



COMISIÓN DE
**DERECHOS
HUMANOS**
DEL ESTADO DE MÉXICO



Aviso de privacidad

La Comisión de Derechos Humanos del Estado de México, comprometida con la protección de datos personales, prohíbe la distribución de información que se pudiera generar o recabar en esta sesión sin previo aviso a los titulares de los datos personales presentes en la misma.

Esta actividad es susceptible a ser videograbada únicamente para fines educativos y estadísticos; parte del material podrá ser utilizado para su publicación en las páginas oficiales de este Organismo Público Autónomo.

Puede consultar nuestro aviso de privacidad integral en el siguiente link: <https://www.codhem.org.mx/avisos-de-privacidad/>

La Subdirección de Capacitación y Atención Institucional, elaboró esta presentación con base en diferentes fuentes bibliohemerográficas; para mayor información contactar al correo de capacitacion@codhem.org.mx

Toluca, Estado de México

Taller: Primeros auxilios psicológicos en el servicio público



Índice

- Introducción
- Derechos de las víctimas
- ¿Qué son los primeros auxilios psicológicos?
- Aplicación de los primeros auxilios psicológicos
- Conclusiones



Objetivo General:

Mejorar la calidad de la intervención psicológica a víctimas del delito o a personas que hayan sufrido un evento que genere una afectación, a través de la impartición de conocimientos y técnicas para salvaguardar los derechos humanos y la integridad.

Objetivo Específico 1:

Conocer los derechos de las víctimas del delito, a través de la legislación vigente para prevenir violaciones a sus derechos

Objetivo Específico 2:

Aplicar primeros auxilios psicológicos en la intervención a víctimas del delito o personas que hayan sufrido un evento que afecte su integridad.

Introducción

La tendencia en el incremento en los últimos años de las víctimas de trata de personas, delitos cibernéticos y desaparición, asaltos a transeúntes, a transporte público, y aquellos que se producen por el medio ambiente tales como, temblores, terremotos, tsunamis, erupciones volcánicas, entre otros, son un fenómeno preocupante que trae consigo un impacto en su salud mental e integridad personal tanto de ellas en lo individual como en sus familias.

