



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Plan Nacional de Educación **Multimodal** en SST 2026

Talentos que **hacen país**



Positiva Prevención

GRUPO
BICENTENARIO



Comunidad Nacional de Conocimiento en **Brigadas de Emergencia**

Talentos que **hacen país**



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa
comunica y cultura preventiva

SESIÓN 6: PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS - PROTOCOLOS DE CONTENCIÓN Y ESTABILIZACIÓN EMOCIONAL DURANTE EMERGENCIAS



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva



JOHN BREINER GARCIA

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN BRIGADAS
DE EMERGENCIA



johnbreinergr@gmail.com
riesgo360sigr@riesgo360.com



3206573342

Perfil profesional:

Profesional en Seguridad y Salud en el Trabajo, Licenciado en Edufísica, Magíster en Educación, Gerente de la empresa Riesgo 360 Soluciones Integrales en Gestión del Riesgo (Proveedor de Positiva ARL), Docente Universidad de Caldas y Universidad de Manizales en el área de Gestión del Riesgo y Seguridad Industrial. Socorrista de la Defensa Civil.



Ruta del **conocimiento**



01

SESIÓN 1:
DEL MARCO LEGAL A LA
OPERACIÓN - REQUISITOS
NORMATIVOS PARA LA
PREPARACIÓN Y
ATENCIÓN DE
EMERGENCIAS



02

SESIÓN 2:
ARQUITECTOS DE LA
PREVENCIÓN -
CONSTRUCCIÓN TÉCNICA
DEL PLAN DE GESTIÓN DEL
RIESGO, PLAN DE
EMERGENCIAS Y PLAN DE
CONTINGENCIAS



03

SESIÓN 3:
CONSTRUYENDO EL
ESCUDO - DISEÑO DEL
PLAN DE PREVENCIÓN,
PREPARACIÓN Y ATENCIÓN
DE EMERGENCIAS



04

SESIÓN 4:
EVACUACIÓN OPERATIVA -
ESTRATEGIAS PARA EL
DISEÑO DE PLANES DE
EVACUACIÓN, PUNTOS
SEGUROS Y TIEMPOS DE
RESPUESTA ANTE
EMERGENCIAS



05

SESIÓN 5:
EL CÓDIGO DE MANDO PARA
EL CAOS, SISTEMA COMANDO
DE INCIDENTES (SCI) EN
ACCIÓN - ESTRUCTURA,
ROLES Y PROTOCOLOS

Ruta del **conocimiento**



06

SESIÓN 6:
PRIMEROS AUXILIOS
PSICOLÓGICOS -
PROTOCOLOS DE
CONTENCIÓN Y
ESTABILIZACIÓN
EMOCIONAL DURANTE
EMERGENCIAS



07

SESIÓN 7:
INTERVENCIÓN INMEDIATA
- SOPORTE VITAL BÁSICO,
REANIMACIÓN
CARDIOPULMONAR (RCP) Y
OPERACIÓN SEGURA DEL
DEFIBRILADOR EXTERNO
AUTOMÁTICO (DEA)



08

SESIÓN 8:
CONTROL INICIAL DE
INCENDIOS - ¿SABES CÓMO
DETENERLO? USO EFECTIVO
DE EXTINTORES Y GABINETES
CONTRA INCENDIO



09

SESIÓN 9:
PROTOCOLO DE ORO -
FUNDAMENTOS DE LA
ATENCIÓN PREHOSPITALARIA,
SEGURIDAD DE LA ESCENA,
ACCESO AL PACIENTE Y
EVALUACIÓN PRIMARIA

Evaluémonos



"Conozca todas las teorías. Domine todas las técnicas, pero al tocar un alma humana sea apenas otra alma humana."

Carl Jung



Contenido

01. Introducción

02. Los Primeros Auxilios Psicológicos.

03. El Enfoque Dual de la Brigada

04. Cuidar al que Cuida

05. Crisis

06. Modelos de Intervención

07. Protocolo ABCDE

06. Conclusión





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



01.

Dotar a los brigadistas de herramientas prácticas de regulación emocional y manejo del estrés agudo, garantizando su propia estabilidad mental durante y después de la atención de una emergencia.

02.

