

## SYLLABUS

### I. INFORMACIÓN GENERAL

<b>Nombre del curso</b>	<b>Primeros auxilios psicológicos e intervención en crisis</b>
<b>Horas académicas</b>	30 hrs.
<b>Sede</b>	Oficina de capacitación CEDRO
<b>Fechas:</b>	Duración 9 sesiones
<b>(las fechas estarán en función de la programación del inicio indicada por la Institución)</b>	Cinco semanas, dos clases por semana
<b>Horario:</b>	A proponer dos días De 18.30 horas a 21.30 horas

### II. SUMILLA

El curso de Primeros Auxilios Psicológicos dirigido a profesiones y técnicos de la salud, y especialidades afines, ofrece una instrucción elemental para brindar apoyo inmediato y efectivo a personas que han enfrentado eventos traumáticos o crisis emocionales. A lo largo del programa, los y las participantes aprenderán una sólida comprensión de los fundamentos y principios básicos de la intervención en crisis, centrándose en la detección temprana y el manejo a nivel básico. Se abordarán de manera específica temas clave, como el manejo del estrés, estrés post traumático, la ansiedad, la depresión, la escucha activa, la empatía, así como urgencias y emergencias psiquiátricas, junto con estrategias para la resiliencia.

### III. OBJETIVO

Capacitar a los/as participantes en la aplicación práctica de técnicas de primeros auxilios psicológicos para ofrecer apoyo inmediato y efectivo en situaciones de crisis emocional o eventos traumáticos. El curso proporcionará a los/as estudiantes habilidades clave, como manejo del estrés, escucha activa y la promoción de conductas resilientes, con el fin de contribuir al bienestar emocional de las personas en momentos críticos.

### IV. COMPETENCIAS

Desarrollar habilidades para intervenir de manera inmediata en crisis psicológicas, aplicando técnicas efectivas de manejo del estrés, ansiedad, depresión y promoviendo la resiliencia.

Mejorar la escucha activa y la empatía, comunicándose de manera efectiva con sensibilidad cultural y ética. Colaborar en equipos multidisciplinares y aplicar estos conocimientos en situaciones simuladas y reales para brindar un apoyo integral.

#### **V. PÚBLICO OBJETIVO**

El curso está dirigido a profesionales y técnicos de la salud y de otras disciplinas, incluyendo trabajadores sociales, personal de emergencia, voluntarios y otros actores sociales. Este enfoque inclusivo garantizará una formación integral y una red de apoyo diverso, permitiendo a los/as participantes de distintas áreas contribuir de manera efectiva en situaciones de crisis emocional.

#### **VI. VALOR CURRICULAR:**

<b>ÍTEM</b>	<b>VALOR</b>
Total de horas académicas	30 horas
Evaluación final	2 horas
Modalidad	Virtual ó Presencial
Aproximación teórico práctico	Psicológico clínico, social y comunitario Médico psiquiátrico

#### **VII. NÚMERO DE VACANTES**

35 participantes como máximo.

#### **VIII. PRE REQUISITOS Y PERFIL DEL PARTICIPANTE**

El curso de primeros auxilios psicológicos está diseñado para ser accesible y beneficioso para una amplia variedad de participantes, con especial preferencia para profesionales como psicólogos, médicos, enfermeras/os, técnicos/as en salud, docentes y tutores.

Los participantes deben mostrar:

- ✓ Interés en la salud mental
- ✓ Disposición para aprender
- ✓ Respeto por la diversidad
- ✓ Comprensión de la confidencialidad

## **IX. MÉTODO DE ENSEÑANZA**

### **1. Clases teóricas**

Presentaciones interactivas

Discusiones en grupo

### **2. Recursos del aprendizaje**

Las clases se desarrollan con docentes especializados en salud mental. El Plan de aprendizaje teórico, contenido teórico, sesiones y evaluaciones están diseñadas bajo la mirada de un proceso receptivo y experiencial en las áreas de psicología clínica y social comunitaria y psiquiatría.

### **3. Estudios de casos y simulaciones**

Escenarios prácticos para aplicar los conocimientos adquiridos

Análisis de casos reales

### **4. Prácticas y role playing**

Ejercicios prácticos para mejorar habilidades de comunicación

Simulación de situaciones de crisis

### **5. Recursos audiovisuales**

Utilización de videos, testimonios y material multimedia para ilustrar conceptos

### **6. Modalidad**

Semipresencial

## **X. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS**

### **PROGRAMA:**

- 5 semanas, de 2 sesiones por semana
- Sesiones de 2 horas y 30 minutos.
- Exámenes y cierre 2.00 hrs.

