



CRUZ ROJA SALVADOREÑA



**APOYO
PSICOSOCIAL EN
EMERGENCIAS
MANUAL DEL PARTICIPANTE**

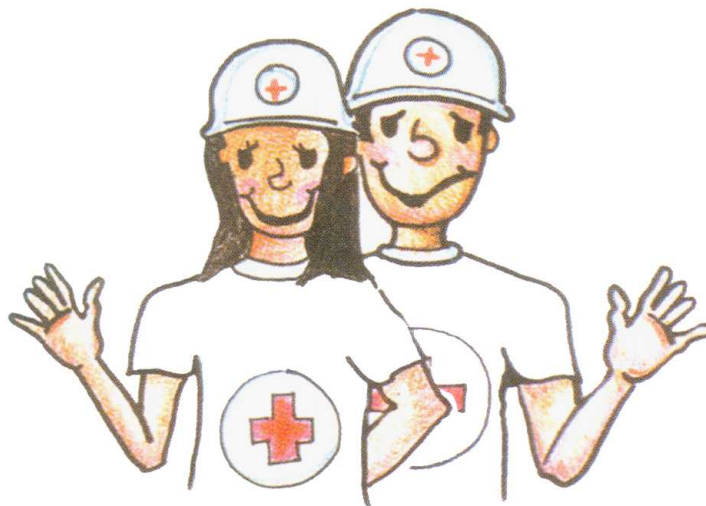


**American
Red Cross**

IRG
INTERNATIONAL
RESOURCES
GROUP LTD



¡HOLA!



¡Somos tus amigos de la Cruz Roja!

Queremos presentarte el Manual del Participante para desarrollar la capacitación en "Apoyo Psicosocial en Emergencias".

PRODUCCION
PROYECTO DE MITIGACIÓN MUNICIPAL
PARA DESASTRES EL SALVADOR.

JEFE DE DELEGACION:
CRISTHOPHER LANDRY

COMITE OPERATIVO
LIDER DEL PROYECTO: MICHAEL CURRY
CRUZ ROJA AMERICANA
DIRECTOR NACIONAL DE SOCORRO: MIGUEL VEGA
CRUZ ROJA SALVADOREÑA
DIRECTORA NACIONAL DE JUVENTUD: MARISABEL COLORADO
CRUZ ROJA SALVADOREÑA

COORDINADORES
ALERTA TEMPRANA: CRISTO GARAY, CRS
MITIGACION ESCOLAR: EDGARDO BARAHONA, CRS
MITIGACION MUNICIPAL: ROMEO BERNAL, IRG
PROYECTOS DE MITIGACION: FREDDY ROSARIO, CRA

FORMULACION Y REDACCION TECNICA DEL MANUAL
MERCY ASUNCION VIERA PINEDA
CRUZ ROJA AMERICANA

REVISIÓN Y AMPLIACIÓN:
CARLOS LINNEO SILIÉZER.
CRUZ ROJA AMERICANA

DIAGRAMACION E IMPRESIÓN
PROCESOS GRÁFICOS
19 Av. Sur No. 939, San Salvador
Telefax: 221-1970

SEGUNDA EDICION:
Noviembre de 2003

TIRAJE: 600 ejemplares

FINANCIAMIENTO:
USAID / ES

Se permite la reproducción parcial y/o total de este documento,
para fines educativos, siempre que se citen las fuentes y los autores
del Mismo.

Indice

Capítulo I

Introducción al tema de salud mental en desastres.

1. Qué es salud mental?	9
2. Qué es salud mental en desastres?	10
3. Salud mental en emergencias.	11
4. Entendiendo nuestras relaciones psicosociales en un desastre.	12

Capítulo II

Guía de trabajo.

1. Qué es la brigada de apoyo emocional?	15
2. Conductas sociales positivas: solidaridad y cooperación.	16
3. Grupos de soporte.	18
4. Elementos básicos para el desarrollo de una sesión.	20
5. Talleres de libre expresión.	21
6. Otras técnicas a usar.	22

Capítulo III

Actividades de atención y prevención en apoyo psicosocial.

1. Terminología ocupada en aspectos psicosociales.	24
2. Habilidades y destrezas no verbales y mínimamente verbales.	27
3. Técnicas de autocontrol.	27
4. Técnicas de respiración.	28
5. Técnicas de relajación.	28

Capítulo IV

Primeros auxilios psicológicos.

1. Definición de Primeros Auxilios Psicológicos.	29
2. Fases de una crisis.	31
3. Que podemos hacer para asistir a alguien en situaciones de crisis.	31
4. Reacciones comunes ante situaciones de crisis.	31
5. Objetivos de la Primera Ayuda Psicológica.	33
6. Técnicas comunes utilizadas en la Primera Ayuda Psicológica.	36
7. La habilidad más importante en la aplicación de la Primera Ayuda.	37

Capítulo V

Pérdida y notificación de muerte.

1. Pérdida.	39
2. Muerte y Morir.	41
3. Notificación de Muerte.	43
4 La red social.	44

Capítulo VI

El autocuidado de los equipos de trabajo en emergencias.

1. Conductas positivas ante el estrés.	46
2. Conductas negativas ante el estrés.	47
3. Efectos de la fatiga.	47
4. Desorden por Estrés Post-Traumático.	47
5. Cómo detectar que un miembro de la institución necesita ayuda.	48
6. Desactivación como ayuda al personal de emergencias.	48
7. La desmovilización.	50
8. Medidas preventivas a fortalecer y medidas preventivas individuales.	51

Bibliografía

Anexos

1. Evaluación de entrada y salida.	57
2. Técnicas de Relajación instantanea.	61
3. Técnicas de Relajación Dinámica.	63
4. Técnicas de Respiración Energética.	64
5. Técnicas de Respiración Diafragmática	65
6. Técnicas de Relajación Profunda	66