https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/jbapr/issue/archive

Journal of Basic and Applied Psychology Research

Biannual Publication, Vol. 5, No. 9 (2023) 1-2

ISSN: 2683-2267

Psychological First Aid In The COVID-19 Context: Theoretical Review

Primeros Auxilios Psicológicos Ante El COVID-19: Revisión Teórica

Mari N. Arteaga [a]

Abstract:

The objective of this study was to carry out a theoretical review of the protocols, guides and manuals of Psychological First Aid developed in the COVID-19 context. It was a theoretical study, carried out by searching for articles in the following databases: Web of science, Dialnet, Google Scholar, Science Direct, E-spacio and Redalyc. The articles located that met the inclusion criteria were classified into sections according to their characteristics. It was possible to conclude that the different classifications allow the population to apply PAPs in situations that require it, as in the case of the COVID-19 pandemic; however, the need to increase the development and unify the action protocols is evident in order to uniformly attend the possible repercussions of the crises; as well as to ensure the evaluation of the results of these applications in a more effective manner.

Keywords:

Psychological First Aid, COVID-19, Pandemic, Crisis.

Resumen:

El objetivo de este estudio fue hacer una revisión teórica sobre los protocolos, guías y manuales de Primeros Auxilios Psicológicos desarrollados en contexto COVID-19, se trató de un estudio teórico, realizado a través de la búsqueda de artículos en las bases de datos: Web of science, Dialnet, Google Académico, Science Direct, E-spacio y Redalyc. Los articulos localizados que cumplieron con los criteros de inclusión fueron clasificados en apartados según sus características. Se pudo concluir que las diversas clasificaciones permiten a la población aplicar los PAPs en situaciones que lo requieren como es el caso de la pandemia por COVID-19, no obstante, la necesidad de incrementar el desarrollo y unificar los protocolos de acción se hacen evidentes para atender uniformente las posibles repercuciones de las crisis; así mismo asegurar la evaluación de los resultados de estas aplicaciones de manera más efectiva.

Palabras Clave:

Primeros Auxilios Psicológicos, COVID-19, Pandemia, Crisis

INTRODUCCIÓN

El 30 de diciembre del 2019 se reportó por primera vez un brote de neumonía desconocida localizada en Wuhan China, dando como resultado el descubrimiento de la similitud con el SARS-CoV-2 gracias a los avances en la identificación molecular de la cepa en 2003 y MERS-CoV en 2012; y es así que desde su reporte se ha propagó rápidamente desde Wuhan a toda China y posteriormente a todo el mundo (ProMED, 2019 como se cita en Petersen et al. 2020).

La espontaneidad con la que nuevos agentes patógenos surgen, como se presentó el SARS en 2003 se pueden propagar de manera exponencial y generar graves consecuencias para el mundo (Bogoch et al. 2020). Es perceptible la velocidad de contagio con la que se reflejan las estadísticas de contagia lo cuales dictan que el valor estimado de personas que se infectan por SARS-Cov-2 actualmente es del 31% con un intervalo de predicción entre el 26% y el 37% de las personas en el mundo, sin embargo, no es posible conocer una cifra exacta considerando el factor de contagios asintomáticos (Organización Mundial de la salud [OMS], 2021).

Hasta la fecha se han reportado ciento cuarenta y nueve millones ochocientos dieciséis mil personas contagiadas a nivel mundial, y a su vez tres millones doscientos noventa y tres mil defunciones, siendo América Latina y el caribe con el mayor índice de defunciones, región en la cual esta situada México (REUTERS, 2021).

[a] Corresponding author, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, https://orcid.org/0000-0002-0127-018X, Email: psymari_nai@hotmail.com

Received: 19/07/2022, Accepted: 22/03/2023, Published: 05/07/2023

DOI: https://doi.org/10.29057/jbapr.v5i9.7733

A su vez México reporta una población de 2 millones trescientos cuarenta mil novecientos treinta y cuatro personas confirmadas , Doscientas dieciséis mil cuatrocientas cuarenta y siete mil defunciones y Cuatrocientos treinta y cuatro mil ciento ochenta sospechosos de los cuales el 18% se encuentra hospitalizados con un rango de edad de 60 a 64 años de edad , mientras que el resto ha sido ambulatorio su tratamiento con un rango de edad de 30 a 34 años ; el 50.04% de estos son del sexo masculino y el 49.96% del sexo femenino (Dirección General de Epidemiologia, 2021).

La OMS (2021) define el SARS-CoV-2 como un virus compuesto por una hebra positiva de ARN monocatenario. Contraer el virus SARS-CoV-2 generalmente provoca enfermedad respiratoria con cuadros leves hasta cuadros graves que pueden llevar a la muerte, sin embargo, existe la presencia de personas que a pesar de tener la infección no presentan síntomas. Como medida de prevención a la propagación del virus existen pautas recomendadas, como la higiene de manos, el distanciamiento físico de amigos, familia o del entorno laboral siempre que se posible, no asistir a sitios donde haya poca ventilación y el espacio sea estrecho, la recomendación del uso de cubrebocas de tela en estos espacios y; toser y estornudar adecuadamente, y finalmente en caso de estar en espacios cerrados ventilar y asear el área de manera adecuada (OMS, 2020).

Como una manera de regular la propagación de la infección diversos países consideraron establecer en cuarentena regiones enteras como lo es México. Entiéndase como cuarentena a la limitación y separación del movimiento de personas que se consideran bajo riesgo de contraer determinada enfermedad y de esta manera se reduzca la posibilidad de infectar a otros (Centers for Disease Control and Prevention, 2017 como se cita en Brooks et al. 2020).