TEMAS	CONTENIDO	ACTIVIDAD	HORAS
<b>SEMANA 1</b>  <b>Introducción al curso.</b>  <b>Fundamentos de Primeros auxilios psicológicos (PAP) e intervención en crisis.</b>	Definición de primeros auxilios psicológicos.  Reconocimiento de signos y síntomas de estrés y trauma.  Estrategias de intervención inmediata.  Manejo de crisis	Los/as alumnos/as se dividirán en grupos y participarán en simulaciones de situaciones de crisis. Cada grupo tendrá la oportunidad de aplicar los principios aprendidos, practicar habilidades de toma de decisiones rápidas para proporcionar primeros auxilios psicológicos. Posteriormente se hará un análisis grupal para revisar y reflexionar grupalmente.	2.5
	Lectura de casos - ASICNRONO	Revisar en la plataforma virtual de aprendizaje las lecturas recomendadas elaborando una hoja resumen.	2
<b>SEMANA 1</b>  <b>Trauma</b>  <b>PAP y manejo del trauma y estrés post traumático.</b>	Introducción.  Ciclo del trauma.  Estrés post traumático, signos y síntomas.  Diferencia entre estrés agudo y estrés crónico.  Enfoques de intervención.	Los/as participantes analizarán un caso ficticio que involucra una persona que ha experimentado un evento traumático y desarrollado síntomas de estrés post traumático. Cada grupo presentará un análisis identificando los elementos del trauma y proponiendo enfoques de intervención, posteriormente se llevará a cabo una discusión grupal para compartir ideas, perspectivas y enfoques.	2.5
<b>SEMANA 2</b>  <b>Duelo.</b>  <b>Tipos de duelo</b>  <b>El proceso de duelo.</b>	Definición de duelo.  Tipos de duelo.  El proceso de duelo.  Complicaciones en el duelo.  Apoyo y acompañamiento	Los/as alumnos/as se dividirán en grupos pequeños para discutir casos de duelo proporcionados o para compartir experiencias personales relacionados con la pérdida.  Cada grupo identificará las fases del proceso de duelo presentes y propondrá estrategias de apoyo específicas para cada situación. Luego se hará una sesión plenaria, fomentando la empatía y la comprensión colectiva del duelo y sus complejidades.	2.5

	Lectura de casos	Revisar en la plataforma virtual de aprendizaje las lecturas recomendadas elaborando una hoja resumen.	2
<b>SEMANA 2</b> <u>CLASE PRESENCIAL</u> Apoyo y soporte psicológico del duelo. Estrategias terapéuticas. <<EXAMEN PARCIAL>>	Rol del apoyo psicológico en el duelo. Estrategias terapéuticas para el duelo. Promoción de la resiliencia. Apoyo grupal.	Los/as alumnos/as, divididos en parejas o pequeños grupos, realizarán simulaciones de sesiones terapéuticas focalizadas en el duelo. Cada participante asumirá alternativamente el papel de terapeuta y el de la persona en duelo. El ejercicio estará focalizado en la aplicación de estrategias terapéuticas aprendidas durante la clase. Luego se llevará a cabo un espacio de retroalimentación y discusión.	2.5
<b>SEMANA 3</b> Estrés y ansiedad Aspectos psicológicos e intervención.	Conceptualización de estrés, ansiedad y depresión, definiciones y diferenciación. Efectos en la salud mental. Factores causales y desencadenantes. Evaluación de niveles de gravedad Intervención psicológica	Los/as participantes se dividirán en grupos para diseñar y llevar a cabo un taller práctico sobre intervenciones para el manejo del estrés, la ansiedad y la depresión. Cada grupo abordará una de las tres condiciones y desarrollará actividades prácticas, ejercicios o técnicas que pueden ser utilizados en situaciones del mundo real. Al final, se facilitará una discusión grupal para compartir experiencias, aprender de las distintas aproximaciones y reflexionar sobre la efectividad de las intervenciones propuestas.	2.5
<b>SEMANA 3</b> <u>INTERVENCIÓN MÉDICA I</u> Emergencias psiquiátricas y manejo de crisis en trastorno de estrés, ansiedad y ataque de pánico.	Intervención médico psiquiátrico: Comorbilidad psiquiátrica. Emergencias psiquiátricas. Manejo de síntomas específicos en trastornos de ansiedad,	Los/as participantes desarrollarán ejercicios prácticos de simulación donde enfrentarán escenarios de crisis de los principales trastornos emocionales. Cada participante tendrá la oportunidad de aplicar las técnicas de intervención aprendidas, realizar evaluaciones rápidas y tomar decisiones en tiempo real. Luego de cada simulación, se llevará se hará un espacio para la retroalimentación grupal, buscando mejorar las habilidades de intervención.	2.5

	estrés post traumático y depresión.		
	Lectura de casos	Revisar en la plataforma virtual de aprendizaje las lecturas recomendadas elaborando una hoja resumen.	2
<b>SEMANA 4</b> <b><u>INTERVENCIÓN MÉDICA II</u></b> <b>Estrés post traumático y depresión mayor.</b> <b>Intervención en los trastornos psiquiátricos graves</b>	Definición y características del estrés post traumático y depresión mayor.  Factores de riesgo y vulnerabilidad.  Tipos de eventos traumáticos, efectos a corto y largo plazo.  Evaluación, diagnóstico e intervención.	Estudio de caso y análisis de protocolo de intervención y tratamiento. Los/as participantes trabajarán en grupos pequeños para analizar casos de personas que han experimentado eventos traumáticos. Cada grupo examinará el proceso de evaluación, diagnóstico y aplicación de intervenciones terapéuticas. Posteriormente se llevará a cabo una discusión grupal para consolidar aprendizajes, explorar diversas perspectivas y abordar preguntas sobre el manejo específico del estrés post traumático.	2.5
<b>SEMANA 4</b> <b>Resumen del curso</b>	En la última sesión, consolidaremos los conocimientos adquiridos y reflexionaremos sobre las habilidades desarrolladas a lo largo del curso. Se revisarán los conceptos claves, las prácticas efectivas, y las herramientas básicas de intervención.	En la última sesión no solo se hará un repaso integral del curso, sino también será un espacio para reconocer los logros individuales y de los grupos de trabajo en el dominio de las habilidades de los primeros auxilios psicológicos	2.5
	Resolución de casos	Revisar en la plataforma virtual de aprendizaje los casos que los docentes recomiendan para resolver previos al examen final.	2
<b>SESIÓN PRESENCIAL</b>	<b>Examen final</b>  <b>Cierre</b>		2.5

#### XI.- CERTIFICACIÓN

Al concluir satisfactoriamente el curso, el alumno o alumna recibirá una certificación a nombre de CEDRO y de la Universidad aliada.