



UNIVERSIDAD JUÁREZ AUTÓNOMA DE TABASCO

“Estudio en la duda. Acción en la fe”

División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco



**INTEGRACIÓN DE UNA BRIGADA DE PRIMEROS AUXILIOS
PSICOLÓGICOS EN LA UNIDAD INTERNA DE PROTECCIÓN CIVIL EN LA
DIVISIÓN ACADÉMICA MULTIDISCIPLINARIA DE COMALCALCO**

TRABAJO RECEPCIONAL BAJO LA MODALIDAD DE TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO ATENCIÓN PREHOSPITALARIA Y DESASTRES

PRESENTA:

KARLA SELENE HERNÁNDEZ DE LA CRUZ

ASESOR:

**MARIA ANTONIA JIMENEZ DE LOS SANTOS
YESENIA PERALTA JIMENEZ**

Septiembre de 2025

Declaración de Autoría y Originalidad

En la Ciudad de Comalcalco Tabasco, el día 04 del mes 11 del año 2025, el que suscribe Karla Selene Hernández De La Cruz alumna del Programa de Licenciatura en Atención Prehospitalaria y Desastres con número de matrícula 202P5026, adscrito a la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco, de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, como autor(a) (es) de la Tesis presentada para la obtención del título de Licenciado en Atención Prehospitalaria y Desastres y titulada Integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos en la Unidad Interna de Protección Civil en la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco, dirigida por M. en C. María Antonia Jiménez De los Santos y la Dra. Yesenia Peralta Jiménez.

DECLARO QUE:

La Tesis es una obra original que no infringe los derechos de propiedad intelectual ni los derechos de propiedad industrial u otros, de acuerdo con el ordenamiento jurídico vigente, en particular, la LEY FEDERAL DEL DERECHO DE AUTOR (Decreto por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley Federal del Derecho de Autor del 01 de Julio de 2020 regularizando y aclarando y armonizando las disposiciones legales vigentes sobre la materia), en particular, las disposiciones referidas al derecho de cita.

Del mismo modo, asumo frente a la Universidad cualquier responsabilidad que pudiera derivarse de la autoría o falta de originalidad o contenido de la Tesis presentada de conformidad con el ordenamiento jurídico vigente

Villahermosa, Tabasco a 04 de Noviembre de 2025.



Karla Selene Hernández De La Cruz

DEDICATORIA

“La gratitud es el arte de apreciar las pequeñas cosas que hacen grande la vida”.

-Rosa Montero

Doy gracias a Dios, a la vida y a cada una de las personas que me brindaron su ayuda y permitirme cumplir una de mis mayores metas en la vida.

Dedico este trabajo a:

A mi madre y a mis hermanos, porque a pesar de los problemas y las dificultades que la vida nos ha presentado, seguimos juntos. Aunque no siempre sepamos demostrar nuestro cariño con palabras o gestos, el amor que nos tenemos es inmenso y sincero. Ustedes han sido mi fortaleza, mi raíz y el motivo para no rendirme, incluso en los momentos más difíciles.

A mi familia materna, y de manera muy especial a mi tío Benjamín Ocampo, por su apoyo incondicional, por preocuparse genuinamente por nosotros en el momento más difícil que atravesó mi familia. Su ayuda no solo fue material, también fue un gesto de amor, solidaridad y esperanza que nunca olvidaré, que marcaron una gran diferencia en mi camino, y siempre estaré profundamente agradecida.

A Miguel Enrique, por estar conmigo desde el inicio hasta el final de este proceso, por acompañarme en los momentos de cansancio, duda y miedo, y por ser un apoyo constante cuando más lo necesité. Gracias por tu paciencia, por tu amor demostrado en los pequeños detalles y por creer en mí incluso cuando yo dejé de hacerlo. Caminar a tu lado hizo este camino más llevadero y humano. Sin importar a dónde nos lleve la vida, siempre llevaré conmigo un profundo agradecimiento por tu presencia, tu apoyo y el amor que me brindaste en esta etapa tan importante de mi vida.

Gracias a todos los que, de alguna manera, estuvieron presentes, apoyaron, creyeron en mí y formaron parte de este camino. Este logro también es de ustedes.



UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

"ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE"



DIVISIÓN ACADÉMICA
MULTIDISCIPLINARIA
DE COMALCALCO



2025
AÑO DE LA
Mujer
Indígena

Comalcalco, Tabasco; octubre 22 de 2025

Oficio No. 031/CI-DAMC/25

Asunto: Resultados del
Reporte de Similitud

M. EN C. MARÍA ANTONIA JIMÉNEZ SANTOS
PROFESORA-INVESTIGADORA DAMC
PRESENTE

Por medio de la presente, y en virtud de la solicitud emitida a la Coordinación de Investigación, para la revisión mediante el Software Antiplagio Turnitin, del trabajo Recepcional en la modalidad de Tesis, titulada **"INTEGRACIÓN DE UNA BRIGADA DE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS EN LA UNIDAD INTERNA DE PROTECCIÓN CIVIL EN LA DIVISIÓN ACADÉMICA MULTIDISCIPLINARIA DE COMALCALCO"**, realizado por la **C. KARLA SELENE HERNÁNDEZ DE LA CRUZ**, de la Licenciatura en Atención Prehospitalaria y Desastres.

Se le notifica, que sea realizado la **1RA. REVISIÓN**, en donde después de realizar el análisis correspondiente, se obtuvo una **Similitud del 7%**. Este resultado incluye todas las coincidencias encontradas en bases de datos, publicaciones académicas y otros trabajos estudiantiles presentes en el sistema de Turnitin. Así mismo se le hace mención, que, con las nuevas actualizaciones del Software, este también realiza revisiones del uso de la Inteligencia Artificial (IA) en los trabajos académicos y de investigación; por lo que, durante la revisión, el resultado encontrado fue, que **un 0% del presente trabajo, probablemente se generó con el uso de IA**. Con dicho resultado se comprueba la originalidad del trabajo acorde a los criterios del Artículo 9 de los Lineamientos para el Uso y Manejo del Software Antiplagio.

Anexo reporte de Similitud Turnitin con número de Folio **Rev01-1610-2025-513852890**.

Sin más por el momento, envío un cordial saludo.

ATENTAMENTE.

MAPS. SILVIA VÁZQUEZ JIMÉNEZ
COORDINADORA DE INVESTIGACIÓN

C.c.p. L.C.E. Fátima Montserrat Mayo León. Responsable del Área de Titulación, Seguimiento de Egresados y mercado laboral.
Archivo.



UNA ALIANZA DE CALIDAD POR LA EDUCACIÓN SUPERIOR

COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN DAMC



@DamcUjatMx



damcujatmx



@DamcUjatMx



DAMC UJAT

www.ujat.mx

Rancharía Sur Cuarta Sección, C.P. 86650 Comalcalco, Tabasco. Tel. (993) 358.15.00 Ext. 6914 E-mail: investigacion.damc@ujat.mx



UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

"ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE"



DIVISIÓN ACADÉMICA
MULTIDISCIPLINARIA
DE COMALCALCO



2025
AÑO DE LA
Mujer
Indígena

Comalcalco, Tabasco a 28 de octubre de 2025

Oficio N° DAMC-1558/25

Asunto: Autorización de impresión de
Trabajo Recepcional por Tesis.

C. KARLA SELENE HERNÁNDEZ DE LA CRUZ
PASANTE DE LA LICENCIATURA EN ATENCIÓN PREHOSPITALARIA
Y DESASTRES
PRESENTE

Por medio del presente y en cumplimiento a lo establecido en el Capítulo IV art. 104 del Reglamento de Titulación para Egresados de Licenciatura y Técnico Superior Universitario, vigente, me permito informarle que se autoriza la impresión del Trabajo Recepcional bajo la Modalidad de Tesis titulado "Integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos en la Unidad Interna de Protección Civil en la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco", para sustentar su Examen Profesional de la Licenciatura en Atención Prehospitalaria y Desastres, bajo la dirección de la Mtra. María Antonia Jiménez Santos y la Dra. Yesenia Peralta Jiménez.

Sin otro particular, aprovecho la ocasión para enviarle un cordial saludo.

ATENTAMENTE

DR. JOSÉ ALFREDO DÍAZ GANDARILLA

DIRECTOR

Vo. Bo.