No obstante, el sistema de salud, políticos, y el personal de salud además de la población general puede experimentar consecuencias negativas a largo plazo si su vivencia durante la cuarentena ha sido negativa (Brooks et al. 2020). De acuerdo con Rodríguez-Cahill (2020) además del estrés postraumático que puede generar en las personas el hallarse en presencia directa o indirectamente de la enfermedad o un suceso de muerte, puede ocasionar en quien lo presencia o atraviesa estrés psicológico con cuadros de ansiedad y estados depresivos; siendo así que la atención en las crisis es un aspecto importante.

Experimentar la pandemia, desde un punto de vista psicopatológico es una manera de experimentar un trauma o estresor, Pánico generalizado y ansiedad creciente son productos de la presencia del nuevo virus COVID-19, muy a pesar de que no hay estudios sistemáticos sobre los efectos del SARs Cov-2 sobre la salud mental, se puede predecir que tendrá efectos ondulantes (Rodríguez-Quiroga et al. 2020).Una manera de saberlo es indagando en datos de virus que años atrás han alertado a la población por ser considerados potenciales pandemias, por ejemplo: 70 por ciento de pacientes con el virus del síndrome respiratorio del Oriente medio (MERS) presentaron síntomas psiquiátricos , de los cuales el cuarenta por ciento recibieron diagnósticos con prescripción médica durante su proceso de cuarentena en el hospital, además que su nivel de estrés diario y síntomas de estrés postraumáticos brindaron la posibilidad de generar depresión, ya sea que los pacientes fueran diagnosticados con el virus o solo sean sospechosos (Kim et al., 2018).

Es de esperar entonces que los estudios acerca de las repercusiones reales del virus COVID-19 en la salud mental provienen en su mayoría de China donde se dio comienzo la pandemia (Aranda Rubio et al., 2021). La OMS (2020) declaró que “Más del 60% de los países en el mundo señalan perturbaciones de los servicios de salud mental destinados a las personas vulnerables, incluidos los niños y los adolescentes (72%), las personas mayores (70%) y las mujeres que requieren servicios prenatales o postnatales (61%)”. Considerando estos datos es posible notar que diferentes edades y situaciones pueden están vulneradas por el contexto de la pandemia.

Por lo tanto, estas consecuencias que repercuten de manera personal y colectiva, ante la probabilidad de muerte de seres amados, el aislamiento o restricción social en la que forzadamente se ha establecido a la población pone en riesgo la salud mental. Es importante brindar una intervención temprana en la atención del bienestar y la salud mental de las personas, esto a partir de que a pesar de que la ira, la ansiedad y el estrés podrían ser reacciones normales a eventos que se consideran adversos como lo es la pandemia, queda la preocupación por los efectos y la posibilidad de agravar y agudizar síntomas ansiosos y depresivos a población expuesta vulnerable o a aquellos que ya tienen un diagnóstico de enfermedad mental (Rodríguez-Quiroga et al. 2020).

El impacto internacional del virus ha evidenciado el déficit de recursos o poca preparación del sector salud para manejar nuevos pacientes y aquellos que ya existían. COVID-19 ha probado la necesidad de un rápido acercamiento de respuesta ante una crisis de salud mental (Rosenberg et al. 2020). El propósito de la intervención psicológica en una crisis ante alguna emergencia es incrementar la capacidad de afrontamiento ante la situación, así como también integrar y reorganizar la nueva realidad de las personas que la atraviesan (Cohen, 1986 como se cita en Cuellar et al. 2020). Por tal motivo es crucial conocer cuales son aquellas intervenciones y programas de Primeros Auxilios Psicológicos que se han desarrollado para que el personal sanitario, integrado por médicos, enfermeras, psicólogos o trabajadores sociales puedan aplicar, replicar o ajustar, así como también utilizarlas en situaciones de pandemia similares; Teniendo este propósito se realizó la revisión teórica sobre el tema.

MÉTODO

En este estudio teórico se analizaron artículos de investigación publicados en revistas, tesis, comunicados oficiales, guías y protocolos en idioma ingles y español de Primeros Auxilios

Psicológicos en Contexto COVID-19 ; Con el uso de las siguientes bases de datos y buscadores: Web of science, Dialnet, Google Académico, Science Direct, E-spacio y Redalyc; Para lograrlo se hizo uso de las siguientes palabras clave: "Protocolo de primeros auxilios psicológicos COVID-19", "Guia de primeros auxilios psicológicos COVID-19", "intervención en crisis COVID-19" "PAPs COVID-19, "Manual Primeros auxilios psicológicos COVID-19"; y en el idioma inglés: " psychological first aid during COVID-19", "PFA COVID-19". La búsqueda bibliográfica fue realizada entre los meses mayo y julio del 2021; considerando los siguientes criterios de inclusión:

- Artículos empíricos, de no más de 3 años de publicación tomando en cuenta el inicio de la pandemia.
- Aquellos artículos que contengan la información precisa, como se estructuran y aplican los PAPS en contexto COVID-19
- No se incluyeron Manuales o guías sin referencias bibliográficas o fundamento teórico
- Se descartaron aquellas que no tenían fecha ni origen confiable.

Una vez teniendo estos artículos se procedió a reunir en clasificaciones los protocolos, guías o manuales dependiendo de la aplicación hospitalaria, de Aplicación remota, Aplicación hecha por psicólogos y aquellos que estaban presentados para situaciones especificas, ya sea por su vulnerabilidad o la importancia de ser atendidos, Finalmente se elaboró una tabla para condensar la revisión teórica con la información de mayor relevancia

RESULTADOS

¿Qué es la crisis?