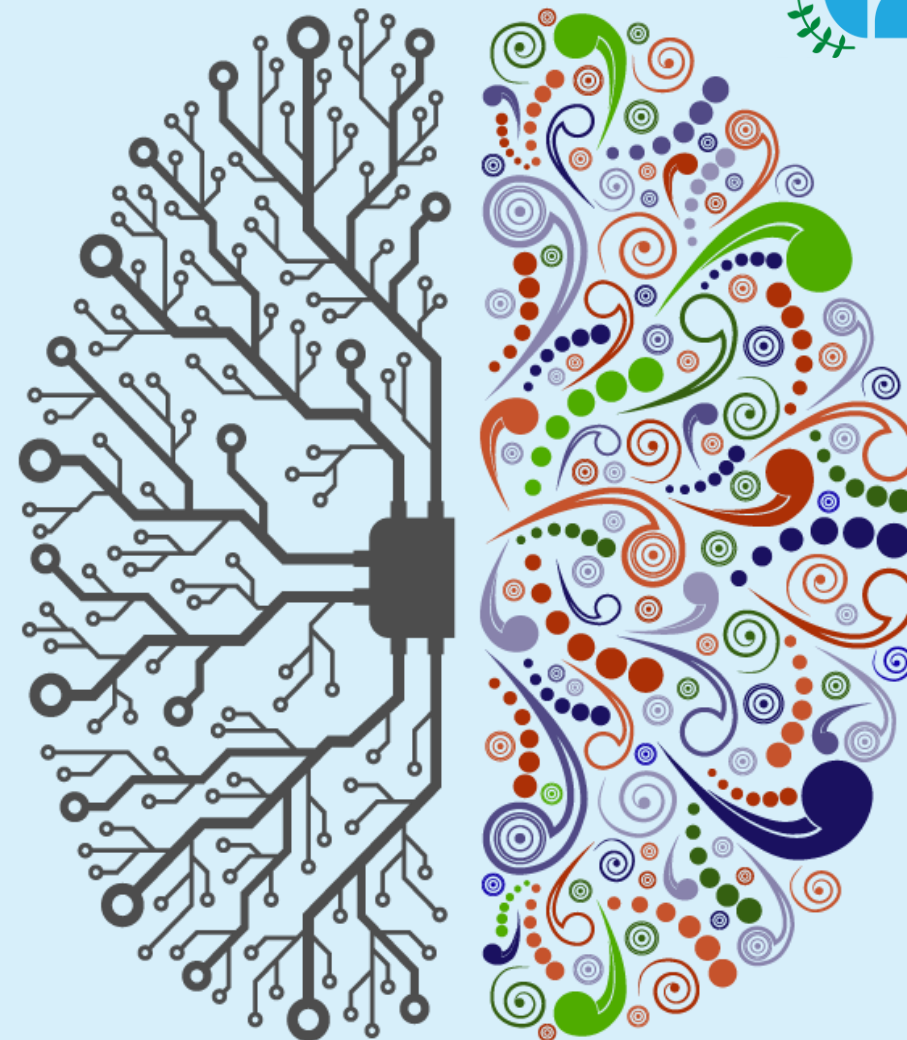




Derechos de las víctimas

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos Art. 20

El artículo 20 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos señala cuáles son los derechos humanos que tiene toda persona que se vea involucrada en un conflicto de carácter penal, bien sea que hubiera cometido un delito o haya sido víctima u ofendido de alguno.



Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Art. 20, inciso C.



Si eres víctima de algún delito, la Constitución establece a tu favor los siguientes derechos:

Que recibas asesoría jurídica y se te informe, a través del Ministerio Público, de los derechos que a tu favor establece la Constitución.

Contribuir en la investigación que realice el Ministerio Público, aportando pruebas, ya sea durante la investigación o durante el desarrollo del proceso, que la autoridad investigadora está obligada a recibir.

Desde el momento en que se comete un delito en tu contra, tienes derecho a recibir cualquier tipo de atención que sea necesaria, ya sea médica, psicológica o jurídica.



Ley General de Víctimas Art. 1

¿Estoy obligado como servidor publico a brindar atención a las víctimas del delito?

La presente Ley obliga, en sus respectivas competencias, a las autoridades de todos los ámbitos de gobierno, y de sus poderes constitucionales, así como a cualquiera de sus oficinas, dependencias, organismos o instituciones públicas o privadas que velen por la protección de las víctimas, a proporcionar ayuda, asistencia o reparación integral. Las autoridades de todos los ámbitos de gobierno deberán actuar conforme a los principios y criterios establecidos en esta Ley, así como brindar atención inmediata en especial en materias de salud, educación y asistencia social, en caso contrario quedarán sujetos a las responsabilidades administrativas, civiles o penales a que haya lugar.



Ley General de Víctimas Art. 2

Objetivos



Reconocer y garantizar los derechos de las víctimas del delito y de violaciones a derechos humanos, en especial el derecho a la asistencia, protección, atención, verdad, justicia, reparación integral, debida diligencia y todos los demás derechos consagrados en ella.

Garantizar un efectivo ejercicio del derecho de las víctimas a la justicia en estricto cumplimiento de las reglas del debido proceso.

Establecer los deberes y obligaciones específicos a cargo de las autoridades y de todo aquel que intervenga en los procedimientos relacionados con las víctimas;



Ley General de Víctimas

Capítulo II

Víctima directa es aquella persona física que haya sufrido algún daño o menoscabo económico, físico, mental, emocional, o en general cualquiera puesta en peligro o lesión a sus bienes jurídicos o derechos como consecuencia de la comisión de un delito o violaciones a sus derechos humanos.

Víctimas indirectas los familiares o aquellas personas físicas a cargo de la víctima directa que tengan una relación inmediata con ella.

Potenciales las personas físicas cuya integridad física o derechos peligren por prestar asistencia a la víctima ya sea por impedir o detener la violación de derechos o la comisión de un delito.





Ley General de Víctimas

Capítulo II

Agresor: El que acomete a otro injustamente con propósito de golpearle, herirle, matarlo.

Imputado: Es la persona que presuntamente participó en un delito y en contra de quien el Ministerio Público realiza una acusación ante el juez, por lo que tiene derecho a no ser acusada por un delito, hasta que la justicia así lo determine.

Procesado: Es aquella persona contra la que se ha dictado un auto de procesamiento, la cual se imputa formalmente a una persona determinada la comisión de uno o varios delitos, y de la que deriva la adquisición por parte del sujeto imputado de la calidad de parte y la posibilidad de ser ejercitada contra él, en su día, la acusación penal.