L.C.E. Fátima Montserrat Mayo León

Responsable de Titulación, Seguimiento de Egresados
y Mercado Laboral

C.c.p. Archivo

ÁREA DE TITULACIÓN, SEGUIMIENTO DE EGRESADOS Y MERCADO LABORAL

@DamcUjatMx damcujatmx @DamcUjatMx DAMC UJAT

www.ujat.mx

Rancharía Sur Cuarta Sección, C.P. 86650 Comalcalco, Tabasco. Tel. (993) 358.15.00 Ext. 6932 E-mail: egresados.damc@ujat.mx

Carta de Cesión de Derechos

Villahermosa, Tabasco a diciembre de 2025.

Por medio de la presente manifestamos haber colaborado como AUTOR(A) y/o AUTORES(RAS) en la producción, creación y/o realización de la obra denominada Integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos en la Unidad Interna de Protección Civil en la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco.

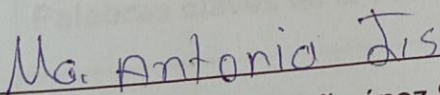
Con fundamento en el artículo 83 de la Ley Federal del Derecho de Autor y toda vez que, la creación y/o realización de la obra antes mencionada se realizó bajo la comisión de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco; entendemos y aceptamos el alcance del artículo en mención, de que tenemos el derecho al reconocimiento como autores de la obra, y la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco mantendrá en un 100% la titularidad de los derechos patrimoniales por un periodo de 20 años sobre la obra en la que colaboramos, por lo anterior, cedemos el derecho patrimonial exclusivo en favor de la Universidad.

COLABORADORES

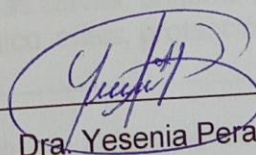


Karla Selene Hernández De La Cruz

TESTIGOS



M. en C. María Antonia Jiménez Santos



Dra. Yesenia Peralta Jiménez

Alojamiento de la Tesis en el Repositorio Institucional	
Título de Tesis:	Integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos en la Unidad Interna de Protección Civil en la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco.
Autor(a) o autores(ras) de la Tesis:	Karla Selene Hernández De La Cruz
ORCID:	202P5026
Resumen de la Tesis:	Los primeros auxilios psicológicos (PAP) son un conjunto de intervenciones tempranas y breves que tiene el propósito de ayudar a personas que han experimentado una crisis o evento traumático a recuperar el equilibrio emocional y a reducir el estrés inicial. Los PAP consisten en proporcionar apoyo práctico y emocional para ayudar a las personas a afrontar la situación estresante y logre tomar decisiones asertivas. Las brigadas de primeros auxilios psicológicos en las escuelas en todos los niveles educativos son esenciales para proteger la salud emocional de los estudiantes y toda la comunidad escolar ante posibles eventos estresantes que pueden generar crisis. Al proporcionar atención inmediata y apoyo psicosocial, las brigadas de primeros auxilios psicológicos ayudan a reducir el estrés, disminuyen posibles consecuencias emocionales y promueven una adaptación más eficiente en los distintos escenarios escolares. Los primeros auxilios psicológicos consisten en la atención inmediata proporcionada a (niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y/o familias) posterior a eventos estresantes que puede ocasionar una crisis.
Palabras claves de la Tesis:	Palabras claves: brigada, primeros auxilios, psicológico, crisis, protección civil.
Referencias citadas:	Se incluyen al final del documento

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN.....	10
2. MARCO TEÓRICO.....	14
3. JUSTIFICACIÓN	28
4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	30
5. HIPÓTESIS.....	32
6. OBJETIVO GENERAL.....	33
6.1. Objetivos Especifico.....	33
7. METODOLOGÍA	34
8. RESULTADOS	37
8.1 Discusión.....	42
8.2 Conclusión y recomendaciones	44
9. BIBLIOGRAFÍA.....	45

RESUMEN

Los primeros auxilios psicológicos (PAP) son un conjunto de intervenciones tempranas y breves que tiene el propósito de ayudar a personas que han experimentado una crisis o evento traumático a recuperar el equilibrio emocional y a reducir el estrés inicial. Los PAP consisten en proporcionar apoyo práctico y emocional para ayudar a las personas a afrontar la situación estresante y logre tomar decisiones asertivas. Las brigadas de primeros auxilios psicológicos en las escuelas en todos los niveles educativos son esenciales para proteger la salud emocional de los estudiantes y toda la comunidad escolar ante posibles eventos estresantes que pueden generar crisis. Al proporcionar atención inmediata y apoyo psicosocial, las brigadas de primeros auxilios psicológicos ayudan a reducir el estrés, disminuyen posibles consecuencias emocionales y promueven una adaptación más eficiente en los distintos escenarios escolares. Los primeros auxilios psicológicos consisten en la atención inmediata proporcionada a (niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y/o familias) posterior a eventos estresantes que puede ocasionar una crisis.

Palabras claves: brigada, primeros auxilios, psicológico, crisis, protección civil.

Abstract:

Psychological first aid (PFA) is a set of early, brief interventions intended to help people who have experienced a crisis or traumatic event regain emotional balance and reduce initial stress. PFA consists of providing practical and emotional support to help people cope with stressful situations and make assertive decisions. Psychological first aid teams in schools at all educational levels are essential to protecting the emotional health of students and the entire school community in the face of potentially stressful events that could lead to crises. By providing immediate attention and psychosocial support, psychological first aid teams help reduce stress, lessen potential emotional consequences, and promote more efficient adaptation in different school settings. Psychological first aid consists of the immediate care provided to children, adolescents, adults, older adults, and/or families after stressful events that could lead to a crisis.

Keywords: brigade, first aid, psychological, crisis, civil protection.

1. INTRODUCCIÓN

El Objetivo de Desarrollo Sustentable (ODS) 4 de la agenda 2030, busca una educación de calidad en la cual se implementen estrategias para brindar educación inclusiva y equitativa en todos los niveles educativos. El término educación de calidad a nivel nacional contempla desafíos y oportunidades de mejora continua, entre los desafíos más complejos que presenta la educación en México son las llamadas barreras estructurales, desigualdad económica y social, de la misma manera, las cifras de rezago educativo aumentan, principalmente en las instituciones de educación superior afectando la eficiencia terminal. El aumento de estas cifras es un reflejo de la carencia de las condiciones apropiadas para proporcionar educación eficiente. La implementación de brigadas de primeros auxilios psicológicos (PAP) tiene un impacto significativo en el rezago educativo, sin duda alguna, el bienestar emocional de los estudiantes es fundamental para el rendimiento académico. La implementación de PAP en las escuelas favorece la mitigación de los efectos del estrés y la ansiedad, mejorando el rendimiento escolar y el aprendizaje. Los factores más asociados al rezago educativo en las instituciones de educación superior son familiares, económicos y bajo rendimiento académico principalmente. El ingreso a las instituciones educativas de nivel superior es considera una etapa fundamental en la consolidación profesional de los jóvenes (Katt, 2024). Sin embargo, también es un factor detonante de estrés ante y durante del proceso de transición académica.

La deserción escolar de estudiantes en las instituciones de educación superior en México es una temática que afecta la eficiencia terminal educativa (Molina, 2022), reportó que del total que ingresa a las universidades el 25 y 35% abandonaron los centros educativos

el primer año y el 15 y 20% no concluyeron las carreras universitarias. Así mismo, las brigadas de primeros auxilios psicológicos pueden contribuir a reducir la deserción escolar al proporcionar apoyo emocional y social inmediato a estudiantes que experimentan crisis estresantes o traumas, mejorando el bienestar emocional de estos favoreciendo el enlace e integración escolar. Al abordar los efectos psicológicos de eventos adversos, los PAP mejoran el ambiente escolar, mejorando el aprendizaje, esto contribuye a que los estudiantes logren mantenerse en la escuela (Organización de las Naciones Unidas, 2023).

En las carreras universitarias del área de la salud, la deserción escolar de los estudiantes se atribuye a factores interno y externos, poca motivación, dificultad de aprendizaje, pocos hábitos y técnicas de estudio, bajo rendimiento lo que ocasiona altos niveles de estrés en los estudiantes. El estrés es una problemática de gran importancia porque afecta a los estudiantes física y emocionalmente, disminuyendo el rendimiento académico y afectando otras actividades diarias fuera del aula. El estrés académico puede ser definido como la respuesta del cuerpo a múltiples demandas académicas interrelacionadas, que pueden exceder las capacidades adaptativas del estudiante y la literatura lo describe como el mayor obstáculo de salud que interfiere con el rendimiento académico de los estudiantes (att, 2024). Los factores estresantes en el ambiente académico están asociados con sobrecarga de actividades, falta de planeación del tiempo para cumplir con las actividades académicas y exámenes (Alsulami, 2021). El estrés académico favorece algunas conductas nocivas en los estudiantes como consumo de alcohol y drogas, actividades sexuales sin protección, inactividad física, alteración de patrones de alimentación y sueño deficiente. Teniendo en cuenta lo anterior, es

preocupante conocer que la presión que enfrentan los estudiantes para realizar sus actividades académicas es tan severa que predispone a intentos de suicidio. Los primeros auxilios psicológicos son cruciales en las universidades porque son una alternativa eficiente y proporcionan una respuesta eficiente y rápida a las situaciones emocionales de los estudiantes en condiciones de estrés que pueden generar crisis.

La integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos en la unidad interna de protección civil es crucial para la respuesta a emergencias y la atención a estudiantes en situaciones de estrés con posibles crisis. La brigada de primeros auxilios psicológicos se integra por personas capacitadas para brindar apoyo emocional y reducir efecto psicológico de situaciones traumáticas. Según la Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-005-SEGOB-2012, Atención a la salud psicosocial en caso de emergencia o desastre, los PAP pueden ser proporcionados por cualquier personal que proporciona el auxilio a las personas, como policías, personal paramédico y público general capacitado en PAP. La atención se deberá realizar a través de grupos denominados Brigada de Intervención en Crisis (BRIC). La brigada proporciona en primera estancia los PAP y la intervención en crisis. En este sentido, la propuesta, Integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos como parte de la unidad interna de protección civil DAMC es únicamente para operar los primeros auxilios psicológicos en estudiantes cuando lo requieran. La salud mental en el ambiente universitarios es fundamental porque determina la permanencia, rendimiento académico y calidad de vida en los jóvenes universitarios. El estrés académico, la inseguridad que afecta actualmente a la sociedad, así como el proceso de transición académica en los primeros semestres son factores que demandan la urgencia de implementación de mecanismos institucionales en atención oportuna. En

este sentido, la integración de PAP en las unidades internas de protección civil con un enfoque preventivo complementa la atención oportuna, proporcionando un acompañamiento y apoyo emocional inmediato a estudiantes que presentan alguna crisis nerviosa. Este trabajo propone un modelo operativo para la DAMC-UJAT, acorde con los lineamientos institucionales para la operatividad de una BPAP práctica, eficaz, evaluables y sustentable.

2. MARCO TEÓRICO

Desastres origen y consecuencias

La Ley General de protección Civil y las leyes de protección civil estatales disponen que todo inmueble ya sea público o privado, como escuelas, hospitales, centros de trabajo entre otros, deben contar y operar con su Programa Interno de Protección Civil para mitigar y reducir los riesgos que se identifiquen al igual que atender alguna emergencia o desastre, también se encarga de la integración de un comité interno de protección civil y brigadas para proporcionar apoyo en algunas eventualidades.

(Coordinación Nacional de Protección Civil, El Centro Nacional de Prevención de Desastres, 2021).

Una brigada se conforma por un grupo de personas que son capacitadas y adiestradas en funciones básicas para responder ante emergencias o desastres, estas son: prevención y combate de incendios, evacuación de inmuebles, búsqueda y rescate y primeros auxilios, se encargan de llevar a cabo las acciones de prevención, auxilio y recuperación según el programa interno de protección civil. (Secretaría de Salud/STCONAPRA., 2017). Las brigadas están integradas para trabajar por fases.

Fase de prevención: son todas aquellas acciones que se llevan a cabo antes de que ocurra una emergencia o desastre, mediante la identificación de los riesgos a los que se está expuesto, reducirlos y prepararse para disminuir los efectos.

Fase de auxilio o ayuda: son las acciones o actividades de ayuda a la población que se ve afectada por la presencia de un fenómeno perturbador, al igual que contar con los planes de emergencia, protocolos, y saber las medidas de autoprotección.

Fase de recuperación: son las actividades que se realizan para restablecer los servicios y/o actividades que fueron afectados por la emergencia o desastre, hasta el retorno a la normalidad. (Coordinación Nacional de Protección Civil, El Centro Nacional de Prevención de Desastres, 2021).

Según la ley general de protección civil una emergencia es una “Situación anormal que puede causar un daño a la sociedad y propiciar un riesgo excesivo para la seguridad e integridad de la población en general, generada o asociada con la inminencia, alta probabilidad o presencia de un agente perturbador”, y un desastre es el “resultado de la ocurrencia de uno o más agentes perturbadores severos y o extremos, concatenados o no, de origen natural, de la actividad humana o aquellos provenientes del espacio exterior, que cuando acontecen en un tiempo y en una zona determinada, causan daños y que por su magnitud exceden la capacidad de respuesta de la comunidad afectada” (Cámara De Diputados Del H. Congreso De La Unión, 2023).

Los fenómenos perturbadores son los causantes de un desastre y dependiendo de su origen se pueden clasificar en:

Fenómenos de origen natural: son los que se dan porque la naturaleza actúa sobre cielo, mar, tierra o espacio.

Geológicos: es todo que tiene como causa directa las acciones y movimientos de la corteza terrestre como los sismos, erupciones volcánicas, tsunamis, inestabilidad de laderas, derrumbes, hundimientos y agrietamientos.

Hidrometeorológicos: derivado de los agentes atmosféricos como los ciclones tropicales, lluvias extremas, inundaciones pluviales, heladas, sequías.

Astronómico: son los eventos de los objetos del espacio exterior como las estrellas, planetas, cometas, meteoros, tormentas solares.

Fenómenos antropogénicos: que son producidos por la actividad humana, ya sea por descuidos en el manejo de actividades, productos o fallas en sistemas de seguridad, al igual que pueden ser de manera intencional.

Químico-tecnológico: son provocados por la acción violenta distintas sustancias derivadas de su interacción molecular o nuclear, como incendios, explosiones, fugas toxicas, radiaciones y derrames.

Sanitario ecológico: se provocan por la acción patógena de agentes biológicos que afectan tanto a la población como a los animales, y cosechas causando perdidas o su muerte, al igual que alteraciones en la salud, como las epidemias, pandemias, plagas, contaminación del aire, agua, suelo y alimentos.

Socio-organizativo: causado a raíz de errores humanos o acciones premeditadas y afectan a grandes concentraciones o movimientos masivos de la población, tales como el terrorismo, vandalismo, hambruna entre otros.

La vulnerabilidad, es la susceptibilidad de un agente afectable que puede sufrir daños y pérdidas en presencia de un agente perturbador, se determina por factores físicos, sociales, económicos y ambientales (DGAPSU UNAM , 2023).

Intervenciones de las brigadas de protección civil y la importancia de los primeros auxilios psicológicos

Los Primeros auxilios psicológicos (PAP) es la intervención de primera instancia que se le brinda a personas que presentan un estado de crisis o que han vivido un acontecimiento crítico grave y son incapaces o están limitadas a resolver y/o sobrellevar la situación, brindando acompañamiento y contención emocional. Los PAP deben ser brindados por personal capacitado que puedan ayudar al manejo emocional para que la persona identifique, acepte y exprese sus emociones, orientarla de manera efectiva, y tener la inteligencia emocional para establecer relaciones positivas y efectiva, con la capacidad de reconocer, entender y gestionar emociones tanto propias como la de los demás. Por otro lado, la práctica de los primeros auxilios de carácter psicológico no está restringida a los profesionales de la salud mental y puede ponerse en práctica por personas sin formación psicológica específica.

Los PAP disminuyen el estrés agudo y la ansiedad, favoreciendo a la resiliencia al brindar el apoyo en las primeras etapas, y la intervención oportuna previene o mitiga el desarrollo de trastornos de la salud mental a largo plazo, ayudan al manejo de las reacciones emocionales, mejorando y proporcionando una sensación de control y confort.

Los principales objetivos de los PAP son: establecer una conexión empática y respetuosa, proporcionando seguridad física y emocional, un entorno seguro y cómodo para quienes presenten alguna crisis; así como la estabilización y orientación mediante diferentes métodos como técnicas de respiración, proporcionar información oportuna y práctica en caso de ser requerida tal como buscar redes de apoyo.

Los brigadistas de primeros auxilios psicológicos pueden identificar factores de riesgo, proporcionar atención oportuna y contener la crisis, además de referir a las personas a los servicios de salud mental adecuados, ayudar a las personas a expresar sus angustias, promover reuniones familiares para hablar sobre lo sucedido e identificar las necesidades de salud mental, sin embargo, en el ambiente escolar, la crisis es una situación en la que no hay información adecuada, recursos suficientes y se requiere tomar decisiones (Andrade Rodríguez, 2024).

