

Qué hacer y qué no hacer en la aplicación de los PAP

En esta lectura vamos a repasar los conceptos vistos en el role playing de esta semana.

Concretamente vamos a analizar de cada escena vista:

- Qué NO se debe hacer
- Qué SÍ se debe hacer

1. Contacto y presentación

En el momento de acercarnos a una víctima por primera vez debemos evitar ciertas conductas y actitudes que, aparte de ser mal recibidas por las víctimas, pueden agravar su estado.

Concretamente:

- No se debe ser intrusivo
- No se deben hacer comentarios insustanciales sobre la emergencia
- No se debe avasallar a las víctimas

Sin embargo, hay una serie de puntos que debemos recordar siempre en este momento. Un buen acercamiento es la clave para la correcta y efectiva aplicación de los primeros auxilios psicológicos. En este caso hay que tener presente que:

- Debemos presentarnos
- Debemos situarnos de tal forma que no resulte violento ni intrusivo para la víctima
- Evitaremos el contacto físico
- Usaremos un tono de voz tranquilo y pausado
- Preguntaremos por sus necesidades y actuaremos en función de ellas

2. Recogida de información

Durante la fase de recogida de información nuestra forma de actuar es muy importante para que la persona no se sienta incómoda y para poder obtener la información que nos permitirá brindar una ayuda eficaz.

Durante esta fase procuraremos:

- No trivializar las necesidades de las víctimas

- No dar consejos
- No gritar
- No menospreciar la opinión de la víctima

En cambio, debemos intentar:

- Hablar de forma pausada
- Explorar necesidades
- Clarificar informaciones
- Ordenar prioridades
- Atender estas necesidades en función de los recursos disponibles
- Intentar que sea la propia víctima la que exponga soluciones

3. Asistencia práctica

Es muy importante que antes de aplicar los PAP nos hayamos coordinado con los agentes de intervención actuantes y que nos hayamos informado acerca de dónde se encuentran los recursos básicos: avituallamiento, lavabos, zonas de oración, puntos de reagrupamiento, puntos de servicios sanitarios, etc.

Toda esa información nos permitirá rebajar la ansiedad de las víctimas transmitiéndoles la información que precisen y pudiéndoles indicar cómo satisfacer sus necesidades vitales básicas.

En este momento de la aplicación de los PAP es importante procurar:

- No menospreciar las necesidades de las víctimas
- No ningunear las creencias o religiones de las víctimas
- No debemos dejar a la víctima con sensación de desamparo

Además haremos todo lo posible para:

- Dar información práctica
- Respetar las creencias y religiones de las víctimas
- Dar pautas de autocuidado
- Anticipar informaciones prácticas útiles en las que quizás las víctimas no son conscientes todavía

4. Pautas de afrontamiento

En el momento de dar pautas de afrontamiento de lo sucedido para los siguientes días y semanas es importante evitar:

- Decir que no pasa nada
- Decir que ahora tiene que ser fuerte o Valiente
- Trivializar la emergencia
- Amenazar a la víctima con enfermedades o patologías

En cambio debemos:

- Normalizar
- Dar pautas de autocuidado
- Despatologizar
- Explicar patrones de reacción normales en las próximas horas o días

5. Conexión con servicios externos

En el momento del cierre, igual que al inicio, debemos explicarle a la persona con la que hemos estado que nos vamos y qué va a pasar a partir de ahora (si se queda otro compañero, si ha llegado su familia y se queda con ellos, etc.)

Hay una serie de conductas que debemos evitar:

- Acuciar a la víctima
- Irse sin despedirse
- Dar la sensación de que es una carga
- Trivializar las reacciones
- No dejar conectados con la red de salud pública
- Dejar a la víctima sola y desatendida antes de que llegue su red de apoyo social o un relevo

En cambio haremos todo lo posible por:

- Esperar a que llegue la red de apoyo social de la víctima o un relevo
- Dejar a la víctima conectada con la red de salud pública
- Dar pautas de cuándo pedir ayuda
- Dejar un número de contacto en caso de emergencia o crisis