Sentenciado: La **sentencia** declara o reconoce el **derecho** o razón de una de las partes, obligando a la otra a pasar por tal declaración y cumplirla. En **derecho penal**, la **sentencia** absuelve o condena al acusado, imponiéndole en este último caso la pena correspondiente.

Ley General de Víctimas

Capítulo II Art. 5

PRINCIPIOS DE LOS MECANISMOS Y MEDIDAS PARA PROTEGER A LA VÍCTIMA



DIGNIDAD

La dignidad humana es un valor, principio y derecho fundamental base y condición de todos los demás. Implica la comprensión de la persona como titular y sujeto de derechos y a no ser objeto de violencia o arbitrariedades por parte del Estado o de los particulares.

BUENA FE

Las autoridades presumirán la buena fe de las víctimas. Los servidores públicos que intervengan con motivo del ejercicio de derechos de las víctimas no deberán criminalizarla o responsabilizarla por su situación de víctima y deberán brindarle los servicios de ayuda, atención y asistencia desde el momento en que lo requiera, así como respetar y permitir el ejercicio efectivo de sus derechos.

DEBIDA DILIGENCIA

El Estado deberá realizar todas las actuaciones necesarias dentro de un tiempo razonable para lograr el objeto de esta Ley, en especial la prevención, ayuda, atención, asistencia, derecho a la verdad, justicia y reparación integral a fin de que la víctima sea tratada y considerada como sujeto titular de derecho.



IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN

En el ejercicio de los derechos y garantías de las víctimas y en todos los procedimientos a los que se refiere la presente Ley, las autoridades se conducirán sin distinción, exclusión o restricción.

INTERDEPENDENCIA

Todos los derechos contemplados en esta Ley se encuentran interrelacionados entre sí. No se puede garantizar el goce y ejercicio de los mismos sin que a la vez se garantice el resto de los derechos. La violación de un derecho pondrá en riesgo el ejercicio de otros.

MÁXIMA PROTECCIÓN

Toda autoridad de los órdenes de gobierno debe velar por la aplicación más amplia de medidas de protección a la dignidad, libertad, seguridad y demás derechos de las víctimas del delito y de violaciones a los derechos humanos.

CAPÍTULO VI

DEL DERECHO A LA REPARACIÓN INTEGRAL

Art. 26



Artículo 26. Las víctimas tienen derecho a ser reparadas de manera oportuna, plena, diferenciada, transformadora, integral y efectiva por el daño que han sufrido como consecuencia del delito o hecho victimizante que las ha afectado o de las violaciones de derechos humanos que han sufrido, comprendiendo medidas de restitución, rehabilitación, compensación, satisfacción y medidas de no repetición.



CAPÍTULO VI

DEL DERECHO A LA REPARACIÓN INTEGRAL

Art. 27



La restitución busca devolver a la víctima a la situación anterior a la comisión del delito o a la violación de sus derechos humanos;

La rehabilitación busca facilitar a la víctima hacer frente a los efectos sufridos por causa del hecho punible;

La compensación ha de otorgarse a la víctima de forma apropiada y proporcional a la gravedad del hecho punible;

La satisfacción busca reconocer y restablecer la dignidad de las víctimas;

Las medidas de no repetición buscan que el hecho punible o la violación de derechos sufrida por la víctima no vuelva a ocurrir.





¿Qué son los primeros auxilios psicológicos?

Describen una respuesta humana, de apoyo a otro ser humano que está viviendo una situación de crisis y que puede necesitar ayuda.

Características de los PAP

- Brindar ayuda y apoyo de manera no invasiva
- Evaluar las necesidades y preocupaciones
- Ayudar a las personas a atender sus necesidades
- Escuchar a las personas, pero no presionarlas para que hablen
- Reconfortar a las personas y ayudarlas a sentirse con calma
- Ayudar a las personas para acceder a información, servicios y apoyos sociales
- Proteger a las personas de ulteriores peligros





Existen eventos los cuales producen desequilibrio emocional y afectaciones a nivel sensorial los cuales limitan la capacidad de resolver algún tipo de problemática. La aplicación de los PAP en estos sucesos marcan una diferencia para evitar alguna afectación en nuestra salud mental.