Primeros Auxilios Psicológicos para Escuelas (PFA-S) por las siglas en inglés, es un modelo desarrollado para proporcionar ayuda principalmente a estudiantes, sin embargo, el modelo incluye a la comunidad escolar y familiares de estudiantes a afrontar las secuelas inmediatas de algún evento violento o desastres. La implementación de PFA-S mejora la estabilidad emocional, restableciendo la seguridad a quienes presentaron algún tipo de evento perturbador, disminuyendo la ansiedad e identificando necesidades con una orientación compasiva cuidado la confidencialidad y vulnerabilidad de los afectados.

2.1. Antecedentes

Descripción de las diferentes situaciones de desastres y emergencias en las que se han aplicado los primeros auxilios psicológicos

La Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-005-SEGOB-2012 trata de la atención de la salud psicosocial en casos de emergencias y desastres posterior a eventos perturbadores, tiene establecido objetivos y métodos para promover y garantizar la atención psicológica y psiquiátrica a las personas afectadas por algún tipo de eventualidad que altera la salud mental de las mismas. En este sentido, en conjunto con las respuestas del personal médico prehospitalario, la atención a la salud psicosocial es fundamental en las acciones que se implementan como parte de la recuperación posterior a eventos perturbadores.

En las instituciones que tienen como propósito proporcionar protección civil y gestiones pertinentes en situaciones de emergencias, además de los protocolos y guías de operatividad publicadas por las mismas, recalcan la urgencia de contar con personal que cuente con la competencia de proporcionar atención psicológica durante el primer contacto a personas que fueron afectadas por algún suceso perturbador. La operatividad de una brigada dentro de las instituciones proporciona respuesta oportuna acorde a los lineamientos establecidos.

El origen de la brigada de primeros auxilios psicológicos dentro del instituto de protección civil se remonta a la participación del personal con la asistencia a cursos y capacitaciones para el apoyo a las acciones promovidas por el grupo de Protección Civil; sin embargo, en 2013 se hizo la designación oficial para la creación de la brigada con la dirección de

la maestra Diana Pimentel Nieto como jefa de dicha brigada. El acontecimiento fue consolidado gracias a la participación y apoyo por parte de los directivos, el director general, la jefa del departamento de Capacitación, Calidad y Desarrollo de Personal, el grupo de Protección Civil, los jefes de brigadas y los brigadistas, estableciendo la organización para salvaguardar la integridad en salud mental de la población del Instituto en situaciones de desastre.

Durante el transcurso de tiempo se ha estado expuesto a diferentes situaciones de emergencia en las que se requiere respuestas tanto físicas como económicas, entre otras. La Real Academia Española define "emergencia" como cualquier situación de peligro o desastre que requerirá una acción inmediata. Se sabe que los desastres suelen ser inevitables ya que surgen de diversos eventos derivados de la violencia social, la degradación ambiental y/o la privación económica, generando así un impacto en la población afectada que necesitara una atención de primeros auxilios psicológicos.

En los últimos años, la importancia de la salud mental es fundamental ante cualquier situación que altere la calidad emocional de las personas, por lo tanto, se requiere una respuesta e intervención en situaciones de emergencia para proporcionar apoyo psicoterapéutico a las personas afectadas, estos eventos son los antecedentes de los primeros auxilios psicológicos (PAP).

Los PAP son intervenciones inmediatas y corta duración, están dirigidos a las personas afectadas por algún tipo de suceso crítico, mediante los PAP, se proporciona apoyo emocional inmediato y facilita la búsqueda de apoyo en dependencias especializadas que favorezcan y mejoren la recuperación en el funcionamiento integral de las personas antes del incidente, se busca disminuir la alteración de la salud mental.

La atención oportuna en el área de salud mental juega un papel importante, el acompañamiento y la ayuda brindada a las personas posterior a un suceso que compromete la estabilidad emocional de la misma, no consiste en alejarla del peligro, en el que momento del evento traumatizante, en la mayoría de los casos, las personas se encuentran desorientadas incapaz de tomar decisiones. La incapacidad para afrontar las consecuencias graves a corto, mediano y largo plazo, así como la manera en la que enfrente la situación es fundamental en la calidad de salud mental posterior al evento.

México, por su ubicación geográfica en la unión de placas tectónicas, es un país expuesto a actividades sísmicas, volcánicas, con una temporada de huracanes que ocasionan deslaves, inundaciones y otra de sequía que favorece los incendios forestales. Por lo tanto, la población está expuesta a desastres naturales y antropogénicos, presentando una vulnerabilidad social, física y mental alta en ciertas regiones de la república mexicana; En este sentido, la operatividad de organizaciones especiales encargadas de la atención de las diversas necesidades durante los diferentes sucesos que generan de acciones, normas y programas con el propósito de prevenir y controlar los efectos causados por estos, considerando la importancia de la salud mental como lo es el Centro Nacional de Prevención de Desastres es fundamental.

En las instituciones educativas de educación superior, es importante considerar posibles intervenciones antes cualquier situación o percance suscitados posterior a un evento perturbador, considerando un enfoque multidisciplinario para brindar una atención de calidad principalmente en los miembros considerados vulnerables. En el ambiente escolar, el bienestar emocional de los y las estudiantes es fundamental para lograr una

óptima socialización y rendimiento académico. En este sentido, la implementación de PAS en las instituciones educativas mejora la gestión emocional mediante la implementación de estrategias y prácticas.

Los miembros de una la brigada de primeros auxilios psicológicos son personas activas y empáticas, ya que de ser necesario fungen como acompañante hasta lograr una estabilidad emocional en algunas crisis leves y lograr un balance de las emociones. Por lo tanto, los brigadistas PAP, están en capacitación continua mediante, mantener el rendimiento óptimo de estos.

La función de la brigada de primeros auxilios psicológicos es la atención de las personas involucradas en algún evento estresante, en el cual, el individuo se encuentre incapaz de afrontar la situación de tensión generando una crisis de ansiedad, proporcionando atención de manera inmediata con técnicas destinadas a reducir la crisis de ansiedad y promover la adaptación por medio de estrategias de afrontamiento a corto, mediano y largo plazo, de la misma manera, analiza el factor humano de las otras brigadas, observar el comportamiento, participación, la actuación grupal y la solución eficaz en un suceso real o en un simulacro.

La efectividad de las capacitaciones y simulacros que se realizan aumenta y fomenta el trabajo multidisciplinar en equipo en las prácticas previo a una emergencia, manteniendo una comunicación efectiva entre brigadas para clasificar los roles en los distintos grupos, incluyendo la brigada de PAS (Pimentel & Ramos, 2020).

Una crisis consiste en un cambio profundo con consecuencias significativas y ponen en riesgo la salud integral de una persona. Hoy en día la importancia de los primeros auxilios psicológicos ha tomado relevancia ya que están enfocados en una asistencia inmediata y breve a la persona que la presenta, con el propósito de restablecer la estabilidad emocional.

Los PAP son las intervenciones iniciales breves y puntuales, siendo la prioridad del personal que sea el primer respondiente que atiende al paciente o víctima, además es de suma importancia que todo profesional de salud sea capaz de brindar estos. Por lo general, las intervenciones en crisis son encomendadas a los profesionales de psicología y salud mental, sin embargo, estos no están presentes durante el inicio de la crisis posterior a un evento perturbador, no obstante, es fundamental que las personas en situación de crisis reciban atención oportuna. Razón por la cual es esencial que los primeros respondientes cuenten con capacitación efectiva sobre manejo en situaciones de crisis, con una amplia perspectiva tanto humana como social que brinden una atención centrada a quienes estén en situación de crisis, que mejore la salud física y mental de los mismos.

En el 2019, durante la pandemia, se observó miedo e incertidumbre en pacientes y la sociedad en general por la enfermedad, a esto se le sumaron otros factores como pérdidas económicas, laborales, familiares, educativas entre otras, que afectaron los mecanismos de defensa ocasionando problemas de salud mental, como ansiedad, ira, insomnio, pánico irracional, entre otras, que al no ser tratadas a tiempo ocasionó trastornos más complicados como lo son el estrés postraumático, depresión y ansiedad. El profesionista de atención prehospitalaria ejecuta el primer contacto en diferentes

escenarios con personas vulnerables en situaciones estresantes hasta traumatizantes, por lo tanto, deben tener una formación de PAP. La formación profesional, considerando los problemas detonantes que generan un deterioro psicológico y emocional en algunas personas ocasionados por la complejidad del suceso que se presente en eventos perturbadores deben considerarse prioritarios en las instituciones educativas que ofrecen programas profesionales relacionadas con la salud. La atención profesional no solo consiste en prevenir y curar la enfermedad sino en promover la salud integral, todo esto se logra a partir de una base sólida durante la formación profesional, así como la autoformación y la actualización de contenidos temáticos de los programas educativos comprometidos con la responsabilidad social (Romero & Guarnizo, 2022).