Slaikeu (1996) define la crisis como un "estado temporal de trastorno y desorganización", que tiene como característica principal la limitada capacidad de la persona de lidiar con situaciones particulares haciendo uso de los métodos habituales para resolver problemas con la posibilidad de obtener un resultado positivo o negativo.

¿Qué son los Primeros auxilios psicológicos?

Una característica en común de los sobrevivientes de desastres u otros eventos es la experimentación de reacciones tempranas desagradables, ya sean físicas, psicológicas, conductuales o espirituales, es posible que cause tal angustia que bloquee su capacidad de adaptación y resolución a lo ocurrido; los Primeros Auxilios Psicológicos (PAPs) no señalan que necesariamente éstas personas desarrollarán algún problema de salud mental, más bien tienen la encomienda de facilitar la recuperación en primera instancia de manera compasiva (Brymer et al. 2006).

Los primeros auxilios psicológicos o también conocidos como Primera Ayuda Psicológica, es una intervención que se da en caso de un cambio drástico o presencia de una crisis, los primeros auxilios psicológicos pueden ser aplicados por cualquier persona que este capacitada en ellos, son breves con la intención de regular el estado emocional de la persona y prevenir la posible presencia de un trastorno mental (Slaikeu,1996).

Objetivos de los Primeros Auxilios Psicológicos

Los primeros auxilios psicológicos, contemplan para asegurar que su intervención sea compasiva y no intrusiva, la focalización en diversos objetivos, entre los cuales los principales son: Brindar alivio físico y emocional, mientras se contempla la mejoría de la seguridad continua de la persona; Calmar y orientar mientras la persona se encuentra en crisis; Ayudar a identificar necesidades y preocupaciones inmediatas; Poner a disposición información para acceder a redes de apoyo; Fomentar el enfrentamiento de las necesidades y preocupaciones que presentan en ese momento; Motivar a la persona para su adaptación a la situación y encomendara tomar un rol más activo y finalmente conectar con otros servicios locales, del sector publico o de salud mental para mejorar su situación (Brymer et al. 2006).

Pasos de los Primeros Auxilios Psicológicos ----

Los pasos principales que los Primeros auxilios psicológicos sugieren se concentran en las siglas AVCDE: Activar escucha empática; Ventilación (se busca regular la respiración para no hiperventilar, que es lo mismo que reparación profunda llevada en terapia); Categorización de las necesidades; Derivación a redes de apoyo y Educación, y finalmente se toman en cuenta las condiciones en las que se desenvuelve la pandemia COVID-19 , por esto que se integra el Manejo de Frases para dar malas noticias, ya sea por el diagnóstico de contagio o la complicación de la condición de algún familiar hospitalizado (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2020).

Diferencia entre Primeros Auxilios Psicológicos e Intervención en Crisis

Comúnmente puede suceder que la practica de los PAPs se confundan con términos asociados, que, si no se establece una diferencia, podrían confundir al aplicador y a quien los recibe; Es por ello que a manera de resumen es posible aclarar que los PAPs tienen un tiempo estimado de aplicación de minutos a horas, los aplicadores pueden ser miembros de la comunidad social que estén capacitados como policías, lideres, maestros e incluso padres de familias, estos sean aplicados principalmente en sitios donde el malestar inicial ocurra: hospitales, hogares, escuelas, lugares de trabajo o líneas de ayuda y sea posible brindar contención y equilibrio a la persona ya sea refiriéndola con atención especializada y personalizada o reducir riesgo suicida; En contraste la intervención en crisis puede durar semanas y se aplica principalmente por parte de miembros de la comunidad hospitalaria o de salud como psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales, etc. en un contexto destinado a brindarle la intervención en un ambiente formal como un hospital, clínicas de salud mental, oficinas y consultorios (Álvarez-Martínez et al. 2020).

Como ha sido revisado anteriormente, es de suma importancia intervenir tempranamente en espacios donde se da la crisis, no

obstante no siempre es posible tener contacto con la población que se encuentra en necesidad y es necesario conocer aquellos recursos que nos permitan acercarnos; en algunas ocasiones es posible que aquellas intervenciones dependan de solo un grupo de personas por el manejo de terminología o técnicas que se proponen; finalmente existen aquellas intervenciones que dependiendo de la población a la que va dirigida, brinda la oportunidad de brindar una atención más especializada o con pautas importantes a tomas en cuenta; a continuación se hará uso de ésta clasificación para evidenciar los protocolos y guías de Primeros Auxilios Psicológicos en contexto de COVID-19.

Aplicación Hospitalaria

Se encontraron artículos relacionados con el ambiente hospitalario, donde la presencia del diagnostico de COVID-19 es casi 100% confirmada y las personas se encuentran en situación prehospitalaria o de internamiento; En primer lugar el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2020) propone la "Guía de Primeros Auxilios Psicológicos y Apoyo Psicosocial para primeros respondientes SARS Cov-2/COVID-19" donde se detallan lineamientos y recomendaciones para la aplicación de primeros auxilios psicológicos ante casos sospechosos y/o confirmados de COVID-19; Ésta guía le permite al lector el ejecutar los primeros auxilios psicológicos de manera inmediata, con un alcance de enfermeros, médicos, paramédicos y profesionales afines a la salud; cuenta con un apartado explicativo de características sobre los PAPs, pasos de acción en su aplicación y la implementación del protocolo AVCDE; Existe una sección de manejo de noticias a posibles infectados y un protocolo de malas noticias; se encontraron sugerencias de pautas de autocuidado a tomar en cuenta por los aplicadores y recomendaciones a población infantojuvenil y adultos mayores.