El ser humano es susceptible de enfrentar algún tipo de delito en el transcurso de su vida por lo cual tenemos que ser capaces de enfrentar reacciones negativas tales como estrés, estrés postraumático, ansiedad, crisis y crisis circunstancial de manera correcta para adecuado cuidado de nuestra salud mental.

Crisis

¿Qué es una crisis? Es un estado temporal de desequilibrio emocional que vive una persona como consecuencia de la exposición a una circunstancia de vida;

se caracteriza por un colapso en la capacidad para resolver problemas.





Crisis circunstancial

¿Qué es una crisis circunstancial?

Se basa en un suceso precipitante, tiene poca o ninguna relación con las características de la persona.

Características

Repentina

Por consecuencia de la naturaleza o del hombre (bombas, terremotos, epidemias).

Imprevista

Las personas no están preparadas.

Calidad de urgencia

Amenaza la calidad física y psicológica de las personas .

Impactante

Afecta a muchas personas de manera simultanea y se requiere de mucha intervención.



Los primeros auxilios psicológicos están direccionados a buscar un estado de calma para las personas que experimentan algún tipo de alteración emocional. Existen al menos 3 fases elementales para realizar de manera correcta los PAP.

¿A quién?

- A las personas afectadas por algún acontecimiento.

¿Cuándo?

- Cuando exista un acontecimiento.

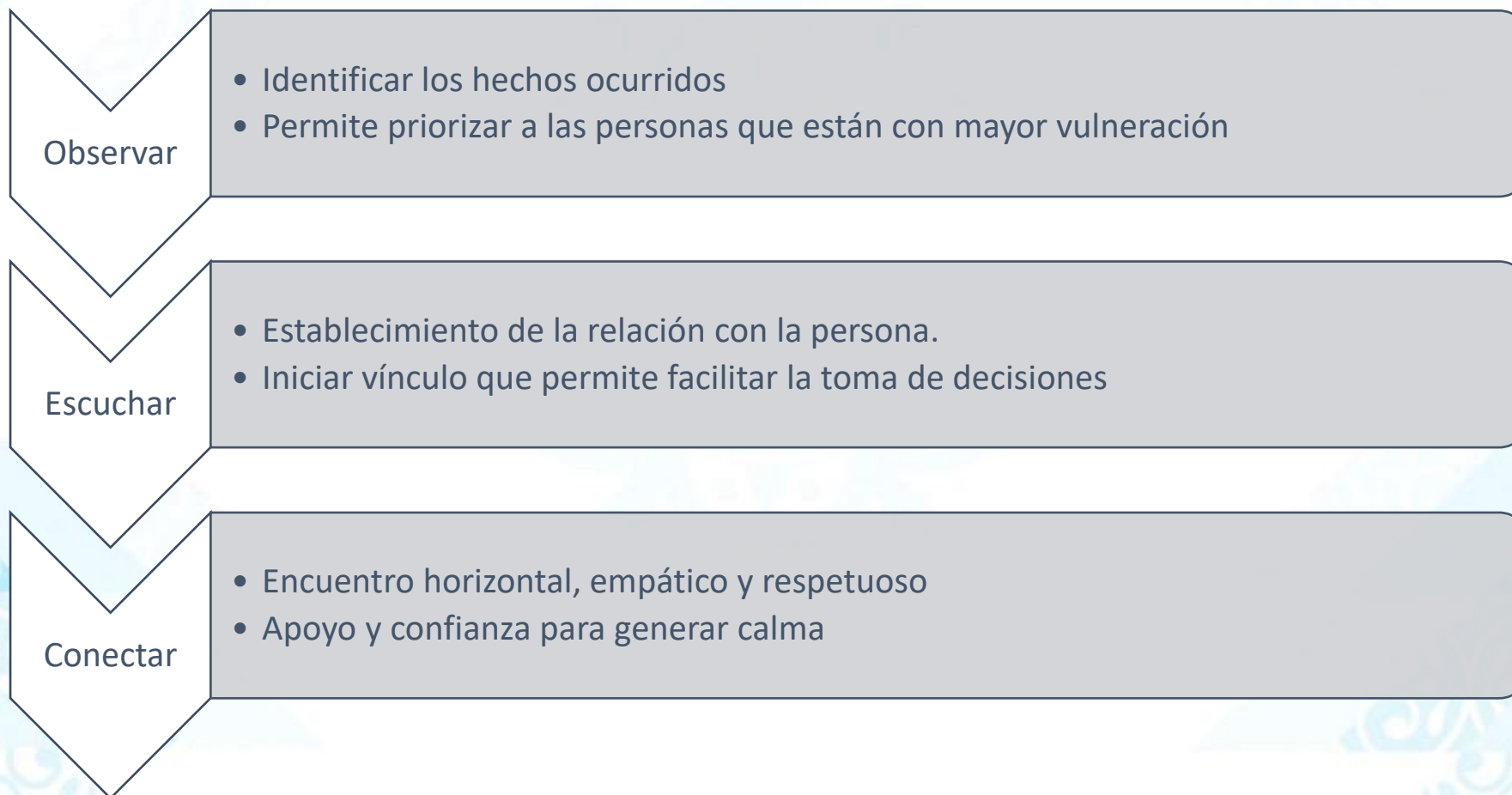
¿En dónde?

