INFORME DEL CURSO: PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

PROCESO DE CREACIÓN, IMPLEMENTACIÓN Y RESULTADOS

PROGRAMA SER JOVEN

FUNDACIÓN SER SOCIAL IPS

ELABORADO POR:
EDITH KARINA JIMENEZ LORA – PSICÓLOGA

DICIEMBRE 2025

TABLA DE CONTENIDO

1. **Resumen Ejecutivo**

2. **Introducción**
   2.1 Antecedentes y Contexto
   2.2 Objetivos Generales y Específicos del Curso
   2.3 Alcance y Limitaciones

3. **Proceso de Creación**
   3.1 Investigación y Recopilación de Información
   3.2 Diseño del Contenido y Estructura
   3.3 Desarrollo de Materiales y Recursos

4. **Implementación**
   4.1 Planificación
   4.2 Metodología
   4.3 Ejecución de Sesiones y Actividades

5. **Resultados y Evaluación**
   5.1 Indicadores de Desempeño
   5.2 Evaluación de Participantes (Encuestas, Retroalimentación y Pruebas)
   5.3 Impacto en los Participantes
   5.4 Análisis de Resultados

6. **Conclusiones**

7. **Recomendaciones**

1. RESUMEN EJECUTIVO

El presente informe describe el diseño, implementación y resultados del Curso de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) desarrollado en el marco del Programa Ser Joven.

El curso tuvo como propósito principal capacitar a participantes en la aplicación de estrategias de apoyo psicosocial inmediato ante situaciones de crisis, basándose en el modelo ABCDE (Escucha Activa, Reentrenamiento de la Ventilación, Categorización de necesidades, Derivación a redes de apoyo y Psicoeducación), adaptado de guías nacionales e internacionales reconocidas (Ministerio de Salud, OMS, CIGIDEN, entre otras).

OBJETIVOS ALCANZADOS

- Formar a los participantes en competencias básicas de PAP, con énfasis en la atención respetuosa, no invasiva y culturalmente adecuada.
- Proporcionar herramientas prácticas para reducir el estrés inicial, fomentar la adaptación y potenciar estrategias de afrontamiento en personas afectadas por eventos traumáticos o crisis cotidianas.
- Sensibilizar sobre la importancia de los PAP en diferentes grupos etarios y de riesgo (niños, adolescentes y personas mayores).

IMPLEMENTACIÓN

El curso se impartió en modalidad virtual, con una duración total de 20 horas, distribuidas en cuatro módulos. Contó con la participación de 217 inscritos, de los cuales 118 completaron satisfactoriamente la capacitación y recibieron certificación.

RESULTADOS PRINCIPALES

- La evaluación de satisfacción, cualitativa, general fue buena.
- Algunos participantes reportaron sentirse “preparado” para aplicar PAP en situaciones reales al finalizar el curso.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

El Curso de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) del Programa Ser Joven, ejecutado en modalidad virtual durante 2025, ha sido una iniciativa altamente exitosa en términos de aceptación y calidad percibida. Con 217 participantes inscritos y 118 aprobados (tasa de culminación 54,38%), el curso demostró una elevada satisfacción: el 100% de los evaluadores (122 respuestas) calificó como “Bueno” tanto el material didáctico como la utilidad del tema aprendido, y el 98,4% valoró positivamente la metodología. Entre los aprobados, el 55,08% obtuvo 4/5 y el 44,92% alcanzó la máxima calificación 5/5.

La retroalimentación cualitativa resalta la claridad, practicidad y didáctica del contenido, la variedad de recursos (videos y juegos interactivos) y la flexibilidad de la plataforma PEC, consolidando los PAP como una herramienta accesible y valiosa para fortalecer la respuesta psicosocial comunitaria. A pesar de una deserción del 45,62%, los resultados confirman la efectividad del modelo ABCDE y su potencial para promover resiliencia y bienestar emocional.

Recomendaciones

1. Completar la implementación actual mediante la ejecución prioritaria de las sesiones presenciales en el primer semestre de 2026, consolidando competencias prácticas y certificación definitiva.