En esta misma clasificación se encuentra el documento "Consideraciones operacionales para programas multisectoriales de salud mental y apoyo psicosocial durante la pandemia de la COVID-19" por Inter-Agency Standing Committee (IASC, 2020) que contiene una adaptación breve de primeros Auxilios Psicológicos al contexto COVID-19 ambientado en hospitales, con el objetivo principal de enseñar al personal de salud la atención básica de la salud mental temprana y el conocimiento de la derivación en caso de ser necesario; contempla una sección de educación sobre los PAPs, y guía al lector sobre adecuaciones sobre el COVID-19 con los pasos: Mire, Escuche y Relacione; Integra una sección de respeto a la seguridad, dignidad y los derechos y pautas de autocuidado; no cuenta con alguna forma de evaluación de progresos sin embargo esta respaldado por un programa adjunto del mismo documento llamado Servicios de Salud Mental y el Apoyo Psicosocial (SMAPS).

Valero (2020) también introdujo una propuesta de Intervención en crisis y primera ayuda psicológica para profesionales sanitarios en la pandemia COVID-19 con el objetivo principal de evitar la patologización de paciente y la prevención de futuros trastornos, su plan de actuación esta basado en el Manual Básico de Primeros Auxilios Psicológicos de Hernández y Gutiérrez (2014) y del Grupo de intervención psicológica en situaciones de emergencia, desastres y catástrofes del Colegio Oficial de Psicología de Navarra en su guía de Atención Psicológica Telefónica COVID-19 (2020); Como dato diferenciador esta propuesta de intervención cuenta con una sección de técnicas descritas detalladamente y evalúa su posible eficacia en la descripción de dos casos prácticos aplicados.

Aplicación Remota

Álvarez-Martínez (2020) sugirieron la implementación de los PAPs con el "Manual operativo del Curso Emergente para la Brigada de Atención Psicoemocional y Psicosocial a distancia durante la pandemia de la COVID- 19 en México"; este siendo uno de los primeros manuales propuestos a población mexicana de este tema y de aplicación remota, cuenta con una sección educativa, una sección destinada a la intervención en crisis delimitando su uso a solo psicólogos o personal preparado para llevarla a cabo. Al ser un manual operativo reciente, no cuenta con resultados de su implementación, no obstante, integra una sección de recomendaciones adicionales y flujograma para aplicación en brigadas.

El "Manual de Primeros Auxilios Psicológicos Adaptado a contexto de pandemia COVID-19 y aplicación remota" cumple con los lineamientos de la Cruz roja y la organización mundial de la salud para su aplicación a distancia (Cordón, 2021); Incluye fase de preparación para el aplicador y psicoeducación, no cuenta con especificación de que población puede aplicarlo; Divide la intervención de los PAPs dependiendo si se trata un "Protocolo de urgencia" o "General de atención", el primero siguiendo los pasos "PARE"; Su aplicación es de una sola sesión con derivación de seguimiento ; Finalmente, incluye recomendaciones de autocuidado al aplicador.

Se ubicó una investigación cualitativa de aplicación remota : "Primeros auxilios psicológicos en adultos tempranos con crisis de ansiedad, por aislamiento social, atendidos por telepsicología durante la pandemia" por Herrera & García, (2020) con el propósito de describir la aplicación del protocolo de asistencia que la universidad de Guayaquil Brindo en mayo y junio de 2020; cuenta con revisión literaria sobre el tema y metodología de su aplicación, los resultados fueron medidos a través de fuentes de información como registros, bitácoras e informes de los Primero Auxilios Psicológicos aplicados a población adulta temprana, sus métodos fueron la observación indirecta, el análisis bibliográfico, análisis de interpretación y síntesis; Como conclusión los jóvenes que usaron el servicio de teleasitencia de PAPs lograron desahogarse y con las técnicas de relajación aplicadas refirieron sentirse mas relajados y seguros con la información que se les brindaba, como sugerencia recomendaron que en caso de su replicación los voluntarios deben tener conocimientos prácticos previos además de teóricos.

En el idioma ingles se encontró la guía telefónica : "Remote Psychological First Aid during the COVID-19 outbreak" (International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies [IFRC], 2020), útil para personas en estado de

aislamiento, trabajadores de la salud, personas recuperadas de COVID-19, amigos y familia de algún fallecido, cuidadores de niños, adultos mayores y personas con discapacidad, y en general en edad adulta, se recomienda su implementación por parte del personal miembro de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja; El protocolo de los Primeros Auxilios Psicológicos se basa en los pasos "Mira, escucha y Conecta".

Aplicado por Psicólogos

Se hallaron también intervenciones diseñadas para la aplicación exclusivamente por psicólogos, argumentando que para su uso es necesario capacitación previa relacionada con su profesión y el uso de la terminología dentro de esta; La guía de atención psicológica virtual para personas de grupos vulnerables en crisis por la pandemia COVID-19 de Argüero-Fonseca, (2020); Aseguró ser una herramienta necesaria para el psicólogo y los profesionales de la salud mental; Con un formato de aplicación remota tiene la consigna de brindar la atención aún en situaciones de pacientes aislados o en estancias remotas; está dividida en cuatro niveles de atención: Canalización, Psicoeducación y orientación, Primeros auxilios psicológicos e Intervención breve cognitivo conductual; los tres primeros niveles podrán ser aplicados por alumnos de la carrera de psicología con capacitación, sin embargo el ultimo debe ejecutarse por profesionales en el tema; cada nivel presentó una carta descriptiva con pautas y pasos; Brinda una sección de evaluación personal para el paciente atendido, en la sección de anexos se detallaron las técnicas de los niveles 3 y 4 programadas ya en su carta descriptiva correspondiente.