Capacitar al equipo en la aplicación de protocolos estandarizados (como el ABCDE o el modelo Mirar-Escuchar-Conectar) para estabilizar emocionalmente a las víctimas en los primeros minutos de la crisis.

03.

Enseñar a identificar signos de alarma (como riesgo suicida o pánico severo) para saber exactamente cuándo su intervención ha llegado al límite y cómo enlazar al afectado con redes de

Objetivo

Introducción

La atención de emergencias plantea un doble desafío operativo: salvaguardar la integridad física y proteger la salud mental de los involucrados. Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) se consolidan como una intervención inmediata, breve y empática, diseñada para reducir el impacto emocional en situaciones de crisis. Esta estrategia no solo busca estabilizar y conectar a las víctimas con sus redes de apoyo, sino que también actúa como un escudo protector fundamental para los brigadistas, garantizando intervenciones seguras desde el primer momento.

Los Primeros Auxilios Psicológicos.

Los primeros auxilios psicológicos aplican a todos los contextos y que solo se requiere de empatía para poder brindarlos y auxiliar a quien mas necesita en las condiciones mas difíciles de sus vidas.



Los Primeros Auxilios Psicológicos.

El Doble Desafío

Proteger la vida y la mente de las víctimas, asegurando al mismo tiempo nuestro propio bienestar psicológico en la primera respuesta.

Los Primeros Auxilios Psicológicos no son solo para las víctimas; son el escudo mental de quienes responden a la crisis.



El Enfoque Dual de la Brigada

El Brigadista (Autocuidado)

Antes de poder ayudar a otros, el brigadista debe garantizar su estabilidad.

Esto incluye:

- Reconocimiento del estrés agudo propio.
- Aplicación de técnicas de regulación emocional en el terreno.
- Conciencia de los propios límites operativos.

La Víctima (Intervención)

La asistencia inmediata para aliviar el sufrimiento y prevenir daños mayores:

- Contención emocional empática y segura.
- Identificación de necesidades básicas urgentes.
- Conexión con redes de apoyo social o profesional.

Preparación Mental Previa

Una brigada eficiente se entrena psicológicamente antes de que suene la alarma. La cohesión del equipo y el control emocional son vitales para el éxito del operativo.

- Simulacros con componente emocional: Entrenar bajo presión controlada
- Técnicas de Grounding: Ejercicios para mantenerse anclado al presente durante el caos.
- Briefing Operativo: Reuniones de equipo donde se establecen roles claros para reducir la incertidumbre



Cuidar al que Cuida

Una brigada operativa requiere mentes sanas. El trauma vicario y la fatiga por compasión son riesgos reales. Apoyarse mutuamente, solicitar ayuda cuando se supera el límite y descansar son deberes profesionales, no muestras de debilidad.



Atención en Crisis Vs PAP

Atención en crisis

Es un concepto amplio de intervención durante una crisis.

Incluye evaluación, estabilización, intervención y seguimiento.

Puede ser realizada por profesionales de la salud mental.

Puede requerir varias sesiones o intervenciones.

Busca resolver la crisis y restablecer el funcionamiento de la persona.

Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)

Es una estrategia específica de atención en crisis.

Se enfoca en la atención inmediata y la contención inicial.

Puede ser aplicada por brigadistas, personal de salud, líderes o personas capacitadas.

Generalmente ocurre en los primeros minutos u horas después del evento.

Busca reducir el impacto inicial, brindar seguridad y conectar con recursos de apoyo.



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva

¿Qué son los Primeros Auxilios Psicológicos?

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) son una intervención breve, inmediata y basada en la evidencia, dirigida a personas que han vivido un evento crítico o potencialmente traumático.

Sus objetivos son:

Disminuir el impacto emocional inicial.

Favorecer la sensación de seguridad.

Reducir el estrés inmediato.

Promover estrategias de afrontamiento.

Facilitar el acceso a redes de apoyo.

Importante

- No son psicoterapia.
- No reemplazan la atención psicológica.
- Son el primer apoyo emocional que recibe la persona.

