

PROTOCOLO DE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

Institución: CORPORACIÓN COLSUBSIDIO EDUCACIÓN TECNOLÓGICA

Fecha de actualización: 25-02-2025

Responsable: SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SAUD EN EL TRABAJO-PV-TACTICA

1. OBJETIVO

Brindar una respuesta inmediata y efectiva ante situaciones de crisis psicológica o emocional dentro de la CET, proporcionando apoyo inicial y canalización a servicios especializados cuando sea necesario.

2. ALCANCE

Aplica a toda la comunidad educativa: estudiantes, docentes, personal administrativo y visitantes en todas las sedes de operación de Colsubsidio Educación Tecnológica

3. DEFINICIÓN

Los **Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)** son intervenciones inmediatas y breves para ayudar a una persona que experimenta una crisis emocional o psicológica, con el fin de reducir el impacto del evento y facilitar la recuperación.

4. PASOS DEL PROTOCOLO

FASE 1: DETECCIÓN Y EVALUACIÓN INICIAL

◆ Identificar signos de crisis psicológica:

- Llanto incontrolable
- Ansiedad intensa o ataques de pánico
- Desorientación o confusión
- Expresiones de desesperanza, ideas suicidas o autolesiones
- Estado de shock o bloqueo emocional

◆ Acercarse con empatía y tranquilidad, sin forzar la conversación.

FASE 2: ESTABILIZACIÓN Y CONTENCIÓN

◆ Ubicar a la persona en un lugar seguro y tranquilo.

◆ Aplicar la técnica de "ESCÚCHALE":

- Establecer contacto visual y hablar con voz calmada.

- Ser empático/a y no juzgar.
- Confirmar que la persona es escuchada.
- Usar preguntas abiertas para facilitar la expresión de emociones.
- Crear un ambiente de confianza y seguridad.
- Hacerle sentir acompañado/a.
- Animarle a respirar profundamente para regular su estado emocional.
- Limitar la exposición a factores de estrés.
- Evitar minimizar su experiencia o dar soluciones apresuradas.

FASE 3: CANALIZACIÓN Y SEGUIMIENTO

- ◆ Si la crisis es leve, sugerir apoyo en el servicio de orientación psicológica de la institución. , Celular: 3226858189
- ◆ Si hay riesgo de autolesión o conducta suicida, contactar de inmediato al equipo de salud mental y familiares.
- ◆ Si es necesario, activar la red de emergencias psicológicas (hospital, línea de ayuda, EPS).
- ◆ Hacer seguimiento del caso para garantizar el bienestar de la persona.

5. EQUIPO RESPONSABLE

Áreas involucradas:

- Bienestar universitario / Psicología
bienestar.institucional@cetcolsubsidio.edu.co, Celular: 3226858189
- Seguridad y salud en el trabajo
Seguridadysaludeneltrabajo@cetcolsubsidio.edu.co , Celular: 3214411770
- Coordinación académica coord..proyectedevida@cetcolsubsidio.edu.co

 Línea Púrpura 01 8000 112 137

Canales de contacto en caso de emergencia:

 Teléfono de emergencias: 018000112137.

[WhatsApp 3007548933](https://www.whatsapp.com/chat?phone=3007548933)

✉ Correo de bienestar: bienestar.institucional@cetcolsubsdio.edu.co

☎ Línea de ayuda psicológica externa: 106, escucha y atención psicosocial

✉ Linea106@saludcapital.gov.co

Este protocolo permite responder de manera rápida y organizada a situaciones de crisis emocional dentro de la Corporación, promoviendo el bienestar y la salud mental de la comunidad educativa.