Situaciones Particulares

Además de las clasificaciones anteriores se detectaron programas o guías de Primeros Auxilios Psicológicos enfocadas a situaciones particulares con población muy delimitada, siendo esto una herramienta muy útil en caso de presentarse una situación similar.

Como resultado de la pandemia surgen cambios en la dinámica en casa , es así que algunas parejas al estar aisladas pueden presentar estrés y ansiedad ; la propuesta de intervención de Garcés et al. (2020) con el titulo de "Aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos en dificultades de pareja durante la pandemia del COVID-19 en la ciudad de Villavicencio", tiene como propósito identificar estrategias que ayuden a la pareja a travesar el confinamiento por COVID-19 de manera pacifica, esto con ayuda de las fases de primeros auxilios psicológicos, y el apoyo de recursos como la familia o amigos y líneas de derivación; Esta investigación explora las dificultades de la pareja a través de conflictos como lo son el aislamiento, el estrés , las peleas y la violencia resultante y hace una exploración cualitativa de la aplicación de los PAPs distribuidas en 8 fases: Contacto y presentación, Alivio y protección, Contención, Recogida de información, Urgencias del caso, Conexión con la red social de apoyo, Pautas de afrontamiento, y el contacto con servicios externos; Presenta un apartado de consideraciones éticas y para el psicólogo aplicador; Como conclusión se determina que diversas peleas se pueden predecir y explicar por el aislamiento y la modificación de la rutina , no obstante una intervención previa es esencial para evitar que actos de violencia se presenten, recomienda el uso de los primeros auxilios psicológicos no solo en situaciones de posible diagnostico ante el COVID-19 si no también en dinámicas familiares y de pareja.

"Aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos en situaciones de desempleo por COVID-19 en la ciudad de Villavicencio, Meta" (Brito, 2020), propone un protocolo de atención a personas que por el cese de actividades por la pandemia, fueron despedidos y actualmente se encuentran desempleados, esto desde un modelo cualitativo descriptivo,; Ésta propuesta cuenta con un marco referencial sobre los lineamientos de los Primeros Auxilios Psicológicos y el contexto del desempleo con condicionales a la pandemia; la población en la que esta dirigida es en aquellas que residen en la ciudad de Villavicencio, mayores de edad, y hayan sido despedidos por motivos de cese de actividades por la contingencia por COVID-19; la intervención se establece al cabo de 5 pasos: Escucha activa, Entrenamiento respiratorio, Categorización de las emociones, Identificación de redes de apoyo y psicoeducación; Como conclusión se destaca el reconocimiento y la importancia de brindar atención a las personas que además de sufrir estrés por el confinamiento, interviene el desempleo. El objetivo principal de la investigación "Aplicación de los primeros auxilios psicológicos a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar durante la pandemia del COVID-19 en la ciudad de Villavicencio" (Álvarez, 2020) es utilizar los Primeros auxilios psicológicos en mujeres victimas de violencia durante la pandemia y así mismo dirigir una ruta de atención a estas; brinda un marco referencial sobre lo PAPs y la violencia a la mujer, su metodología se basa la recolección cualitativa en la literatura relacionada la tema; Como conclusión estableció la importancia de atender este problema de salud publica principalmente ejercida por el conyugue o la pareja; resalta las condiciones en las que pandemia funge como un elemento detonador de ésta y expone la relevancia de los PAPs y la capacitación oportuna a psicólogos y psicólogas.

El personal hospitalario se encuentra con un sinfín de estresores y situaciones de sobrecarga al ejercer su trabajo durante la pandemia, esto haciéndolos vulnerables a diversas psicopatologías o presencia de crisis; con el objetivo de brindar atención a este grupo vulnerable Figueroa ,(2020) presentó una propuesta de intervención en su articulo "Primeros auxilios psicológicos en personal sanitario expuesto al trabajo con pacientes contagiados con COVID-19" , donde primeramente describe los estresores más importantes, propone el protocolo de PAPs con la Técnica PAP-ABCDE por sus siglas en ingles : Escucha activa, Reentrenamiento en ventilación, Categorizar las necesidades, Derivación de redes de apoyo y psicoeducar.

Por último, en idioma ingles se ubicó una guía destinada a trabajadores hospitalarios en comunidades indio/Alaska

Americanos redactado por el Johns Hopkins Center for American Indian Health (2021). "Psychological First Aid For COVID-19 Frontline Workers in American Indian/Alaska Native Communities " presentó características diferentes por sus cualidades multiculturales, y su población que se ve en riesgo por su disminución; Ésta guía cuenta con 4 módulos, el primero se diferencia de otros manuales o protocolos, priorizando el bienestar del aplicador, con sugerencias en la modificación de su rutina y la implementación de técnicas de relajación; El modulo numero dos, concentra su atención en la importancia de mantener a la población y los trabajadores en contacto a través de dispositivos electrónicos o de manera presencial; En el modulo tres remarca las pautas al ofrecer la ayuda asistencial a la población nativa, haciendo uso de frases en su idioma y brindando ejemplos de que hacer y no hacer en un contexto desenvuelto en su cultura; El modulo 4 está dedicado a la población más vulnerable de su comunidad: personas con alguna enfermedad mental, adultos mayores, personas sin hogar o aquellos que no están seguros en casa.

