

Diplomatura de Extensión

PRIMEROS AUXILIOS

PSICOLÓGICOS - 2026

Modalidad bimodal híbrida

135 horas reloj

9 meses

Autofinanciada

Equipo docentes mixto (66% UNCo)

RESPONSABLES

Directora: Dell'Orfano, Mabel. Médica Psiquiatra

Co-directora: Darrieux, Gisel. Psicóloga

Docentes: Grisanti, Romina. Psicóloga

Schonberger, Juan. Psicólogo Social

Cabrera, Carlos. Psicólogo Social

Vera, Miguel Ángel. Médico Psiquiatra

FUNDAMENTACIÓN

A lo largo de la vida, el ser humano se enfrenta a múltiples acontecimientos que afectan su salud física y mental y, aunque no siempre es posible prevenir estos sucesos, sí se puede minimizar el impacto negativo que estos puedan tener.

Los **primeros auxilios psicológicos (PAP)** son una herramienta útil para ayudar a las personas a superar un evento traumático. Se pueden aplicar tanto en situaciones de emergencia como en el día a día.

Las situaciones de crisis son definidas como un cambio profundo que trae consecuencias poniendo en peligro el desarrollo de un asunto o proceso, como puede ser la Salud Mental. Consecuencias como estrés post traumático, trastornos de ansiedad, depresión, trastornos somáticos, entre tantos otros.

Los Primeros Auxilios Psicológicos consisten en una ayuda breve e inmediata a la persona afectada por una situación de crisis, un evento traumático o estresante, como desastres naturales, incendios, accidentes, violencia o pérdida de un ser querido. Dicha herramienta, ayuda a restablecer una estabilidad emocional, social, física y conductual, así como prevenir secuelas psicológicas.

Son intervenciones inmediatas, cortas y puntuales, realizadas por personas que tienen el primer contacto con la víctima. Sus objetivos principales son:

1. Reducir el estrés y la ansiedad inmediatos.
2. Prevenir o mitigar el desarrollo de trastornos psicológicos a largo plazo, como el trastorno de estrés postraumático (TEPT).
3. Fomentar la resiliencia y la capacidad de afrontamiento.
4. Proporcionar un sentido de seguridad y apoyo.

Las principales técnicas y estrategias que se instrumentan son:

- La Escucha activa y empática,
- Validación de las emociones y experiencias,
- Información y orientación,
- Técnicas de relajación y reducción del estrés,
- Apoyo emocional y físico y
- La conexión con recursos y servicios de apoyo.

Estas técnicas se deben realizar sin juicios o críticas bajo principios básicos como la seguridad, la confianza, la empatía, la comprensión y con respeto a la autonomía y toma de decisiones de cada persona.

Si bien en carreras de salud, estas habilidades están consideradas en el plan académico, los PAP son una importante formación en el socorro con perspectiva humana y social. Es prioritaria la atención centrada en la víctima con un enfoque integral y personalizado, tanto en lo físico como también en lo mental y emocional para prevenir secuelas psicológicas a largo plazo.

La formación en PAP está destinada para cualquier persona adulta adquiriendo especial relevancia aquellas que trabajan como médicos, psicólogos, trabajadores sociales, enfermeras, brigadistas, bomberos, policías, docentes y cualquier persona que pudieran estar en permanente contacto con situaciones imprevistas, traumáticas o críticas. Cada cual en su propio ámbito de acción necesitan implementar tanto técnicas relacionadas a los PAP para serenar a las víctimas y en el contexto, como herramientas para el propio cuidado psicológico.

Es fundamental que quien provea PAP reciba formación y supervisión adecuada para garantizar que el apoyo efectivo y seguro sea brindado. La formación debe incluir conocimientos sobre psicología del trauma, técnicas de intervención tanto individual como grupal y principios éticos.

Es importante destacar que los PAP no son una terapia en sí mismos, sino una intervención inicial para estabilizar y apoyar a una persona en crisis.

PROPÓSITO GENERAL

Brindar una formación integral en Psicología de Emergencias y Primeros Auxilios Psicológicos que permita adquirir herramientas teóricas y prácticas para intervenir de manera eficaz en situaciones de crisis, emergencias y catástrofe promoviendo así, el cuidado emocional de las personas asistidas y el propio bienestar.

PROPÓSITOS ESPECÍFICOS

Proporcionar conocimientos y habilidades para brindar apoyo emocional y psicológico en situaciones de crisis.

Desarrollar competencias para evaluar y responder a necesidades psicológicas inmediatas.

Fomentar la capacidad de trabajar en equipo y coordinar con otros profesionales de la salud.

Aplicar técnicas de primeros auxilios Psicológicos, contención emocional y estabilización, adaptadas a diversos contextos y poblaciones vulnerables.