- En cualquier lugar, siempre y cuando sea seguro.





El ser empático trae consigo la capacidad de entender las necesidades de las demás personas. Es por ello que existen al menos 3 fases elementales para brindar la atención de manera adecuada.





Oportuno aplicar las distintas técnicas de escucha y respiración para mantener en un estado de calma a la personas.

Escucha activa	Reentrenamiento de la ventilación
Ofrezca escucha activa y escuche por 10-20 minutos según la necesidad.	Ofrezca técnica de respiración y aplíquela por 10 minutos, adaptando a las necesidades de la persona.



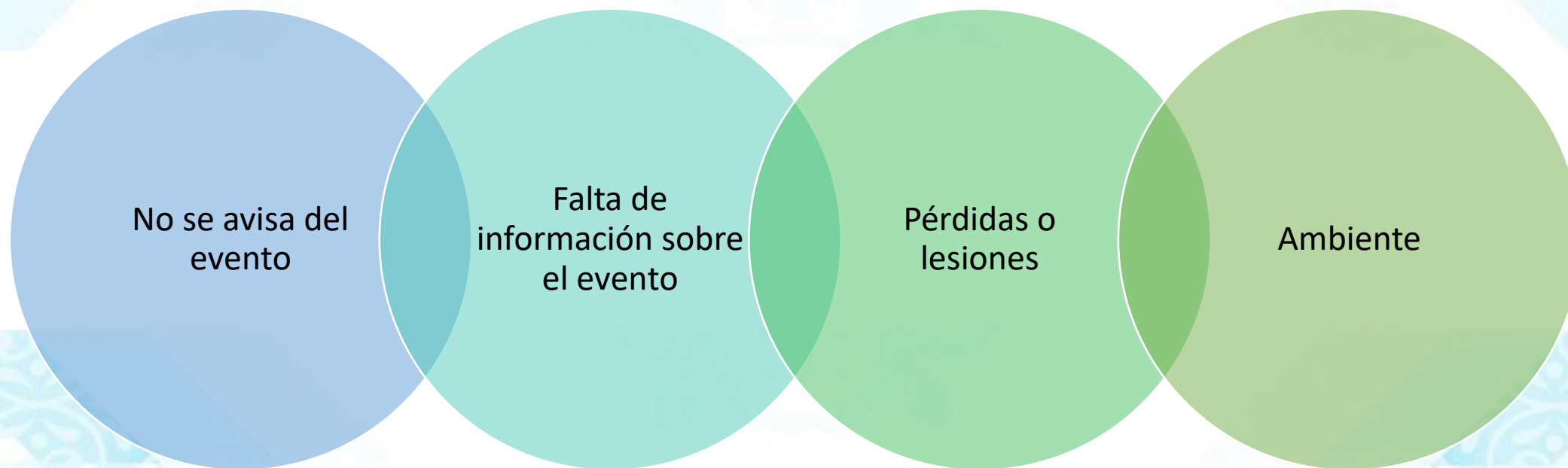


Al lograr un estado de calma en la persona observaremos si necesita atención médica y será canalizado con las autoridades o instituciones necesarias.

Categorización de necesidades	Derivación a redes de apoyo
Identifique y ordene necesidades básicas (agua, comida, abrigo, techo, salud, información, protección, conexión con redes de apoyo...)	a satisfacer necesidades básicas utilizan el material “Servicios y Redes de Apoyo”. Las líneas de atención telefónica pueden ser redes de apoyo también.