Tabla 1.
Resumen de protocolos, guías e intervenciones de PAPs en contexto COVID-19

Protocolo	Autor (es)	Población	Tipo de aplicación	Protocolo
Guía de Primeros Auxilios Psicológicos y Apoyo Psicosocial para primeros respondientes SARS Cov-2/ COVID-19	Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2020)	General Adultos	Hospitalaria	AVCDE
Consideraciones operacionales para programas multisectoriales de salud mental y apoyo psicosocial durante la pandemia de la COVID-19	Inter-Agency Standing Committee [IASC] (2020)	General Adultos	Hospitalaria	Mire, Escuche y Relacione
Manual operativo del Curso Emergente para la Brigada de Atención Psicoemocional y Psicosocial a distancia durante la pandemia de la COVID- 19 en México	Álvarez-Martínez (2020)	General Adultos	Psicólogos De aplicación remota	Alianza terapéutica, la escucha activa
Manual de Primeros Auxilios Psicológicos Adaptado a contexto de pandemia COVID-19 y aplicación remota	Cordón, (2021)	General Adultos	Personal capacitado De aplicación remota	Fase de preparación para el aplicador y psicoeducación PARE
Primeros auxilios psicológicos en adultos tempranos con crisis de ansiedad, por aislamiento social, atendidos por telepsicología durante la pandemia	Herrera & García, (2020)	General Adultos	Personal capacitado De aplicación remota	
Remote Psychological First Aid during the COVID-19 outbreak	International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies [IFRC], (2020)	General Adultos	Personal capacitado	Mira, escucha y Conecta
Guía de atención psicológica virtual para personas de grupos vulnerables en crisis por la pandemia COVID-19	Argüero-Fonseca, (2020)	General Adultos	Psicólogos De aplicación remota	Canalización, Psicoeducación y orientación, Primeros auxilios psicológicos e Intervención breve cognitivo conductual
Aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos en dificultades de pareja durante la pandemia del COVID-19 en la ciudad de Villavicencio	Garcés et al., (2020)	Parejas con dificultades	Personal capacitado	Contacto y presentación, Alivio y protección, Contención, Recogida de información, Urgencias del caso, Conexión con la red social de apoyo, Pautas de afrontamiento, y el contacto con servicios externos
Aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos en situaciones de desempleo por COVID-19 en la ciudad de Villavicencio, Meta	Brito, (2020)	Adultos desempleados por pandemia COVID-19	Personal capacitado	Escucha activa, Entrenamiento respiratorio, Categorización de las emociones, Identificación de redes de apoyo y psicoeducación.
Aplicación de los primeros auxilios psicológicos a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar durante la pandemia del COVID-19 en la ciudad de Villavicencio	Álvarez, (2020)	Mujeres victimas de violencia intrafamiliar durante pandemia		Recolección cualitativa en la literatura relacionada la tema
Primeros auxilios	Figueroa, (2020)	Personal sanitario	Personal capacitado	PAP-ABCDE

Protocolo	Autor (es)	Población	Tipo de aplicación	Protocolo
psicológicos en personal sanitario expuesto al trabajo con pacientes contagiados con COVID-19		expuestos al trabajo con pacientes contagiados con COVID-19	Hospital	
Psychological First Aid For COVID-19 Frontline Workers in American Indian/Alaska Native Communities	Johns Hopkins Center for American Indian Health (2021).	Trabajadores en la línea principal por COVID-19 en comunidades Nativo-americanas/ Alaska	Personal capacitado	4 módulos Bienestar del aplicador Contacto Ayuda asistencial Personas vulnerables

Nota: La tabla muestra un resumen de las intervenciones, guías, y protocolos de la revisión teórica de Primeros Auxilios Psicológicos en un contexto por COVID-19, contiene sus autores, la población a la que va dirigida, el tipo de aplicación y resumen de su protocolo de acción. Elaborada por la autora del articulo Arteaga (2021).

DISCUSIÓN

Desde que la pandemia por Covid 19 se presentó, el mundo experimento muchos cambios y consecuencias de ello; la salud mental destaco su importancia por los procesos de crisis que se presentaban, y la misma necesidad de la población requería su atención, expertos en la salud mental tuvieron que adecuar las crisis presentadas a protocolos ya antes aplicados, como lo es la intervención en crisis; Por tal motivo este protocolo tuvo como objetivo recopilar aquellos que basaban la atención en crisis en contexto por Covid 19 la cual se resume en la Tabla1.

De esta manera ha sido funcional para los diversos sectores poblacionales contar con herramientas para intervenir, no obstante, como resultado de esta búsqueda se han identificado fortalezas y áreas de oportunidad que pueden ser tomadas en cuenta en la elaboración o replicación de protocolos de atención de primeros auxilios psicológicos en contexto de COVID-19 o de algún otro suceso que denote crisis a grandes sectores poblacionales.

En primer lugar, es importante destacar la necesidad de contemplar un sistema de salud que involucre la salud mental como prioridad, y el establecimiento de protocolos de atención definidos, con la capacidad de efectuarse a una gran cantidad de personas como lo es con los protocolos de aplicación remota, no obstante contar con la capacidad de evaluar y registrar la efectividad y así promover la mejoría de este, recalcando una deficiencia importante para ser considerados basados en evidencia.

Es posible decir que no fue posible predecir que la pandemia COVID-19 tendría tales repercusiones y se extendería a tal grado que cambiaria el estilo de vida de cada uno de los mexicanos y del mundo llevándolos a constantes crisis; la necesidad de contar con herramientas que permitieran tener contacto los demás sin estar expuestos presencialmente dio paso a las líneas de atención de emergencia, herramienta utilizada en los protocolos de atención remota donde beneficio positivamente la intervención donde antes, en su mayoría se aplicaba de manera presencial; es posible que esto también involucre la necesidad de evaluar de manera diferente el avance por las variables que presenta esta modalidad de atención.