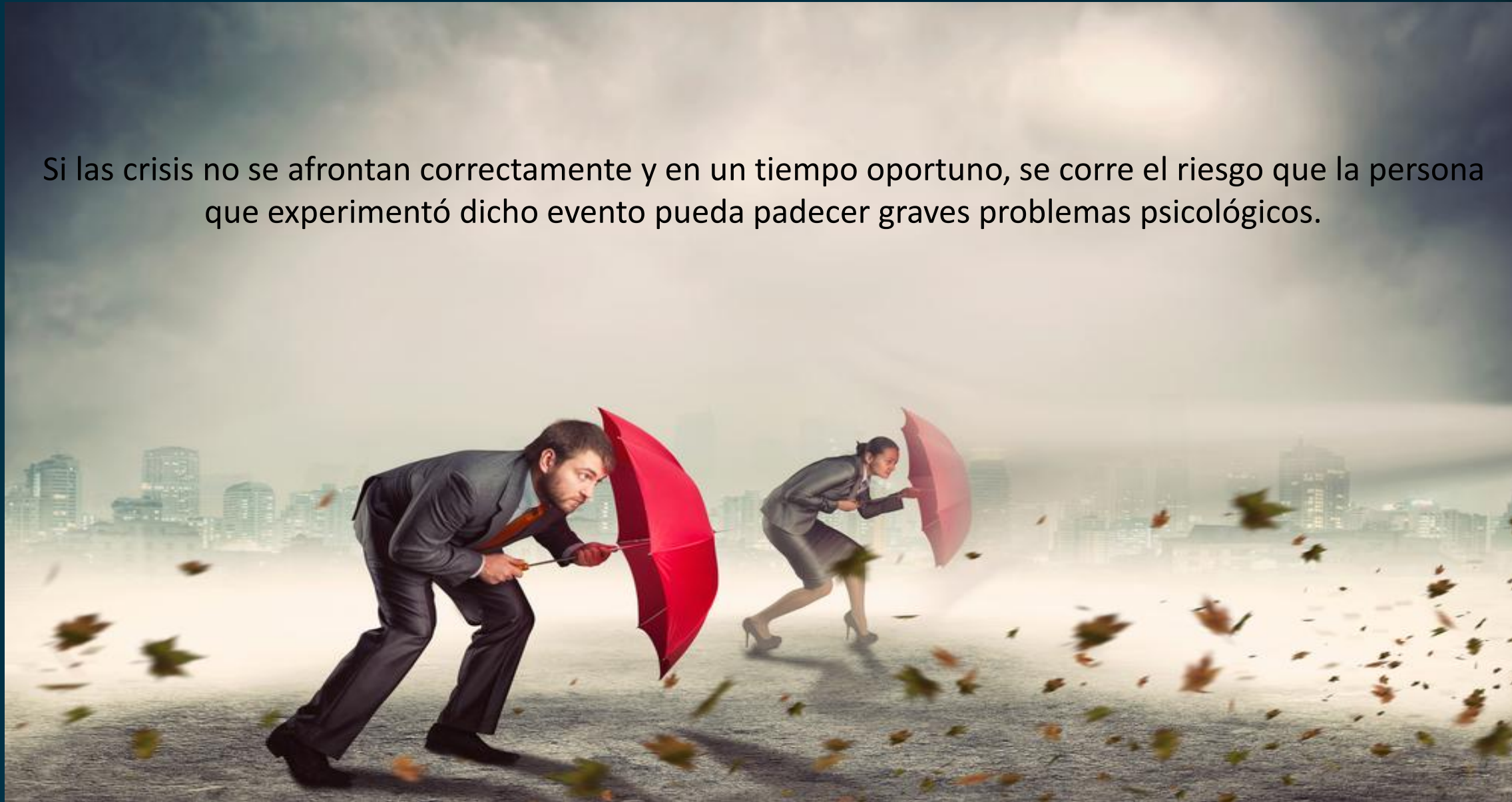


Crisis

Estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente, por la incapacidad del individuo para abordar situaciones particulares utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas, y por el potencial para obtener un resultado radicalmente positivo o negativo



Si las crisis no se afrontan correctamente y en un tiempo oportuno, se corre el riesgo que la persona que experimentó dicho evento pueda padecer graves problemas psicológicos.



MODELO DE INTERVENCIÓN

MIRAR – ESCUCCHAR – CONECTAR



MIRAR

- ✓ Verificar que el lugar sea seguro.
- ✓ Observar el estado físico y emocional.
- ✓ Identificar necesidades inmediatas.



