CONECTAR	<ul style="list-style-type: none"> Conocer los principios de actuación de PAP, valorando su adecuada aplicación contexto de pandemia. 	<ul style="list-style-type: none"> PREPARAR: Prepararse para ayudar en contexto de pandemia OBSERVAR: Personas que probablemente necesiten una atención especial en una situación de crisis Observar en la comunicación <ul style="list-style-type: none"> ESCUCHAR: Algunas consideraciones especiales para ESCUCHAR en la respuesta COVID-19 Transmitir calma Respiración diafragmática: ejercicio Comunicación de apoyo y escucha activa <ul style="list-style-type: none"> CONECTAR Ayudar a afrontar problemas dar información Consideraciones especiales en la respuesta COVID-19 	10 Horas Pedagógicas
TEMA 4 CUIDADO DE SÍ MISMO Y DEL EQUIPO	<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar y ponderar la importancia del cuidado de sí mismo y del equipo de trabajo, conociendo recomendaciones generales y consideraciones específicas para la situación de pandemia. 	<ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo podemos cuidarnos mutuamente en equipo? ¿Cómo puedes cuidarte durante la pandemia? 	5 Horas Pedagógicas
Evaluación Final		Sumativa: Prueba Escrita que contiene preguntas de selección única y que abarca contenidos de todo el curso.	2 Horas Pedagógicas

Colaboradores

Belén Vargas Gallegos

Psicóloga. Depto. Salud Mental, Subsecretaría de Salud Pública MINSAL. Mesa Técnica de Salud Mental en la Gestión del Riesgo de Desastres

Paz Anguita Hernández

Trabajadora Social y Psicóloga. Depto. Gestión del Riesgo de Desastres, Subsecretaría de Salud Pública, MINSAL. Mesa Técnica de Salud Mental en la Gestión del Riesgo de Desastres

MODALIDAD

A distancia (100%)

EVALUACIÓN

El examen final consiste en una evaluación con preguntas de selección múltiple, en relación a los contenidos de los 4 temas abordados en el curso. Tiene una ponderación del 100%.

REQUISITOS DE APROBACIÓN

Para aprobar el curso, el alumno debe cumplir con una **nota mínima 5,0** al realizar la evaluación final, cuando el curso culmine.