2. Fortalecer el seguimiento de participantes con recordatorios personalizados.

3. Incorporar mejoras sugeridas: habilitar descarga de materiales, optimizar videos y presentaciones, y ampliar actividades interactivas.

4. Continuar el curso abriendo nuevas ediciones en 2026, explorando versiones especializadas.

2. INTRODUCCIÓN

2.1 Antecedentes y Contexto:

En un contexto social marcado por el aumento de situaciones de estrés, crisis cotidianas y eventos traumáticos, tales como pérdidas significativas o problemas de salud mental asociados a la vida contemporánea, la necesidad de contar con herramientas de apoyo psicosocial inmediato se ha vuelto prioritaria. El Programa Ser Joven, orientado al fortalecimiento de competencias en jóvenes y actores comunitarios, identificó la importancia de incorporar formación en salud mental comunitaria como parte de sus líneas de acción.

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) emergen como una intervención clave, recomendada por organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y guías nacionales del Ministerio de Salud, para brindar apoyo humano, práctico y no invasivo en las primeras horas tras un evento crítico. Este enfoque permite reducir el estrés inicial, fomentar la adaptación y prevenir el desarrollo de psicopatologías a largo plazo, sin requerir que los intervinientes sean profesionales de la salud mental.

En este marco, durante los años 2024 y 2025 se diseñó e inició la implementación del **Curso de Primeros Auxilios Psicológicos: Cuidando la Salud Mental**, con el propósito de capacitar a participantes en la aplicación efectiva del modelo ABCDE (Escucha Activa, Reentrenamiento de la Ventilación, Categorización de necesidades, Derivación a redes de apoyo y Psicoeducación), adaptado a diferentes grupos etarios y de riesgo.

2.2 Objetivos Generales y Específicos del Curso:

Objetivo general Formar a participantes del Programa Ser Joven y actores comunitarios en la provisión de Primeros Auxilios Psicológicos, con el fin de fortalecer la capacidad de respuesta psicosocial inmediata ante situaciones de crisis individuales o colectivas, promoviendo el bienestar emocional y la resiliencia.

Objetivos específicos;

- Comprender los conceptos fundamentales de crisis, trauma, duelo, resiliencia y estrategias de afrontamiento.
- Dominar la aplicación del modelo ABCDE de PAP, incluyendo técnicas prácticas de escucha activa, regulación emocional y psicoeducación.
- Adaptar la intervención a grupos vulnerables, tales como niños, adolescentes y personas mayores.
- Identificar los límites de los PAP y derivar oportunamente a redes de apoyo profesional cuando sea necesario.
- Sensibilizar sobre la importancia de los PAP como herramienta comunitaria accesible y no profesionalizada.

2.3 Alcance y Limitaciones:

El curso fue diseñado en modalidad mixta, combinando sesiones virtuales y presenciales, con una duración total de 20 horas distribuidas en cuatro módulos. Hasta diciembre de 2025, se han ejecutado exclusivamente las sesiones virtuales, quedando pendiente la realización de las sesiones presenciales durante el primer semestre de 2026.

El alcance incluyó la inscripción de 217 participantes, principalmente jóvenes, líderes comunitarios, docentes y personal relacionado con el Programa Ser Joven y Fundación Ser Social IPS. De estos, 118 han completado las sesiones virtuales para completar la certificación.

Entre las limitaciones identificadas se encuentran la deserción parcial de participantes (98 de las personas inscritas no han iniciado el curso), la falta de acceso a la base de datos actualizada y completa de los inscritos, lo que dificulta la convocatoria y planificación de las sesiones presenciales, y la postergación de las sesiones presenciales debido a factores logísticos y de disponibilidad.

El presente informe describe el proceso de creación del curso, la implementación realizada hasta la fecha y los resultados preliminares, con el propósito de documentar lecciones aprendidas y sentar las bases para la continuidad y mejora de la iniciativa.