ESCUCCHAR

- ✓ Presentarse.
- ✓ Escuchar sin interrumpir.
- ✓ Respetar silencios.
- ✓ Validar emociones.



CONECTAR

- ✓ Facilitar contacto con familiares.
- ✓ Orientar hacia recursos institucionales.
- ✓ Remitir cuando sea necesario.



Nuestro objetivo no es resolver el problema, sino ayudar a la persona a recuperar la calma y conectarla con el apoyo que necesita.



Tu presencia, tu escucha y tu acompañamiento pueden marcar la diferencia.

PROTOCOLO ABCDE

Primeros Auxilios Psicológicos

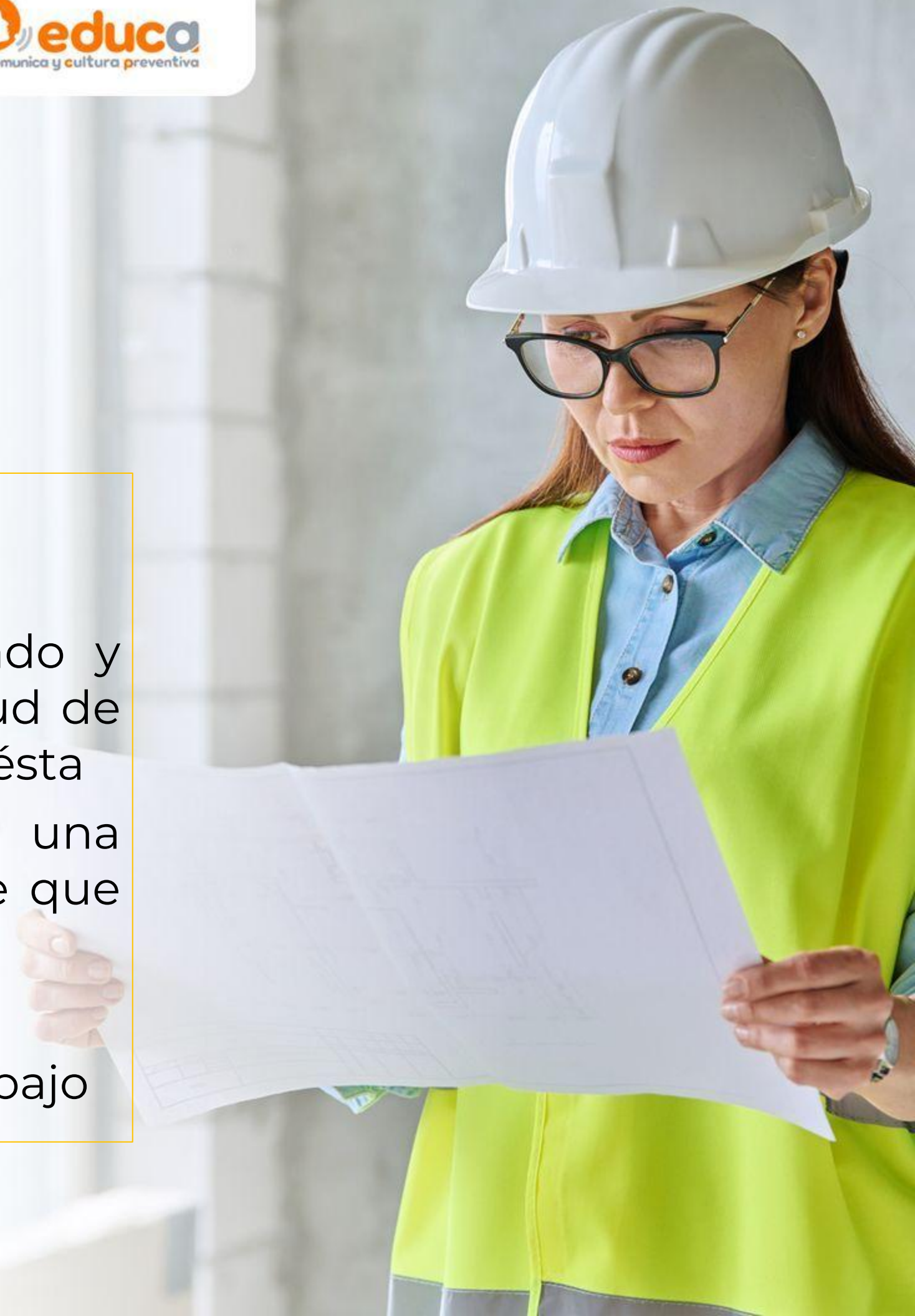


RECUERDA: Tu acompañamiento puede marcar la diferencia.
Escucha, comprende y conecta.



