



# Primeros Auxilios Psicológicos y resiliencia en tiempos de crisis (2ª ed)



Adquirir nociones básicas sobre cómo, dónde y cuándo aplicar los PAP.

**28.Ago - 30.Ago 2023**

**Cód. P04-23**

**Mod.:**

Online en directo

**Edición**

2023

**Tipo de actividad**

Curso de Verano

**Fecha**

28.Ago - 30.Ago 2023

**Ubicación**

Online en directo (ZOOM)

**Idiomas**

Español

**Validez académica**

30 horas

**DIRECCIÓN**

**Alicia Alvarez**, Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona

# Comité Organizador



## Descripción

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) son un conjunto de técnicas basadas en evidencias científicas, destinadas a reforzar la resiliencia de las personas, los equipos y las comunidades. Sus objetivos consisten en reducir los síntomas del estrés y contribuir a la recuperación saludable después de un evento traumático, como pueden ser un desastre natural, una emergencia de salud pública o incluso una crisis personal. El impacto emocional de este tipo de situaciones no siempre es tan visible como el de las heridas físicas, pero puede ser incluso más doloroso e inhabilitante que éstas. La resiliencia, a su vez, es la capacidad de las personas y de las comunidades para recuperarse de una situación potencialmente traumática ampliando los recursos para el afrontamiento, generando un aprendizaje que refuerce la propia identidad y capacidad de reacción y sin la presencia de secuelas o de cronificación del malestar. Ambos conceptos no son nuevos, pero hasta ahora se habían mantenido dentro del ámbito de conocimiento específico de la psicología. Sin embargo, la crisis sanitaria, económica y social asociada a la pandemia por Covid19 ha colocado las habilidades para la gestión emocional y el afrontamiento de situaciones complicadas en el foco de muchas publicaciones. Por un lado, esta divulgación está ayudando mucho a sensibilizar sobre la importancia de una buena salud mental, abriendo espacios para las actividades de autoconocimiento y cuidado emocional. Pero, por otro, no toda la información que se ha compartido en los últimos tiempos posee la concreción y el rigor suficientes para resultar realmente de utilidad a las personas.

Este Curso de Verano se ha diseñado para personas con conocimientos básicos de psicología, medicina, enfermería o salud pública. Busca ofrecer una visión amplia, basada en la evidencia, sobre cómo podemos ayudarnos a nosotros/as mismo/as, a nuestro/as seres querido/as y a las personas con las que trabajamos a afrontar mejor cualquier evento crítico que debamos afrontar durante nuestra vida personal y profesional. El Curso de Verano ofrece una visión práctica sobre qué hacer y no hacer en este tipo de situaciones y sobre los factores de riesgo y los factores protectores que intervienen en ellas. Por último, también sensibilizar sobre las actividades de auto-cuidado, tanto las necesarias en el plano personal como las que se requieren en el ámbito profesional.

## Objetivos

Reconocer las características del impacto de los eventos críticos sobre las personas, las familias, los equipos y las comunidades.

Adquirir nociones básicas sobre cómo, dónde y cuándo aplicar los Primeros Auxilios Psicológicos.

Comprender la forma en que los Primeros Auxilios Psicológicos potencian la resiliencia de las posibles personas afectadas.

Incorporar las prácticas de auto-cuidado de las personas intervinientes como una parte esencial del afrontamiento de las crisis.

## Organiza



## Colabora



OSASUN SAILA  
DEPARTAMENTO DE SALUD



# Programa

## 28-08-2023

09:00 - 09:15	Registro
09:15 - 09:25	Presentación por parte de la Dirección de la actividad <b>Alicia Alvarez</b>   UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
09:25 - 10:30	“¿Qué convierte una situación en evento crítico para las personas, las familias, los equipos y las comunidades?” <b>Alicia Alvarez</b>   UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
10:30 - 11:30	“Afrontamiento funcional frente a patrones de respuesta disfuncionales ante los eventos críticos” <b>Ingeborg Porcar Becker</b>   UTCCB - Directora Técnica
11:30 - 12:00	Pausa
12:00 - 13:00	“Objetivos y alcance de los Primeros Auxilios Psicológicos” <b>Alicia Alvarez</b>   UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
13:00 - 13:45	“Condiciones de aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos” <b>Ingeborg Porcar Becker</b>   UTCCB - Directora técnica
13:45 - 14:00	Síntesis

## 29-08-2023

09:15 - 09:45	Repaso de conceptos más importantes tratados el día anterior y resolución de dudas
09:45 - 10:45	“Factores protectores y de riesgo ante los eventos críticos” <b>Ingeborg Porcar Becker</b>   UTCCB - Directora técnica
10:45 - 11:30	“La resiliencia - ¿qué es y de qué depende?” <b>Ingeborg Porcar Becker</b>   UTCCB - Directora técnica
11:30 - 12:00	Pausa
12:00 - 13:00	“Factores potenciadores de la resiliencia individual y colectiva” <b>Alicia Alvarez</b>   UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación
13:00 - 13:45	“Los Primeros Auxilios Psicológicos como potenciadores de la resiliencia” <b>Alicia Alvarez</b>   UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

13:45 - 14:00 Síntesis

---

### **30-08-2023**

09:30 - 09:45 Repaso de conceptos más importantes tratados el día anterior y resolución de dudas

---

09:45 - 10:45 “El seguimiento preventivo como abordaje individual de las crisis”

**Ingeborg Porcar Becker** | UTCCB - Directora técnica

---

10:45 - 11:30 “El seguimiento preventivo como abordaje comunitario de las crisis”

**Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

---

11:30 - 12:00 Pausa

---

12:00 - 13:45 Exposición de los mini retos elaborados durante el curso

---

13:45 - 14:00 Cierre

**Alicia Alvarez** | UTCCB - Directora Asistencial y de Investigación

---

## **Dirigido por:**



### **Alicia Alvarez**

Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona

---

Doctora en Psicologia clínica y especializada en emergencias, catástrofes y urgencias, así como en TEPT y trauma. Cuenta con 11 años de experiencia tanto en la práctica clínica como en la gestión de respuestas a crisis. Actualmente es la directora asistencial y de investigación de la UTCCB de la UAB y compagina este cargo con su labor como profesora en diferentes universidades como la Universitat de Barcelona, la Universitat Politècnica de Barcelona, la Universitat Oberta de Catalunya y la Harvard Medical School de Boston.

## Profesorado



### **Ingeborg Porcar Becker**

UTCCB- Universidad Autónoma de Barcelona, Directora técnica

---

Doctora en psicología de las organizaciones, acreditada en Psicología Clínica y Gestión de Crisis, Profesora Asociada de la UAB, Fundadora y Directora de la UTCCB, Centro de Trauma, Crisis y Conflictos de la Facultad de Psicología de la UAB.

# Precios matrícula

ONLINE EN DIRECTO	HASTA 31-05-2023	HASTA 28-07-2023	HASTA 28-08-2023
<a href="#">Tarifa joven</a>	25,00 EUR	-	81,00 EUR
<a href="#">Colegio Oficial de Psicólogos de Gipuzkoa / Bizkaia / Alava</a>	-	98,00 EUR	-
General	-	-	116,00 EUR
<a href="#">Matrícula reducida general</a>	-	-	98,00 EUR
<a href="#">Exención de matrícula</a>	-	-	81,00 EUR
<a href="#">Cursos para Tod@s</a>	-	-	98,00 EUR

## **Lugar**

### **Online en directo (ZOOM)**

Online en directo (ZOOM)