En segundo lugar se destaca la importancia de capacitar a más psicólogos en la atención de primeros auxilios psicológicos que puedan apoyar y prevenir la aparición de patologías que originadas por una crisis pueden detonarse (Zamora-Moncayo, 2021) ; los protocolos que han sido aplicados han sido relativamente pocos, siendo esto una desventaja, ya que aquellos que por su profesión hacen uso de terminología y técnicas adaptadas a la atención de la salud mental son los psicólogos; se sugiere incrementar el desarrollo de protocolos y la aplicación de estos hechos por los mismos, dando también la oportunidad de involucrar al psicólogo en el sector hospitalario en el cual se ha desenvuelto escasamente.

Una característica en común que cada intervención presentó, es la capacitación y educación antes de intervenir, destacando la empatía y la escucha activa; Los pasos llevados a cabo para la intervención presentaron variación ya que en su mayoría en establecen estrategias puntuales ; por ejemplo en el caso de "Manual de Primeros Auxilios Psicológicos Adaptado a contexto de pandemia COVID-19 y aplicación remota" de Cordón,(2021); en donde utilizando las siglas "PARE" resume los pasos llevados a la aplicación; a diferencia de Figueroa, (2020) con el manual de "Primeros auxilios psicológicos en personal sanitario expuesto al trabajo con pacientes contagiados con COVID-19" que a través de las siglas ABCDE por sus siglas en ingles distribuye las técnicas y los pasos a seguir; de esta manera es posible resaltar lo pertinente de unificar los pasos a seguir condensándolos a una forma universal, de esta manera es posible se facilite su difusión, aplicación y evaluación.

Se identificó el abordaje de diferentes aplicadores, situaciones y poblaciones en donde es posible desarrollar un protocolo, es posible decir que se ha cubierto la necesidad de tener protocolos en ámbitos hospitalarios, pero ha dejado de lado otros sectores; A pesar de contar con algunos que abarcan poblaciones vulnerables como victimas de violencia, el sector que perdió su trabajo o los nativo-americanos; no cubre la brecha entre estos y otros grupos que no cuentan con adecuaciones para sus necesidades; como lo es el sector infanto-juvenil, personas con discapacidad, población con enfermedades mentales o trastornos, adultos mayores, acotados al fallecimiento de algún familiar o personajes que experimentaron grandes cambios en su forma de trabajo o desarrollo, como lo son: maestros, alumnado o trabajadoras del hogar. Con esta revisión también pudo llevar a concluir que no existe una manera unificada en la cual se pueda evaluar la eficacia de estos protocolos, ya sea por la variabilidad de su aplicación, la diferencia en la ubicación en la cual han sido desarrollados, la población en a la cual sea dirigida o los recursos que se cuentan en su aplicación, no es posible en este momento determinar una manera cuantitativa de medir resultados sin contemplar el control de un seguimiento de cada uno de los sujetos en crisis; se sugiere el incrementar el interés por desarrollar la unificación de protocolos con un formato universal en común y su evaluación correspondiente para llegar a resultados que beneficien a próximos sucesos detonadores de crisis

REFERENCIAS

Álvarez, P., Bermúdez, G., & Molina, L. (2020). *Aplicación de los primeros auxilios psicológicos a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar durante la pandemia del Covid-19 en la ciudad de Villavicencio.* https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18317/4/2020_aplicacion_primeros_auxilios.pdf

Álvarez-Martínez, J., Andrade-Pineda, C., Vieyra-Ramos, V., Esquivias-Zavala, H., Merlín-García, I., Neria-Mejía, R., & Sánchez-Hidalgo, J. (2020). *Manual operativo del Curso Emergente para la Brigada de Atención Psicoemocional y Psicosocial a distancia durante la pandemia*

de la COVID- 19 en México. http://inprf.gob.mx/ensenanzanew/archivos/2020/manual_brigadas_2020.pdf

Aranda-Rubio, Y., Aranda-Rubio, L., Alcaraz-L, C., & Isach-Comallonga, M. (2021). Repercusiones en la salud mental del paciente anciano tras padecer COVID-19: trastorno de estrés postraumático. A propósito de un caso. *Revista Española De Geriatría Y Gerontología*, *56*(2), 115-116. https://doi.org/10.1016/j.regg.2020.10.008

Argüero-Fonseca, A. (2020). *Guía De Atención Psicológica Virtual Para Personas De Grupos Vulnerables En Crisis Por La Pandemia COVID-19.* http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/109466/WEB-Gu%C3%ADa%20Covid.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Bogoch, I., Watts, A., Thomas-Bachli, A., Huber, C., Kraemer, M., & Khan, K. (2020). Pneumonia of unknown aetiology in Wuhan, China: potential for international spread via commercial air travel. *Journal Of Travel Medicine*, *27*(2). https://doi.org/10.1093/jtm/taaa008

Brito, A., Montesdeoca, E., & Lucio Rey, L. (2020). *Aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos en situaciones de desempleo por COVID-19 en la ciudad de Villavicencio, Meta.* https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18313/4/2020_aplicacion_primeros_auxilios.pdf.

Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. & Rubin, J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancent*, 395 (10227), 912-920. https://doi.org/10.1016/ S0140-6736(20)30460-8

Brymer, M., Layne, C., Jacobs, A., Pynoos, R., Ruzek, J., & Steinberg, A. et al. (2006). *Primeros Auxilios Psicológicos: Guía de operaciones practicas* (2da ed.). http://www.ncptsd.va.gov.

Cordón, P., Fernández, R., Muñoz, S., & De León, A. (2021). *Manual de Primeros Auxilios Psicológicos Adaptado a contexto de pandemia COVID-19 y aplicación remota* [PDF]. VOLUNCA. https://pavlov.psyciencia.com/2020/07/manual-pap.pdf.