Se realizó una búsqueda de las instituciones de educación superior que actualmente tienen en operatividad brigadas de PAP en el país. A continuación, en la tabla 1, se describe nombre de la institución, tipo de servicio, operatividad de la brigada, así como, algunas problemáticas atendidas por la misma.

Tabla 1.

Universidades públicas y privadas en México que cuentan con PAP

Universidad	Tipo	Operatividad	Problemáticas abordadas
	Privada		Principales avances
Universidad Autónoma de Baja California (UABC)	Pública	Brigada PAP integrada por estudiantes y voluntarios de la Lic. en Psicología; realizan guardias en campus, activaciones en aula, y acompañamiento en crisis; formación interna y difusión en radio dentro del campus	Contención ante crisis de ansiedad y estrés estudiantil; así como reducción de incidentes con respuesta inmediata y referencia oportuna a servicios especializados de atención profesional.
Universidad Veracruzana (UV)	Pública	Sistema de Atención Integral a la Salud universitario (SAISUV) y brigadas formadas por personal y estudiantes; brigadas desplegadas	Contención en crisis posterior a un evento perturbador y apoyo para estrés y crisis emocionales; mayor acceso a un trato

		en situaciones de emergencia y eventos académicos	inmediato y derivación a servicios especializados.
Universidad de Guadalajara (UdeG, CUCS)	Pública	Centro Universitario de Ciencias de la Salud fundó una brigada permanente de PAP; mediante convocatoria para brigadistas en coordinación con protección civil universitaria para la atención posterior a desastres	Vigilancia y atención a ciertas comunidades afectadas por emergencias posterior a sucesos críticos; aumento de respuesta local y redes de apoyo.
Instituto Tecnológico de Sonora (ITSON)	Pública	Formación de brigada PAP por la impartición de cursos y activaciones dentro del campus universitario; se aplican protocolos de identificación de crisis y métodos de grounding.	Manejo apropiado de crisis puntuales en estudiantes; generación de una mayor conciencia y autocuidado entre los miembros del campus

UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México)	Pública	Distintos campus académicos y centros de la UNAM realizan prácticas de intervención en crisis y brigadas en estudiantes y profesionales, además de protocolos para la atención posterior a eventos perturbadores y simulacros.	Acompañamiento psicológico inmediato durante simulacros y eventos perturbadores críticos; desarrollo de experiencia en manejo y recuperación rápida de situación estresante
--	---------	--	---

Fuente. Elaboración propia con herramienta de IA.

A continuación, se mencionan las problemáticas identificadas por las instituciones de educación superior que actualmente cuentan con brigadas de PAP: aumento de ansiedad y estrés académico en los estudiantes; siendo el común denominador, las crisis en periodos de exámenes, así como elevada carga académica y poca adaptación al campus universitario. De la misma manera, se observa aumento en depresión, ideas suicidas y emergencias posterior a autolesión, consumo de drogas, referencia de violencia familiar, casos de bullying, lo que favorece la reprobación y deserción escolar.

3. JUSTIFICACIÓN

La sostenibilidad es un concepto crucial que exige satisfacer las necesidades presentes y, al mismo tiempo, salvaguardar la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades. Es un enfoque integral que considera aspectos ambientales, sociales y económicos del desarrollo. Las Naciones Unidas establecieron los Objetivo de Desarrollo Sostenible, que en conjunto promueven una vida sana y el bienestar de todos y todas, con especial atención a la salud mental, la cual, tiene un papel fundamental en el bienestar integral del individuo y contribuye al desarrollo sostenible de diversas maneras, por lo tanto, problemas asociados a esta, afectan negativamente la participación en la sociedad y el trabajo repercutiendo en una disminución del rendimiento económico. Las instituciones de educación superior en México enfrentan desafíos como acceso limitado a la educación, calidad educativa que demanda un vínculo permanente con el sector productivo, innovación en modelos educativos y alta deserción escolar. En este sentido, se realizó una búsqueda en los informes de actividades y planes de desarrollo de la DAMC-UJAT de los último cinco años (2015-2025) de deserción escolar e índices de reprobación en los cuatro programas educativos; identificando problemas de trayectoria en todos los programas educativos e índice elevado de deserción y reprobación escolar principalmente en Licenciatura de Atención Prehospitalaria y Desastres, en el programa educativo de enfermería, se encontró problemas al momento de realizar de prácticas y servicio social principalmente económicos, seguridad y transporte; en Médico Cirujano, se identificaron altos niveles de estrés asociado a altas exigencia académica y sobre carga en el internado rotatorio con tendencia a burnout y problemas de salud mental en los estudiantes. De la misma

manera en Rehabilitación Física, se encontró índices de reprobación elevado y baja eficiencia terminal inicial. Por lo tanto, la implementación de una brigada de PAP en los cuatro programas educativos con un enfoque preventivo acorde a lineamientos internacionales y nacionales mejoraría los resultados arriba mencionados en los cuatro programas educativos de la DAMC-UJAT. De la misma manera, responde al compromiso de la institución de salvaguardar la salud mental de los y las estudiantes, contribuyendo a la disminución de la deserción y el rezago educativo, y cumple con la responsabilidad social establecida en los ODS 3 y 4 de la Agenda 2030. Además, al integrarse a la Unidad Interna de Protección Civil, esta brigada consolida la respuesta integral ante posibles situaciones de emergencias.

4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La población mexicana está expuesta a diversos eventos de desastre, lo que genera un alto grado de vulnerabilidad a quienes son afectados. Por ello es de suma relevancia contar con organizaciones especializadas que proporcionen atención a las necesidades específicas de los posibles sucesos que se generan, así como programas destinados para prevenir y controlar los efectos causados (Centro Nacional de Prevención de Desastres, 2018), donde no se puede dejar de lado el interés hacia la salud mental. En este sentido, la transmisión del sistema educativo medio superior, al superior es una etapa en donde adultos jóvenes y adolescentes consolidan proyectos de vida y asumen nuevas responsabilidades sociales, sin embargo, durante esta etapa, aumentan las responsabilidades personales y profesionales; aumentando los niveles de estrés, ansiedad y en algunos casos depresión. Las generaciones posteriores a la pandemia, se observó aumento en los signos y síntomas de la ansiedad, estrés y depresión. Los PAP son estrategias para ayudar a las personas a manejar las emociones tras un evento traumático. En el caso de los estudiantes universitarios, los PAP pueden ayudar a reducir el estrés y a fomentar la adaptación. PAP reducen el estrés inicial, fomenta la adaptación e identifica las necesidades de salud física y mental, principalmente en los primeros semestres. En la agenda 2030 la participación de las instituciones de educación superior es fundamental para la formación de recursos humanos, sin embargo, para alcanzar la calidad y competencias de los recursos humanos en formación se deben atender situaciones de adaptación y manejo de estrés y ansiedad de los y las estudiantes, la literatura reporta niveles de ansiedad y estrés en estudiantes de primer y segundo semestres que afectan el rendimiento académico y

generar depresión. Por lo tanto, ¿La implementación de una brigada de PAP permitirá atender y dar seguimiento adecuado a situaciones en crisis que presentan los y las estudiantes de los cuatro programas educativos de la DAMC-UJAT?, ¿La atención oportuna de PAP a los estudiantes en situaciones de crisis mejorará la adaptación al ambiente universitario en la DAMC-UJAT?.

5. HIPÓTESIS

Al implementar y operar una brigada de primeros auxilios psicológicos en la DAMC-UJAT que atienda las crisis ocasionadas por el estrés mediante técnicas de PAP mejorará el índice de reprobación y deserción escolar en los primeros ciclos al proporcionar atención oportuna en situaciones de crisis.

6. OBJETIVO GENERAL

Proponer la operatividad de una brigada de primeros auxilios psicológicos como parte de la unidad interna de protección civil en la División Académica de Comalcalco.

6.1. Objetivos Especifico

1. Describir las diferencias entre una brigada de primeros auxilios psicológicos y una de intervención en crisis, para definir la operatividad de esta en la DAMC-UJAT.
2. Integrar la brigada de primeros auxilios psicológicos en el organigrama de la unidad interna de protección civil de la DAMC-UJAT.
3. Elaborar un plan de trabajo de garantice la atención de PAP eficaz y oportuna en la DAMC-UJAT.