¿Que Hacer O Decir?

- Háglele entender al afectado que está escuchándolo
- Tolere los espacios de silencio, la pena o el llanto
- Permanezca cerca a la persona, sentado a su lado y mirando al rostro. Sólo toque a la persona en actitud de apoyo si está confiado en que será bien recibido por ésta
- Utilice técnica refleja, adoptando posturalmente una actitud similar a la del afectado, que le comunique que usted está en la misma “sintonía afectiva”
- Ayude a las personas a priorizar sus necesidades
- Facilite el contacto con sus familiares, amigos y/o trabajo



¿Qué NO HACER O DECIR?

- No se distraiga
- No mire el reloj ni mire insistentemente hacia otro lado
- No se apresure a dar una solución si la persona quiere ser escuchada
- No toque a la persona si no está seguro de que sea bien recibido
- No minimice ni invalide las emociones de la persona
- Decidir cuáles son sus necesidades, sin prestar atención al relato del afectado



¿Cuándo debemos remitir?

La intervención del brigadista tiene límites. Debe solicitar apoyo inmediato cuando observe:

- Riesgo suicida.
- Conductas agresivas que comprometan la seguridad.
- Crisis de pánico severa.
- Alteración del contacto con la realidad.
- Consumo de sustancias asociado a la crisis.
- Necesidad de atención médica urgente.



Recomendaciones

✓ Preparación y Autocuidado: Antes de intervenir, el brigadista debe garantizar su estabilidad reconociendo su propio estrés y aplicando técnicas de regulación en el terreno. Es un deber profesional apoyarse mutuamente en el equipo y solicitar ayuda cuando se supera el límite operativo.



Recomendaciones

✓ Aplicación de Protocolos Estructurados: Se debe utilizar el modelo "Mirar - Escuchar - Conectar" para evaluar la escena, identificar necesidades inmediatas y orientar hacia recursos de apoyo. Asimismo, el "Protocolo ABCDE" debe guiar la intervención, abarcando desde la escucha activa y el reentrenamiento de la ventilación, hasta la categorización de necesidades y la psicoeducación.



Conclusiones



Los Primeros Auxilios Psicológicos no son un proceso de psicoterapia, sino un soporte inicial y vital que se brinda en los primeros minutos u horas para prevenir el desarrollo de problemas psicológicos graves ante un evento traumático.