3. PROCESO DE CREACIÓN

3.1 Investigación y Recopilación de Información:

La fase inicial del proceso de creación del curso se centró en una exhaustiva investigación y recopilación de fuentes confiables y actualizadas sobre Primeros Auxilios Psicológicos (PAP). Esta etapa estuvo a cargo de una de las psicólogas del equipo de talleres del Programa Ser Joven, quien realizó una revisión sistemática de literatura nacional e internacional.

Entre las principales fuentes consultadas se incluyen:

- Guías técnicas del Ministerio de Salud del Perú (Dirección de Salud Mental, 2020).
- Publicaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), War Trauma Foundation y Visión Mundial Internacional (2012).
- Manual ABCDE desarrollado por el Centro Nacional de Investigación para la Gestión Integrada de Desastres Naturales (CIGIDEN) de la Pontificia Universidad Católica de Chile (2011).
- Referencias académicas clave sobre resiliencia, estrés, duelo y trauma (Bonanno et al., 2011; Lazarus y Folkman, 1986; Fernández Liria & Rodríguez Vega, 2002).
- Documentos del Comité Permanente entre Organismos (IASC, 2020) y del Instituto Nacional de Defensa Civil (INDECI).

El objetivo de esta investigación fue garantizar que el contenido del curso estuviera alineado con las mejores prácticas evidencia, adaptado al contexto sociocultural local y enfocado en intervenciones no profesionales, accesibles y culturalmente sensibles.

3.2 Diseño del Contenido y Estructura:

Luego de consolidar la base teórica, se procedió al diseño del contenido y la estructura del curso. Esta fase fue liderada por dos psicólogos de talleres, en colaboración con la coordinadora del Programa Ser Joven y el equipo de comunicaciones.

El diseño se organizó en torno al modelo ABCDE como eje central, complementado con módulos introductorios sobre conceptos básicos (crisis, trauma, duelo, resiliencia) y secciones específicas para grupos de riesgo (niños, adolescentes y personas mayores). Se incorporaron además técnicas prácticas de relajación (respiración profunda, relajación muscular progresiva y visualización) y pautas de higiene del sueño.

La estructura final del curso se definió en cuatro módulos, con una duración total de 20 horas, contemplando una modalidad mixta que combina componentes virtuales asincrónicos y síncronos con sesiones presenciales prácticas. Se priorizó una metodología pedagógica activa, que incluye exposición teórica y juegos didácticos, con el fin de favorecer la adquisición de competencias aplicables en entornos reales.

3.3 Desarrollo de Materiales y Recursos:

El desarrollo de los materiales didácticos y el montaje en la plataforma PEC (Plataforma Educativa Continua) se realizó de manera colaborativa e interdisciplinaria. Participaron activamente:

- Dos psicólogos de talleres (responsables de la redacción y adaptación técnica del contenido).
- La coordinadora del Programa Ser Joven (supervisión general y alineación estratégica).
- Profesionales del área de comunicación (diseño gráfico, redacción clara y atractiva, elaboración de recursos visuales).

- Profesionales encargados del PEC (ingenieros de operaciones, responsables de la carga de contenidos, configuración de módulos, integración de recursos multimedia y aseguramiento de la usabilidad de la plataforma).

Los materiales desarrollados incluyen:

- Manual principal del curso en formato digital (documento estructurado con secciones teóricas, guías prácticas y tablas de referencia).
- Presentaciones audiovisuales para cada módulo.
- Juegos didácticos virtuales para reforzar conceptos clave.
- Evaluaciones integradas en la plataforma PEC.

El montaje en la plataforma PEC permitió el acceso asincrónico a los contenidos teóricos, facilitando la flexibilidad para los participantes y preparando el terreno para las sesiones presenciales de práctica.

No se realizaron pruebas piloto formales previas al lanzamiento, aunque el equipo realizó revisiones internas para ajustes de contenido y usabilidad. Estos ajustes incluyeron mejoras en la claridad del lenguaje, la secuenciación de actividades y la accesibilidad de la plataforma.