7. METODOLOGÍA

Para la redacción metodológico de la PAP en la DAMC-UJAT, primero se realizó una búsqueda del marco conceptual del mismo en diferentes fuentes de consulta. En primer orden, se define los PAP con respecto a las intervenciones en crisis y apoyo psicosocial. Las principales fuentes consultadas fueron guías y manuales de instituciones internacionales (WHO, UNICEF, VA/US, Save the Children), así como, revisiones sistemáticas y un análisis en la efectividad e implementación en la operatividad de PAP en otras instituciones educativas de educación superior, de la misma manera, se consultaron manuales y documentos oficiales en institucionales nacionales.

Seguidamente se realizó una búsqueda en los informes institucionales y otras literaturas de las problemáticas que más afectan a la comunidad estudiantil de la DAMC-UJAT de los cuatro programas educativos, encontrando abandono o deserción escolar, un alto índice de reprobación y bajo rendimiento académico en algunas asignaturas, de la misma manera, se encontró efectos psicosociales derivados de la pandemia COVID-19 como ansiedad y estrés; también se identificaron factores socioeconómicos que afectan la permanencia estudiantil en el campus de la DAMC-UJAT. Estos sucesos validan la creación y operatividad de la brigada PAP con el propósito de cuidar el bienestar de la comunidad estudiantil universitaria sumándose a las funciones de las brigadas de protección civil ya existente en el campus divisional.

Estructura de la brigada

La estructura funcional de la brigada es similar a las otras brigadas de protección civil, las cuales están integradas por a) un coordinador de la brigada, b) grupo de intervención de PAP, c) supervisor psicólogo/ga, d) enlaces institucionales y e) registro.

Selección de brigadistas

En primera estancia se considera que la brigada la integren preferentemente estudiantes de los cuatro programas educativos, que cuenten con un perfil de interés en proporcionar apoyo psicosocial a miembros de la comunidad estudiantil de la DAMC en crisis.

A los miembros seleccionados, se le aplicará una evaluación durante una entrevista, en la cual se analizará y probará la disponibilidad de estos, así como forma de conducirse durante el suceso y conducta con un acuerdo de confidencialidad.

A quienes resulten seleccionados, se les proporcionará un documento tipo comisión que describa el nivel de compromiso al formar parte de la brigada de PAP. Posteriormente se procederá a la redacción de un plan de intervención que incluya turnos y horarios disponibles para proporcionar atención, la cual puede ser presencial o electrónica.

Formación y capacitación de los brigadistas de PAP

La capacitación de brigadistas de PAP se realizará mediante un curso teórico práctico de aproximadamente 20 horas. Durante el curso se analizarán los fundamentos

de PAP, como la seguridad, estabilización y escucha activa. De la misma manera, se capacitará a los miembros para detectar durante la intervención riesgo suicida y realizar el enlace al área competente para dar el seguimiento oportuno y garantizar la salud mental del mismo.

Otra habilidad para desarrollar de los brigadistas durante el curso es el manejo de crisis leves, moderadas y agudas. Así como el automanejo de posibles crisis emocionales de los mismos. Llevar un registro de las intervenciones y al igual que las brigadas de protección civil, realizar simulacros.

Operatividad de la brigada de PAP en la DAMC-UJAT

En la imagen 1, se muestra el organigrama sugerido para la operatividad de la brigada de PAP en la DAMC.

Figura 1.

Organigrama operativo de la brigada de PAP en la DAMC



Fuente. Elaboración propia.

8. RESULTADOS

La integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos (PAP) en la unidad interna de protección civil en la DAMC-UJAT responde al dar atenciones oportunas en algunas situaciones emocionales y psicológicas que se presentan en los estudiantes. La brigada complementa el campo de acciones de protección civil, centralizándose en el bienestar mental y emocional de los estudiantes que lo requieran. En este sentido, para contestar el objetivo 1, que consiste en diferenciar los PAP con respecto a la intervención en crisis, la información se tomó de Osorio, 2017, así como manuales Primeros Auxilios psicológicos.

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) son una respuesta inicial, breve y práctica ante una crisis, enfocada en la estabilización emocional y el apoyo inmediato. La Intervención en Crisis, por otro lado, es un proceso más estructurado y prolongado, que busca una resolución más profunda de la crisis e incluye terapia a corto plazo. La literatura, describe dos tipos de crisis principalmente (Slaikeu, 1996) circunstanciales y de desarrollo.

Las primeras se refieren a sucesos relacionados con algún tipo de evento ambiental como la muerte inesperada de familiares, inundaciones o incendios una inundaciones e incendios. Las crisis relacionadas con el desarrollo se refieren a aquellas tareas que se deben cumplir en la transición de una etapa de la vida a otra, están relacionadas con el proceso de desarrollo mismo del individuo. Las situaciones de crisis dependen de la forma como cada individuo las perciba, las interprete, las afronte y les dé un significado, esto influirá en la conceptualización que se haga de la crisis, la cual repercutirá en la forma de ver el mundo de la persona a partir de dicha situación.

Existen otros factores que interactúan como son las experiencias anteriores, los valores, las estrategias de afrontamiento, las creencias, las redes de apoyo, la capacidad de resiliencia, entre otros (Datilio y Freeman, 2000). Lo cierto es que ante una crisis hay personas que despliegan estos recursos y las afrontan, y otras van a requerir apoyo del exterior.

Tabla 2.

Diferencia de PAP y la intervención en crisis

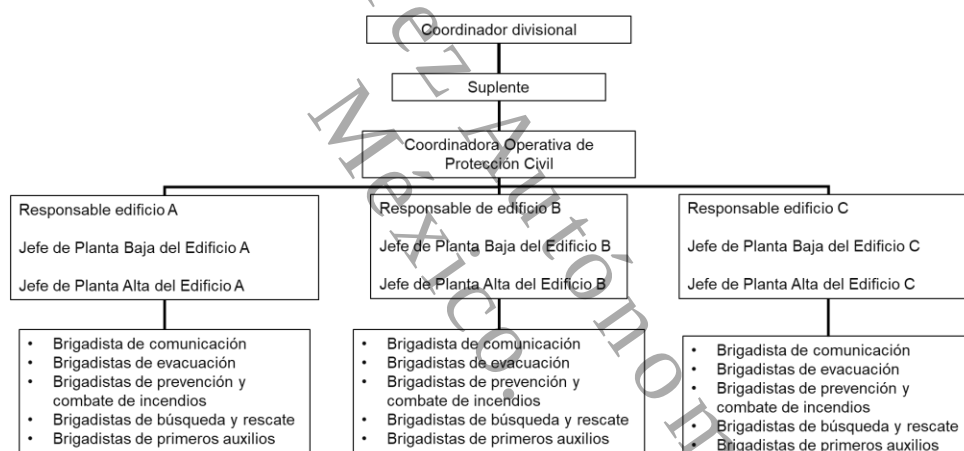
Primeros auxilios psicológicos	Evaluación Intervención en crisis
Realizar el contacto psicológico	Después de los PAP, se realiza una evaluación más profunda de las necesidades de la persona.
Examinar las dimensiones del problema	Establecimiento de relación terapéutica
Analizar las posibles soluciones	Exploración de estrategias de afrontamiento
Asistir en la ejecución de una acción concreta	Plan de tratamiento
Darle seguimiento (Establecer una relación terapéutica)	Seguimiento

Fuente. Elaboración propia.

La intervención en crisis después de los PAP es un proceso más profundo y prolongado que busca ayudar a la persona a recuperarse completamente de la crisis y a desarrollar habilidades para afrontar futuros desafíos.

A continuación, en la imagen 2 se presenta el organigrama de la unidad interna de protección civil de la DAMC y la integración de la brigada de primeros auxilios psicológicos a la misma.

Figura 2.



Organigrama de la UIPC de la DAMC

Fuente: elaboración propia

La brigada de primeros auxilios psicológicos actúa como un puente entre la emergencia y la recuperación, proporcionando apoyo inmediato y facilitando el acceso a recursos especializados para ayudar a las personas a superar situaciones traumáticas y reconstruir su bienestar emocional.

Plan de intervención de PAP

De acuerdo con la búsqueda en instituciones educativas y otras dependencias con temas afines se presenta un plan de intervención de PAPA para la DAMC-UJAT, el cual tiene como propósito, en primer lugar, describir y posteriormente establecer un conjunto de acciones para brindar atención oportuna ante situaciones de crisis emocionales en la comunidad estudiantil. Se pretende, promover continuamente el bienestar emocional y prevenir efectos adversos a mediano y largo plazo, así mejorar los índices de reprobación y deserción escolar.