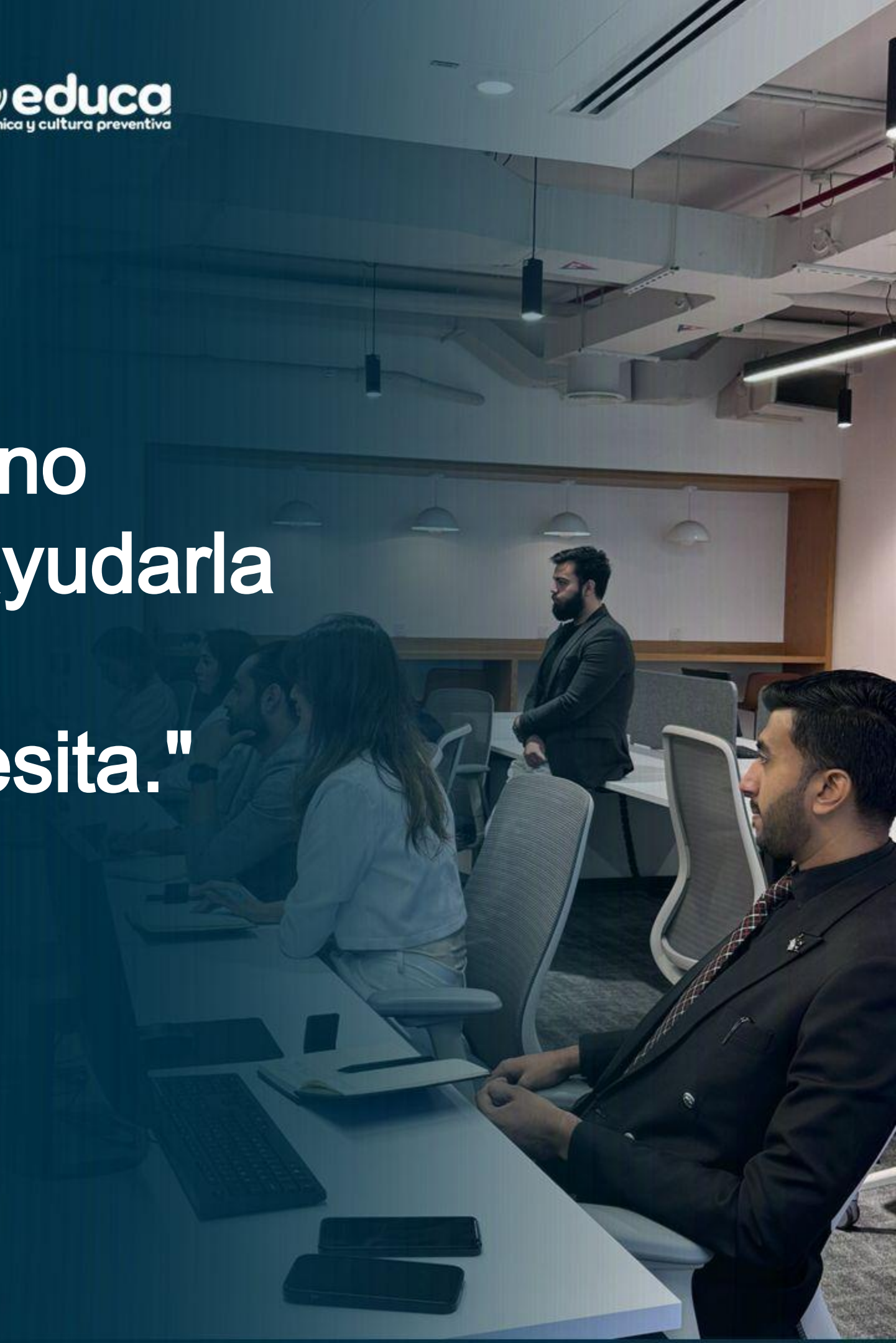
El éxito de la contención radica en el acompañamiento táctico y empático; el objetivo principal de la brigada no es resolver el problema de la víctima, sino ayudarle a recuperar la calma y conectarla con la asistencia pertinente.



La salud mental del equipo de respuesta es un pilar innegociable de la gestión de la emergencia. Una brigada eficiente requiere entrenarse psicológicamente mediante simulacros y técnicas de control antes de que suene la alarma para mantener la cohesión frente al caos.

"Acompañar a una persona en crisis no significa resolver su problema, sino ayudarla a recuperar la calma y conectar con los recursos que necesita."

Carl Jung



Bibliografías

USAID/OFDA/LAC. (2012). Curso Básico Sistema de Comando de Incidentes (CBSCI) - Material de Referencia. (2da Edición). Región Latinoamérica y El Caribe. (La 1ra edición fue en 2007). Congreso de la República de Colombia. (2012). USAID/OFDA/LAC. (2012). Manual de Campo del Sistema de Comando de Incidentes. Región Latinoamérica y El Caribe.

ISO 22320:2011 (Actualizada en 2018): Seguridad y resiliencia - Gestión de emergencias - Requisitos para la respuesta a incidentes.

FEMA. (2019). IS-200.c: Basic Incident Command System for Initial Response, ICS 200. Emergency Management Institute.

Ley 1523 de 2012: Por la cual se adopta la política nacional de gestión del riesgo de desastres y se establece el Sistema Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres.

Ministerio del Trabajo. (2015). Decreto 1072 de 2015: Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo. Artículo 2.2.4.6.25: Prevención, preparación y respuesta ante emergencias.

Ministerio del Interior / Dirección Nacional de Bomberos. (2014). Resolución 256 de 2014.

Evaluémonos



Preguntas



Recuerda que Positiva tiene para ti:



posipedia

<https://www.posipedia.com.co/>



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAs



Guías



Mailings



Videos



¿Quieres profundizar tus conocimientos y
potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece
la seguridad de tu empresa!