4. IMPLEMENTACIÓN

4.1 Planificación y Cronograma:

La planificación del curso se inició a principios del año 2024, en el transcurso de ese año se diseñó toda la parte teórica y documental del curso, con la definición de objetivos, estructura y equipo responsable, posteriormente, durante el año 2025 se trabajó en el diseño de juegos y herramientas virtuales para la plataforma PEC, el lanzamiento oficial del componente virtual se realizó el día 12 de agosto del 2025 en conmemoración del día internacional de la juventud, con inscripciones abiertas a través del Programa Ser Joven.

El cronograma original contemplaba:

- Fase virtual (asincrónica y síncrona): Ejecución entre agosto y diciembre de 2025, permitiendo a los participantes avanzar a su propio ritmo en la plataforma PEC.
- Fase presencial: Programada para el primer semestre de 2026, con énfasis en prácticas supervisadas, role-playing y simulaciones de casos reales.

Hasta la fecha (diciembre de 2025), se ha completado la fase virtual, quedando pendiente la ejecución presencial. Esta postergación se debió principalmente a desafíos logísticos en la coordinación de espacios y la necesidad de tener acceso a la base de datos actualizada de participantes activos.

4.2 Metodología de Entrega:

El curso se diseñó en modalidad mixta, combinando:

- Componente virtual: Acceso asincrónico a los cuatro módulos a través de la Plataforma de Educación Continua (PEC), donde los participantes podían revisar materiales teóricos, videos explicativos, actividades interactivas y evaluaciones automáticas.

- Componente presencial (pendiente): Enfocado en la aplicación práctica del modelo ABCDE, técnicas de relajación y atención a grupos de riesgo mediante ejercicios en vivo.

La duración total es de 20 horas, distribuidas en cuatro módulos temáticos (virtuales).

1. Generalidades y conceptos básicos de PAP.
2. ¿Qué son los PAP? Objetivos, principios y límites.
3. ¿Quién, cuándo y dónde?
4. ADCDE de los primeros auxilios psicológicos.

Los recursos utilizados en la fase virtual incluyen:

- Plataforma PEC.
- Materiales digitales: manual principal, presentaciones y recursos visuales.

4.3 Perfil de Participantes y Selección

El curso estuvo dirigido principalmente a jóvenes, líderes comunitarios, docentes, personal de salud básica y actores vinculados al Programa Ser Joven. No se establecieron requisitos previos estrictos, más allá del interés en temas de salud mental comunitaria y compromiso con la finalización.

Se inscribieron 217 participantes, con un perfil diverso en términos de edad, profesión y región geográfica. La selección fue abierta y por orden de inscripción, priorizando a los jóvenes que hacen parte del programa.

Hasta diciembre de 2025, 118 participantes han terminado la fase virtual para obtener certificación y 99 aún no inician el curso.

4.4 Ejecución de Sesiones y Actividades

La ejecución de la fase virtual se caracterizó por un enfoque flexible y autónomo:

- Los participantes accedieron progresivamente a los módulos en la plataforma PEC, completando lecturas obligatorias, actividades prácticas individuales y evaluaciones formativas.

La respuesta inicial fue positiva en términos de acceso y navegación en la plataforma.

La fase presencial, pendiente para 2026, incluirá actividades como role-playing, simulaciones de crisis y retroalimentación grupal, con el objetivo de consolidar las competencias prácticas adquiridas virtualmente.

5. Resultados y Evaluación

5.1 Indicadores de Desempeño y Métricas

Hasta diciembre de 2025, el curso registró los siguientes indicadores clave de desempeño:

- Número de personas inscritas: 217 participantes.
- Número de personas que aprobaron el curso: 118 (54,4% de los inscritos).
- Número de personas que aún no han terminado el curso: 99 (45,6%).
- Tasa de culminación: 54,4%, considerando la fase virtual ejecutada hasta la fecha. Se espera mejorar este indicador con la implementación de las sesiones presenciales en 2026.
- Participantes con calificación **5/5** (Excelente): 53 → **44,92%** de los aprobados.
- Participantes con calificación **4/5** (Bueno): 65 → **55,08%** de los aprobados.