Fortalecer las habilidades comunicativas necesarias para intervenir en crisis: escucha activa, empatía, comunicación verbal, no verbal y paraverbal.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Que los extensionistas logren practicar la Escucha activa entendida como la capacidad de escuchar atentamente y comprender las necesidades del individuo.

Que los extensionistas logren practicar la Empatía entendida como la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de una persona.

Que los extensionistas logren practicar la Comunicación efectiva entendida como capacidad de comunicarse de manera clara y concisa.

Que los extensionistas logren practicar la Toma de decisiones contextuales entendida como la capacidad de tomar decisiones rápidas y efectivas en situaciones de crisis.

Que los extensionistas logren practicar el Trabajo en equipo entendido como capacidad de trabajar en equipo y coordinar con otros profesionales.

DESTINATARIOS

Personas mayores de 18 años con secundario completo que deseen brindar apoyo emocional y psicológico en situaciones de crisis.

Personal de salud que integran disciplinas afines a la medicina, enfermería, psicología, trabajo social, kinesiología, veterinaria, transportes, traslados, entre otros.

Personal de emergencias afines con las actividades de bomberos, policías, brigadistas, socorristas, personal de Defensa Civil, comunicaciones, informática, asistencia mediada por dispositivos electromecánicos, entre otros.

Personal que trabaja en ámbitos de riesgos de situaciones críticas de establecimientos educativos como docentes, no docentes, auxiliares de servicio, equipos de apoyo, equipos técnicos, equipos directivos, equipos supervisivos, entre otros.

Estudiantes de Educación Superior No Universitaria y Universitaria de carreras relacionadas con ámbitos de alto riesgo de ocurrencia de incidentes críticos que deseen complementar su formación académica en Primeros Auxilios Psicológicos

MODALIDAD DEL TRABAJO

La Diplomatura se realizará bajo la modalidad Híbrida (presencial y digital).

- Presencial Híbrido: Encuentros bimestrales obligatorios híbridos con opción a concurrencia a la Fac. de Cs. Médicas (FaCiMed). Modalidad taller resolución de casos, *role-playing*, dinámicas de grupo que incluyen técnicas de dramatización y simulación.
- Virtual (sincrónica y asincrónicas) a través del Campus Virtual de la FaCiMed organizado como aula virtual tipo Moodle. Se desarrollarán asincrónicamente las actividades, foros y repositorios.
- Prácticas externas supervisadas: Serán obligatorias con opción a concurrencia. Consistirán en Observación en espacios institucionales como ONGs, hospitales, defensa civil para quienes opten por concurrir y, Entrevista virtual sincrónica con referentes de instituciones.

Esta Diplomatura de Extensión consta de 135 horas y 9 módulos con el 60% de componentes exclusivamente digital y 40% de componentes híbridos con opción a concurrencia. Cada módulo a desarrollar en 1 mes.

- Cada módulo incluirá:

Encuentros asincrónicos: 2 (dos) por módulo. Constará de material teórico y material bibliográfico. Propondrá actividades disparadoras para el intercambio. Se subirá al campus una semana previa al encuentro sincrónico. Foros de debate a través de la plataforma.

Encuentro sincrónico exclusivamente digital: 1 (uno) por módulo con modalidad Taller digital. Se socializará la actividad propuesta en la clase asincrónica y se despejarán dudas respecto al marco teórico y bibliográfico. Actividades de interacción grupal. Trabajo en equipo.

- Cada Encuentro híbrido con opción a concurrencia incluirá:

5 (cinco) actividades sincrónicas con estrategias de enseñanza de Taller desarrollados los días sábados en la FaCiMed en donde la concurrencia será optativa. Se transmitirá digitalmente por plataforma zoom todo lo que se desarrolle en la sede.

1 (una) actividad de Presentación de los Trabajos Integradores como evaluación final y cierre de la cursada de la Diplomatura.

- Cada Prácticas externa supervisada consistirá en:

Opción presencial con concurrencia a campo: 1 (una) Observación en campo de instituciones ligadas a la atención de contingencias sociosanitarias.

Opción presencial digital: 1 (una) Entrevista con referentes de instituciones ligadas a la atención de contingencias sociosanitarias.

El Aula Virtual del Campus tipo *Moodle* y las Salas de videoconferencias tipo *Zoom* serán provistos de la FaCiMed. Los encuentros sincrónicos quedarán grabados y disponibles en el campus virtual.

CONTENIDOS

MÓDULO 1. Fundamentos en Psicología de Emergencias.

Definición y marco general de la Psicología de Emergencias. Diferencias entre crisis emocional y psicológica. Estrés agudo vs. estrés postraumático. Introducción a la alfabetización emocional.

MÓDULO II. Primeros Auxilios Psicológicos y Ética.

Definición, fases e importancia de los PAP. Principios éticos y deontológicos. Aspectos legales: documentación, consentimiento, privacidad de datos.

MÓDULO III. Comunicación y Percepción en Crisis.