CURSOS

**VIRTUALES SG-SST
DE 50 Y 20 HORAS**

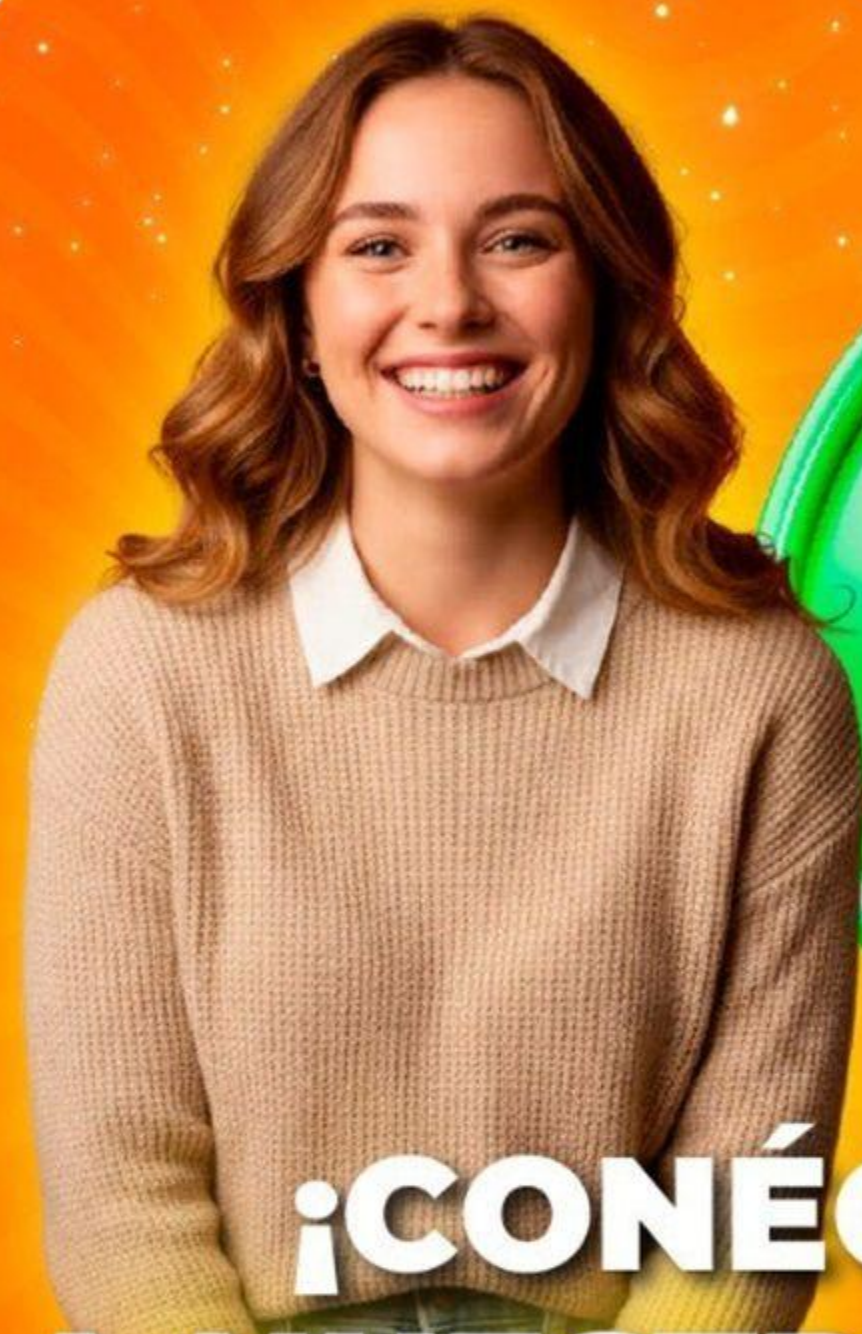
Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!





**¡CONÉCTATE
A NUESTRO CANAL
de WhatsApp!**

POSITIVA PREVENCIÓN



Descubre campañas, novedades y tips en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) que te ayudarán a fortalecer tu bienestar y la cultura de prevención laboral.

**¡Únete y sé parte de la
comunidad de Positiva!**



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0

educa
comunica y cultura preventiva

¡Síguenos en nuestra COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código QR para entrar
a nuestro Canal de Whatsapp