Dirección General de epidemiologia. (2021 abril). *Covid 19 México. Datos Covid-19.* https://datos.covid-19.conacyt.mx

Figueroa, R. (2020). *Primeros auxilios psicológicos en personal sanitario expuesto al trabajo con pacientes contagiados con COVID-19.* Red Mosaico, 33-42. https://medicina.uc.cl/wp-content/uploads/2020/06/Salud-Mental-COVID-Jornada-4-MedUC.pdf.

Garcés, K., Hernández, J., & Rey, L. (2020). *Aplicación de los Primeros Auxilios Psicológicos en dificultades de pareja durante la pandemia del COVID-19 en la ciudad de Villavicencio.* https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18315/4/2020_aplicación%20_primeros_auxilios.pdf.

García-Ontiveros, M., Arbulo, B., Mallo, C., Mayoral, M., García, M., Hermosilla, M., Holguera, S., Martín, R., Delgado,T., Sanz, S., Ureña, M., Valencia, F., Parages, A. & Marañón, F.(2020). Intervención en la crisis COVID-19 del equipo de Psicología Clínica de la Interconsulta del IPS Gregorio Marañón. *Clínica Contemporánea*, *11*(3). https://doi.org/10.5093/cc2020a17

Herrera, H., & García, D. (2020). *Primeros auxilios psicológicos en adultos tempranos con crisis de ansiedad, por aislamiento social, atendidos por telepsicología durante la pandemia*. Universidad De Guayaquil.

Inter-Agency Standing Committee. (2020). Consideraciones operacionales para programas multisectoriales de salud mental y apoyo psicosocial durante la pandemia de la COVID-19. https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-08/IASC%20Guidance%20on%20Operational%20considerations%20for%20Multisectoral%20MHPSS%20Programmes%20during%20the%20COVID-19%20Pandemic%20%28Spanish%29.pdf

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. (2020). *Remote Psychological First Aid during the COVID-19 outbreak.* http://socialserviceworkforce.org/system/files/resource/files/Remote-Psychological-First-Aid-during-COVID19.pdf.

Johns Hopkins Center for American Indian Health. (2021). *Psychological Fist Adi For COVID-19 Frontline Workers in American Indian/Alaska Native Communities.* https://caih.jhu.edu/assets/documents/Psychological_First_Aid_for_COVID-19_Frontline_Workers_in_AI_AN_Communities.pdf.

Kim, H., Yoo, S., Lee, B., Lee, S., & Shin, H. (2018). Psychiatric Findings in Suspected and Confirmed Middle East Respiratory Syndrome Patients Quarantined in Hospital: A Retrospective Chart Analysis. *Psychiatry Investigation*, *15*(4), 355-360. https://doi.org/10.30773/pi.2017.10.25.1

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2020). *Guía de Primeros Auxilios Psicológicos y Apoyo Psicosocial para primeros respondientes - SARS CoV-2 / COVID-19.* https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/07/GUÍA-PAP-COVID-19_2020.pdf

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2020). *Guía de Primeros Auxilios Psicológicos y Apoyo Psicosocial para primeros respondientes - SARS CoV-2 / COVID-19.* https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/07/GUÍA-PAP-COVID-19_2020.pdf

Organización Mundial de la Salud (2020). Transmisión del SARS-CoV-2: repercusiones sobre las precauciones en materia de prevención de infecciones. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333390/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Transmission_modes-2020.3-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud (2020). *Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS*. https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey

Organización Mundial de la Salud (2021 abril). *Manejo Clínico de la Covid-19. Datos y estadísticas*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/340629/WHO-2019-nCoV-clinical-2021.1-spa.pdf

REUTERS (2021 abril). *Covid 19, Global tracker*. https://graphics.reuters.com/world-coronavirus-tracker-and-maps/es/

Rodríguez-Cahill, C.(2020). Cinco retos psicológicos de la crisis del COVID-19. *JONNPR*, 5 (6), 583-88. DOI: 10.19230/jonnpr.3662

Rodríguez-Quiroga, A., Buiza, C., Mon, M., & Quintero, J. (2020). COVID-19 y salud mental. *Medicine - Programa De Formación Médica Continuada Acreditado*, *13*(23), 1285-1296. https://doi.org/10.1016/j.med.2020.12.010

Rodríguez-Rodríguez, T., Fonseca-Fernández, M., Valladares-González, A & López-Angulo, L. (2020). Protocolo de actuación psicológica ante la COVID-19 en centros asistenciales. Cienfuegos. Cuba. *Medisur*. 18(3), 12. http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4671

Rodríguez-Rodríguez, T., Fonseca-Fernández, M., Valladares-González, A & López-Angulo, L. (2020). Protocolo de actuación psicológica ante la

COVID-19 en centros asistenciales. Cienfuegos. Cuba. *Medisur*. 18(3), 12. http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4671

Rosenberg, S., Mendoza, J., Tabatabaei-Jafari, H., & Salvador-Carulla, L. (2020). International experiences of the active period of COVID-19 - Mental health care. *Health Policy And Technology*, *9*(4), 503-509. https://doi.org/10.1016/j.hlpt.2020.08.016

Slaikeu, K. (1996). *Intervención en crisis.* El Manual Moderno.

Valero, M. (2020). *Intervención en crisis y primera ayuda psicológica para profesionales sanitarios en la pandemia COVID-19.* [Trabajo Fin de Grado]. Universidad de Almería.

Zamora Moncayo, E., Coello Baquero, D., Alvarez Frank, N., Sáenz Hinojosa, M., Moreno Montenegro, E., Toledo Jara, C., & Neira Irigoyen, G. (2021). *La experiencia de implementación de "Cuéntame": una intervención en salud mental*.*2*(1), 18. https://doi.org/10.18272/esferas.v2i.1985