Escucha activa, comunicación verbal y no verbal. Técnicas de De-escalación Verbal. Percepción como herramienta de intervención.

MÓDULO IV. Evaluación e Intervención Inmediata.

Identificación de síntomas agudos. Evaluación de situaciones y protocolos de respuesta. Técnicas de estabilización emocional y *grounding*.

MÓDULO V. Contención según la población y contexto.

Niños/as, adolescentes, personas mayores, personas con discapacidad. Enfoques interculturales. Redes de contención formal e informal.

MÓDULO VI . Estrés y Trauma.

Manejo de estrés agudo. Técnicas de relajación y respiración. *Coping* adaptativo e intervención en trauma.

MÓDULO VII. Intervenciones específicas.

Accidentes, violencia doméstica, catástrofes, suicidio. Postvención. Abordaje práctico y ético.

MÓDULO VIII. Autocuidado Profesional.

Prevención del Síndrome de *Burnout*. Contención entre pares. Registro emocional y autorreflexión. Auto-cura para los profesionales o personales que llevan adelante PAP: Técnicas y gestión de estrés, prevención de Síndrome de *Burnout*, auto-reflexión, contención entre pares. Adquirir herramientas ante la impregnación emocional que resulta del trabajo desarrollado.

MÓDULO IX. Prácticas Externas Supervisadas.

Observación en instituciones de salud, seguridad, educación o acción humanitaria. Informe reflexivo final con pautas de evaluación. Pautas y acompañamiento para el trabajo final.

CRONOGRAMA

Módulo Mes	Horas totales Extensionista	Modalidad Horas totales
I 1° mes	15	1 Encuentro Híbrido (7 hs.) 2 Actividades Digitales Asincrónicas (6 hs.) 1 Encuentro Digital Sincrónico (2 hs.)
II 2° mes	15	2 Actividades Digitales Asincrónicas (11) 2 Encuentro Digital Sincrónico (4)
III 3° mes	15	1 Encuentro Híbrido (7) 2 Actividades Digitales Asincrónicas (6) 1 Encuentro Digital Sincrónico (2)
IV 4° mes	15	1 Encuentro Híbrido con Casos Simulados (7) 2 Actividades Digitales Asincrónicas (6) 1 Encuentro Digital Sincrónico (2)
V 5° mes	15	2 Actividades Digitales Asincrónicas (11) 2 Encuentro Digital Sincrónico (4)
VI 6° mes	15	1 Encuentro Híbrido con ejercitaciones de técnicas (7) 2 Actividades Digitales Asincrónicas (6) 1 Encuentro Digital Sincrónico (2)
VII 7° mes	15	2 Actividades Digitales Asincrónicas con discusión de Casos Clínicos (11) 2 Encuentro Digital Sincrónico (4)
VIII 8° mes	15	1 Encuentro Híbrido vivencial (7) 2 Actividades Digitales Asincrónicas (6) 1 Encuentro Digital Sincrónico (2)
IX 9° mes	15	1 Encuentro Híbrido Presentación de Trabajos Integradores (7) Prácticas Externas Supervisadas (8)
Total	135	

EVALUACIÓN

Evaluación Inicial, Formativa y Sumativa: Se aprueba con el cumplimiento del 80% de la asistencia a las actividades del Curso y aprobación de las evaluaciones propuestas en cada módulo.

Deberá además presentar un trabajo final individual basado en el propio relato de la experiencia teórica y práctica.

FINANCIAMIENTO

La diplomatura se autofinanciará con el aporte de cada extensionista que consistirá en el pago de matrícula y cuotas.

Tomando de referencia la matrícula inicial de aportantes, se otorgará el 10% de becas al 100% para estudiantes UNCo.

ANEXO

BIBLIOGRAFÍA DE LA DIPLOMATURA

- Burgos, Cristina et al. (2022). Guía de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) a personas en situación de movilidad humana. Programa Integra. PNUD. https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-01/Guia%20de%20Primeros%20Auxilios%20Psicol%C3%B3gicos_Integra.pdf
- Snider, Leslie (2012). Primera Ayuda Psicológica. Manual del Facilitador para orientación de trabajadores sobre el terreno. Organización Mundial de la Salud, War Trauma Foundation y Vision Mundial Internacional. <https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2016/Primera-Ayuda-Psicologica-Guia-para-facilitadores.pdf>
- Hernandez Marin, Irma & Gutiérrez López, Lorena (2014). Manual básico de Primeros Auxilios Psicológicos. Universidad de Guadalajara. https://psicologosemergenciasbalears.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/08/manual-primeros-auxilios-psicolc3b3gicos_2014.pdf
- Nathaly, R. et al. (2023). Enseñanza y formación de primeros auxilios psicológicos a profesionales de la salud. Su importancia en contexto de Covid 19. Acta Med. Colomb. vol.47 no.3.