El plan cuenta con objetivo, general y específicos

Objetivos

Objetivo General:

Proporcionar acompañamiento y apoyo emocional inmediato a estudiantes de los cuatro programas educativos que presenten crisis o estrés agudo, a través de la aplicación de primeros auxilios psicológicos durante el ciclo escolar.

Tabla 3.

Plan de intervención de PAP en la DAMC

Fases	Acciones
Activación	Recepción de la situación (personal del campus, teléfono, propia del individuo)
Seguridad y evaluación	Valoración del riesgo (violencia, riesgo a la salud entre otros)
Generación de confianza y escucha	Implementación de técnicas de escucha activa, valoración y validación emocional
Breves intervenciones por parte del brigadista	Manejo de ansiedad y estabilización y aseguramiento
Derivación	Remisión a otras áreas de salud especializada para atención oportuna
Cierre y retroalimentación	Dar seguimiento y registrar los enlaces institucionales

Fuente. Elaboración propia.

8.1 Discusión

La integración de una Brigada de Primeros Auxilios Psicológicos (BPAP) dentro de la Unidad Interna de Protección Civil de la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco representa un avance estratégico en la atención integral al estudiantado. La literatura reciente resalta que las universidades enfrentan un aumento de trastornos de ansiedad, depresión y crisis emocionales; en EE. UU, se reportó un 41 % de estudiantes con episodios de depresión y 14 % con ideación suicida en el periodo 2022–2023. Estudios sobre estrés y ansiedad en estudiantes universitarios, actualmente tienen mucha relevancia, porque demostraron que afecta el rendimiento académico, la salud física y mental de estos (Cobas et al., 2025; Kristensen et al., 2023; Ragusa et al., 2023). De la misma manera, coinciden con la búsqueda de estrategias que permitan la identificación, tratamiento y de ser posible el seguimiento del estrés y la ansiedad, además de promover ambientes saludables resilientes. La implementación de una brigada de PAP puede fortalecer los servicios de apoyos en el área de psicología de las instituciones educativas. Sin embargo, la implementación y operatividad de esta, requiere un compromiso, porque se requiere un análisis de las particularidades del ambiente universitario además de capacitaciones del personal docente para detectar estrés y ansiedad en los estudiantes desde las primeras etapas (Cobas et al., 2025).

Hay pocos estudios que realmente describan logros satisfactorios y la continuidad de los PAP. En este sentido, un estudio de revisión sistemática en el 2023 encontró en un total de doce estudios con 1467 participantes en efecto positivo de PAP, con un reporte significativo en la reducción de inicios de ansiedad, depresión, estrés y postraumático, de la misma manera, menciona mejoras en el estado de ánimo,

seguridad, conexión y control en jóvenes y adultos. Sin embargo, también se menciona que se requieren más investigación para conocer la eficacia de la PAP (Hermosilla et al., 2023). Otro estudio similar sobre la operatividad de PAP en ambientes universitarios, trato de la formación docente en estos, mostro un aumento sobre las habilidades del personal docente para identificar y proporcionar ayuda oportuna a los estudiantes posterior a crisis emocionales (Abu Sabra et al., 2023).

La División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco DAMC-UJAT, en conjunto con otras instituciones educativas de nivel superior, realiza actividades acordes con la Agenda 2030, integra y ejecuta algunos Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en las actividades académicas, de investigación y vinculación; en este sentido, la propuesta Integración de una brigada de primeros auxilios psicológicos como parte de la unidad interna de protección civil en la División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco, es una respuesta al compromiso de la responsabilidad social, ya que busca promover el bienestar emocional de la comunidad universitaria y prevenir riesgos psicosociales.

La operatividad de la brigada de PAP en la DAMC está acorde a las recomendaciones internacionales y los reglamentos institucionales de la UJAT. La factibilidad esta sujeta a la formación continuada, recursos humanos y compromisos de las diferentes áreas administrativas para garantizar los ODS en la agenda 20230, de la misma manera, la responsabilidad social universitaria requiere que las instituciones de educación superior respondan a las necesidades de psicosociales de la comunidad estudiantil.

8.2 Conclusión y recomendaciones

La operatividad de la PAP en la Unidad Interna de Protección Civil forma parte del compromiso institucional con la salud mental de la comunidad estudiantil y es acorde a la agenda 2030.

9. BIBLIOGRAFÍA

- American Psychological Association. (2022). *Student mental health is in crisis. Campuses are rethinking their care.*
- Andrade Rodriguez, H. J. (2024). *Primeros Auxilios Psicologicos En El Contexto Escolar*. Obtenido de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/959830/CUADERNILLO_PAP_R.pdf
- Antonio , R., González Bernal , J., Trigueros, R., Caggiano, V., Navarro, N., Mínguez Mínguez, L. A., . . . Fernandez Ortega , C. (2 de Febrero de 2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Front Psychol.* doi:10.3389/fpsyg.2023.1073529
- Cámara De Diputados Del H. Congreso De La Unión. (2023,21 de diciembre). *Ley General De Protección Civil*. Diario Oficial de la Federación. Obtenido de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGPC.pdf>
- Cobá Juárez Pegueros, J. P., & Edel Cruz García, E. (julio de 2025). Revisión de estrategias para la gestión del estrés y ansiedad en contextos educativos. doi:<https://doi.org/10.51896/rilcods.v7i69.928>
- Coordinacion Nacional de Proteccion Civil, El Centro Nacional de Prevención de Desastres. (30 de Marzo de 2021). *Manual de Poteccion Civil*. Obtenido de <https://www.cenapred.unam.mx/es/Publicaciones/archivos/293-MANUALDEPROTECCINCIVIL.PDF>
- DGAPSU UNAM . (2023). *Manual Introduccion A La Protección Civil*. Obtenido de <http://www.seguridadyproteccion.unam.mx/PC3/FlipBook/PC/PDF.pdf>
- Forthal, G. e. (2023). *The Efficacy of Psychological First Aid Training Program on academic faculty*. *Open Nursing Journal*.
- Guardian. (2024, Nov. 24). *'Resilience interventions do work' – why coping strategies should be a staple of education.*
- Hermosilla , S., Forthal, S., Sadowska, K., Magill, E. B., Watson , P., & Pike, K. M. (Febero de 2023). We need to build the evidence: A systematic review of psychological first aid on mental health and well-being. *J Trauma Stress*. doi:10.1002/jts.22888
- Kilic, D. &. (2023). *Eficacia del entrenamiento en PFA para prepararse ante eventos traumáticos.*
- Lancaster, C., Sperandei, S., Saheb, R., & Reis, A. (2023). *The Long-Term Outcomes of Mental Health First Aid Training for University Students*. *Psychological Studies*.
- Madeleine Kristensen, S., Bogsnes Larsen, T. M., Bjørnøy Urke, H., & Grete Danielsen , A. (Julio de 2023). Academic Stress, Academic Self-efficacy, and Psychological Distress: A Moderated Mediation of Within-person Effects. *J Youth Adolesc*. doi:10.1007/s10964-023-01770-1
- Montclair State University. (2025, Feb, 11). *Mental Health First Aid Training Expands to Strengthen Campus Well-Being.*