Características de una crisis





Fases de una crisis

- I. **EVENTO PRECIPITANTE:** Ocurre un evento que se percibe como una amenaza o abrumador, provocando estrés en la persona. Respuesta: Shock
- II. **RESPUESTA DESORGANIZADA:** Se muestran comportamientos desorganizados que van desde la aflicción hasta la angustia.
- III. **EXPLOSIÓN:** Pérdida de control de emociones, pensamientos y comportamientos. Conductas inapropiadas y/o destructivas.
- IV. **ESTABILIZACIÓN:** Comienza a aceptar la situación, sin embargo al recordarlo se presentan reacciones aunque no tan extremas como en fases anteriores.
- V. **ADAPTACIÓN:** Se llega a una conciliación entre el evento sucedido y la realidad actual del individuo.
Se toma el control de la situación y se orienta hacia el futuro (Hernández y Gutiérrez, 2014).



Reacciones en una crisis

Reacciones emocionales

- Estado de shock
- Terror e Irritabilidad
- Sentimiento de culpa
- Dolor, enojo o tristeza
- Sentimientos de impotencia
- Aplanamiento emocional

Reacciones físicas

- Fatiga, cansancio
- Insomnio
- Taquicardia o palpitaciones
- Incremento de dolores físicos
- Dolores de cabeza
- Perturbaciones gastrointestinales
- Reducción del apetito



Reacciones cognitivas

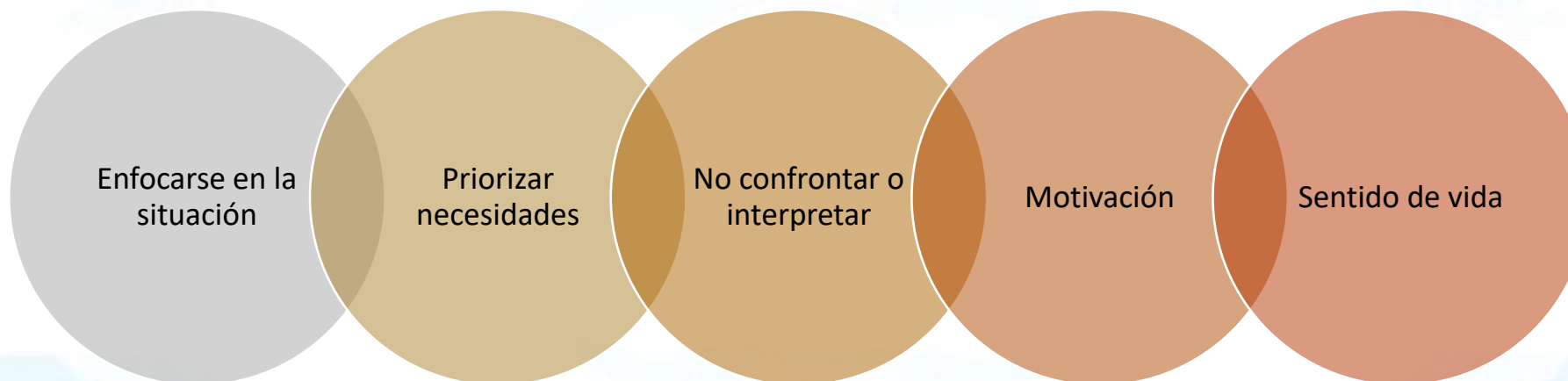
- Dificultades para concentrarse, tomar decisiones
- Confusión
- Pesadillas
- Pensamientos o recuerdos intrusivos sobre el trauma
- Preocupación

Reacciones interpersonales

- Incremento en los conflictos interpersonales
- Retraimiento social
- Reducción en las relaciones íntimas
- Dificultades en el desempeño laboral o escolar
- Reducción de la satisfacción
- Desconfianza
- Externalización de la culpa
- Externalización de la vulnerabilidad
- Sensación de abandono o rechazo
- Sobreprotección.



Recomendaciones básicas para la atención a personas en situación de crisis circunstancial.





Nuestra sociedad esta conformado por un sinfín de culturas a las cuales se les tiene que tratar con dignidad y respeto por lo cual nos tendremos que adaptar la propia acción de la cultura de la persona.