- Muñoz, M., Ausin, B., & Perez Santos, E. (2007). *Primeros auxilios psicológicos: protocolo acercarse*. Obtenido de https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/10.Mu%C3%B1oz_15-3oa.pdf
- National Child Traumatic Stress Network. (2012). *Psychological First Aid for Schools (PFA-S) Field Operations*.
- Pimentel, N., & Ramos, C. (2020). Brigada de Primeros Auxilios Psicológicos: Experiencia en el Simulacro Neonatal de Expansión Hospitalaria del INPer. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 6(2). doi:10.22402/j.rdiipycs.unam.6.2.2020.276.415-430
- Ramon Santiago, P., García Martínez, V., & Aquino Zúñiga, S. P. (2023). *Lla desercion escolar de estudiantes universitarios*. Obtenido de <https://pculturales.ujat.mx/FilesPublicaciones/files398/la%20desercion%20escolar%20de%20estudiantes%20universitarios.pdf>
- Ramón Santiago, P., García Martínez, V., Aquino Zúñiga, S. P., & Silva Payró, M. P. (2023). *La desercion escolar de estudiantes universitarios*.
- Romero, H. N., & Guarnizo, C. A. (2022). Psychological first aid teaching and training for healthcare professionals Its importance in the COVID-19 context. *Asociación Colombiana de Medicina Interna*, 47(3), págs. 1-3. doi:10.36104/amc.2022.2234
- Secretaría de Salud/STCONAPRA. (2017). *Manual de Protección Civil Ante Casos de Emergencias, Contingencias y Desastres del STCONAPRA*. México, Ciudad de México . Obtenido de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/252641/Manual_de_Protecci_n_Civil_STCONAPRA.pdf
- Time. (2023, Sep, 21). *With Demand for Mental-Health Care Soaring on Campus, Faculty and Students Are Stepping Up to Help*.
- UABC - Gaceta. (s.f.). Brigada PAP. Obtenido de <https://gaceta.uabc.mx/notas/academia/primeros-auxilios-psicologicos-en-el-aula>
- UNAM. (30 de Junio de 2018). Atención psicológica en emergencias. Obtenido de <https://revistas.unam.mx/index.php/psic/article/download/80722/71085/239303>
- Universida Juarez Autonoma de Tabasco. (2025). *4to informe de Actividades DAMC*. Obtenido de <https://archivos.ujat.mx/2025/Div-DAMC/4to.%20Informe%20DAMC%202024-2025.pdf>
- Universidad de Guadalajara. (21 de Septiembre de 2017). *Brigada permanente CUCS*. Obtenido de <https://comsoc.udg.mx/noticia/mas-de-700-psicologos-se-suman-brigada-de-primeros-auxilios-en-situaciones-de-crisis>
- Universidad ITSON . (04 de Julio de 2025). Obtenido de <https://www.itson.mx/Lists/Noticias/DispForm.aspx?ID=5950>
- Universidad Juarez Atonoma de Tabasco . (2022). *Plan de desarrollo institucional 2020-2024*. Obtenido de https://archivos.ujat.mx/2022/planeacion/PDI%20UJAT%202020-2024_2_sintesis.pdf

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco . (s.f.). *Division Academica Multidisciplinaria de Comalcalco* .
Obtenido de <https://www.ujat.mx/DAMC>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. (s.f.). *Responsabilidad Social y Desarrollo Sostenible. UJAT*.
Obtenido de <https://www.ujat.mx/dvinculacion/29687>

Universidad Veracruzana. (04 de Octubre de 2024). Primeros auxilios psicológicos, gran recurso en
desastres naturales. Obtenido de [https://www.uv.mx/prensa/banner/primeros-auxilios-
psicologicos-gran-recurso-en-desastres-naturales/](https://www.uv.mx/prensa/banner/primeros-auxilios-psicologicos-gran-recurso-en-desastres-naturales/)

10. ANEXO A

Glosario

Primeros auxilios psicológicos: conjunto de habilidades y conocimientos que se utilizan para ayudar a las personas a sentirse tranquilas y capaces de hacer frente a una situación de emergencia o crisis.

Brigada: Grupo organizado de personas reunido para un trabajo concreto. equipo de personas capacitadas y organizadas para responder a situaciones de emergencia, desastres o riesgos, tanto naturales como causados por el hombre, dentro de un entorno específico como una empresa, comunidad o institución.

Unidad interna de protección civil: órgano normativo y operativo dentro de una institución, dependencia o entidad, que se encarga de desarrollar, implementar y coordinar el Programa Interno de Protección Civil de sus instalaciones.

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS): conjunto de 17 objetivos globales, adoptados por las Naciones Unidas en 2015, que buscan poner fin a la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos.

Crisis: situación de cambio profundo y de consecuencias importantes en un proceso o situación, que puede afectar a individuos, familias, organizaciones o a la sociedad en general.

Mitigación: La disminución o minimización de los impactos adversos de un evento peligroso.

Programa interno: instrumento de planeación y operación que elaboran las instituciones del sector público, privado o social con el objetivo de reducir los riesgos de los inmuebles presentados y definir acciones preventivas y de respuesta para estar en condiciones de evitar o atender cualquier eventualidad y proteger la vida de las personas, sus bienes y entorno.

Auxilio: Ayuda, cooperación o apoyo, sean voluntarios, institucionales u obligatorios.

Desastre: perturbaciones graves del funcionamiento de una comunidad que exceden su capacidad para hacer frente con sus propios recursos.

Emergencia: situación imprevista y grave que requiere atención inmediata debido a que pone en peligro la vida, la salud o la propiedad.

Fenómeno perturbador: evento o situación que causa cambios significativos o alteraciones en un sistema, ya sea natural, social o tecnológico, con efectos negativos o disruptivos.

Integridad: la conservación y protección de la vida, salud y bienes de las personas, así como de las instalaciones y el medio ambiente, ante situaciones de riesgo, emergencia o desastre.

Inminencia: la próxima o inminente ocurrencia de un peligro o riesgo, que puede causar un daño significativo a la población, bienes o al medio ambiente.

Concatenados: unir o enlazar dos o más cosas, especialmente estableciendo una relación entre ellas, a menudo de forma consecutiva o en cadena.

Ansiedad: emoción humana normal caracterizada por sentimientos de miedo, preocupación e inquietud, que puede ser una respuesta adaptativa al estrés.

Resiliencia: Capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos.

Trastornos: alteración que afecta el funcionamiento del cuerpo y que en ocasiones produce signos y síntomas específicos. Un trastorno puede indicar la presencia de una enfermedad determinada, pero por lo general no hay pruebas suficientes para establecer un diagnóstico. Existen muchos tipos diferentes de trastornos, como los físicos, mentales, emocionales, conductuales, genéticos o funcionales.

Factor de riesgo: es cualquier característica o circunstancia que aumenta la probabilidad de que ocurra un evento peligroso o que amplifica sus consecuencias negativas sobre la población, bienes o el medio ambiente.

Contención: acción de brindar apoyo emocional y psicológico a una persona que está experimentando una crisis o un malestar emocional intenso.

Intervención Psicosocial: conjunto de acciones dirigidas a mejorar el bienestar de las personas a través de cambios en su entorno social y sus relaciones con este.

Postraumático: se presenta como reacción a una lesión física o un sufrimiento mental o emocional grave, como el combate militar, el asalto violento, los desastres naturales y otros acontecimientos de peligro mortal.

Vulnerabilidad: es la incapacidad de resistencia cuando se presenta un fenómeno amenazante, o la incapacidad para reponerse después de que ha ocurrido un desastre.

Afrontamiento: se refiere al conjunto de estrategias cognitivas, emocionales y conductuales que una persona utiliza para manejar situaciones estresantes, dolorosas o traumáticas.

Catarsis: proceso de liberación o purificación de emociones intensas o reprimidas, especialmente aquellas relacionadas con experiencias traumáticas o conflictos internos.

Sostenibilidad: capacidad de mantener el bienestar emocional y psicológico a lo largo del tiempo, tanto a nivel individual como colectivo.

Salud mental: bienestar emocional, psicológico y social de una persona, y cómo este bienestar impacta su forma de pensar, sentir, actuar y relacionarse con los demás.

Organigrama: representación gráfica de la estructura de una organización, ya sea una empresa, institución o cualquier otra entidad, donde se muestran las relaciones jerárquicas y funcionales entre sus diferentes partes y personas.

Redes de apoyo: conjunto de relaciones sociales que una persona establece con su entorno, incluyendo familiares, amigos, vecinos y otros individuos cercanos, para recibir apoyo emocional, práctico o de otro tipo en momentos de necesidad.

Estrés: respuesta del cuerpo, tanto física como emocional, a situaciones que se perciben como desafiantes o amenazantes.

Depresión: enfermedad mental caracterizada por sentimientos persistentes de tristeza, pérdida de interés en actividades placenteras y dificultad para llevar a cabo las actividades diarias, que dura al menos dos semanas.

Evento traumático: experiencia abrumadora que puede afectar profundamente la salud mental y física de una persona, causando miedo intenso, impotencia u horror.

Simulacro: son ensayos que nos permiten identificar qué hacer y cómo actuar en caso de una emergencia, al simular escenarios reales. Durante la atención de una emergencia, se debe contar con una respuesta probada de cómo atenderla.

Ley General de protección Civil: es un marco legal que establece las bases para la organización y coordinación de acciones destinadas a prevenir, mitigar y responder a desastres o emergencias.

Incidente: suceso inesperado que puede alterar el curso normal de una actividad o evento, pero que no necesariamente causa daño o lesión.

Prevención: conjunto de medidas y acciones que se toman para evitar o reducir los efectos negativos de los desastres y emergencias, tanto naturales como causados por el hombre

Recuperación: conjunto de acciones y procesos dirigidos a restaurar la normalidad y el funcionamiento de una comunidad después de un evento catastrófico.