Cuando se produce una crisis, seguramente entre la población afectada se encuentran personas de diferentes culturas, incluyendo minorías u otros grupos en situación de vulnerabilidad. La cultura determina cómo nos relacionamos con la gente, y lo que se puede decir y hacer, y lo que no.





Seguridad	Dignidad	Derechos
<ul style="list-style-type: none">• Evitar que nuestras acciones provoquen mayor peligro o daño a las personas.• Asegurarnos que las personas que ayudamos estén a salvo.• Protegerlos de daños físicos o psicológicos	<ul style="list-style-type: none">• Tratar a la gente con respeto y de acuerdo con sus normas culturales y sociales.	<ul style="list-style-type: none">• Acceder a la ayuda de forma justa y sin discriminaciones.• Proteger los derechos y acceder a la ayuda disponible.



Nota: Los PAP son un intervención psicológica de manera informal que puede brindar cualquier persona siempre y cuando cuente con la certificación y conocimientos necesarios los cuales se pueden aplicar solo 76 horas después del hecho o acontecimiento que haya producido un desequilibrio emocional. Si ese tiempo se excede se tendrá que canalizar a una intervención psicológica de manera formal en la cual a través de las distintas ramas de la psicología le brindarán la atención necesaria.





Las personas que enfrentan hechos traumáticos de alguna índole es oportuno que reciban atención psicológica de manera informal o formal según la necesidad.

Primera intervención en crisis

- Duración aproximada: minutos a horas.
- Proporcionada por: padres de familia, policía, clero, abogados, médicos, enfermeras, trabajadores sociales, maestros, estudiantes líderes, supervisores, etc.)
- Ambiente informal: hospitales, iglesias, hogares, escuelas, lugar de trabajo, líneas telefónicas de urgencia, etc.
- Restablecer el equilibrio, dar apoyo de contención; reducir la mortalidad, rescate de eventualidades de riesgo y enlazar con recursos profesionales de ayuda.

Segunda intervención en crisis

- Duración aproximada: semanas a meses.
- Proporcionada por: Psicoterapeutas y Orientadores.
- Ambientes formal: clínicas, centros de salud mental, centros de día, consultorios, oficina.
- Resolver la crisis, reelaborar y recolocar el incidente de crisis; ordenar el incidente a la trauma de vida; establecer la apertura/disposición para afrontar el futuro.



Conclusiones

El cuidado de la salud mental es vital para el desarrollo del ser humano es por ello que la aplicación de los primeros auxilios psicológicos frente a una situación de desequilibrio emocional ayudara a evitar un deterioro de la misma.





Bibliografía

- Organización Mundial de la Salud. (2012). “Primera ayuda psicológica” Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44837/9789243548203_spa.pdf;jsessionid=8313B52C2C21632C5189C1C808C7F455?sequence=1
- Secretaría de Gobernación. (2016). “Primeros Auxilios Psicológicos” Recuperado de http://www.cenapred.gob.mx/es/documentosWeb/Enaproc/Conv_primerosauxilios.pdf
- Hernández, I., Gutiérrez, L. (2014). “Manual básico de Primeros Auxilios Psicológicos” Recuperado de http://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/manual_primeros_auxilios_psicologicos_2017.pdf
- Cortés, P., Figueroa, R. (s.f.). “Manual ABCDE para la aplicación de Primeros Auxilios Psicológicos. En crisis individuales y colectivas” Recuperado de https://www.preventionweb.net/files/59897_auxiliar.pdf
- Ministerio de salud del Perú. (2019). “Manual del facilitador en Primeros Auxilios Psicológicos” Recuperado de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4793.pdf>
- Congreso de la Unión. (1997- Última Reforma DOF 28-05-2021). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>
- Congreso de la Unión (2013-Última Reforma DOF 28-04-2022) *Ley General de Víctimas*. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGV.pdf>



**Comprometidos por la noble lucha por los
derechos humanos**



**Si tienes alguna sugerencia, queja
y/o felicitación, por favor envíanos
un correo a:**

capacitacion@codhem.org.mx

**Teléfonos de contacto: 800 999 4000, 722 236 0560
Ext. 2232, 2235, 2236 y 2237**



**Derechos Humanos del Estado de
México**



@CODHEM



@derechoshumanos_edomex



COMISIÓN DE
**DERECHOS
HUMANOS**
DEL ESTADO DE MÉXICO

**¡Gracias por su
atención!**