5.2 Evaluación de Participantes (Encuestas, Retroalimentación y Pruebas)

La evaluación de satisfacción se recopiló mediante encuestas integradas al final del curso virtual, con respuestas de 122 participantes (aproximadamente el 56% de los inscritos y el 100% de los que proporcionaron feedback disponible).

Los resultados cuantitativos fueron altamente positivos:

ÍTEM EVALUADO	BUENO	REGULAR	MALO	TOTAL
Material didáctico utilizado	122	0	0	122
Metodología utilizada	120	1	1	122
Utilidad del tema aprendido	122	0	0	122

Esto representa una calificación media implícita de "Bueno" en prácticamente la totalidad de las respuestas (99% o superior en los ítems clave).

5.3 Impacto en los Participantes (Adquisición de Conocimientos y Habilidades)

La retroalimentación cualitativa indica un impacto positivo significativo en la percepción de utilidad y preparación para aplicar los PAP. Los participantes destacaron:

- La claridad y practicidad del curso.
- La flexibilidad de la modalidad virtual, que permitió avanzar a ritmo propio mediante videos y juegos interactivos.

5.4 Análisis de Resultados Cuantitativos y Cualitativos

Análisis cuantitativo

La tasa de aprobación (54,4%) refleja un compromiso moderado, influido por la naturaleza asincrónica de la fase virtual, que facilita la inscripción. La evaluación de satisfacción alcanza niveles de excelencia (casi 100% calificaciones "Bueno"), lo que, valida la calidad del contenido, la metodología y la relevancia de la temática.

Análisis cualitativo

Los comentarios abiertos (122 respuestas) son mayoritariamente positivos y entusiastas. Los principales comentarios son de:

- Agradecimiento y felicitaciones al equipo ("Excelente curso", "Felicitaciones", "Gracias por el curso prestado").
- Valoración de la didáctica y variedad ("Muy didáctico", "Me gustó mucho su variación de texto con videos y juegos", "Excelente método de aprendizaje").
- Utilidad práctica ("Muy útil y práctico", "Nos enseñan a ser empáticos", "Importante y práctico para el día a día").
- Pertinencia del tema ("Un tema tan necesario y valioso en la actualidad", "Muy pertinente en todas las disciplinas").
- Flexibilidad y accesibilidad ("Brinda flexibilidad en el tiempo", "La plataforma es muy útil y resolutiva").

Sugerencias de mejora:

- Mejorar los videos (menos repetitivos en algunas presentaciones).
- Habilitar la descarga del material académico.
- Continuar y ampliar este tipo de formaciones.

En general, los comentarios reflejan una alta motivación y percepción de valor agregado en salud mental comunitaria.

5.5 Desafíos Enfrentados y Soluciones Aplicadas

Los principales desafíos identificados fueron:

- Alta deserción (45,2%).
- Acceso a la base de datos actualizada y completa de inscritos.
- Postergación del componente práctico presencial.

Oportunidades de mejora:

- Recordatorios automáticos de la iniciación y finalización del curso, si es posible vía correo electrónico, mensajes de texto o WhatsApp.
- Planificación de mecanismos de seguimiento para 2026.
- Acceso a la base de datos de las personas inscritas al curso.

Estos resultados preliminares confirman la viabilidad y aceptación del curso, sentando bases sólidas para su continuidad.

6. Conclusiones

El Curso de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) desarrollado en el marco del Programa Ser Joven ha demostrado ser una iniciativa exitosa y de alta relevancia en el fortalecimiento de las habilidades para la vida y capacidades comunitarias en salud mental.

Con una inscripción de 217 participantes y una tasa de aprobación del 54,38% (118 personas certificadas hasta la fecha), el curso alcanzó un impacto significativo, especialmente considerando que se ejecutó exclusivamente en modalidad virtual asincrónica.

Los resultados de las evaluaciones de satisfacción reflejan una aceptación casi unánime: el 100% de los participantes (122) calificaron como "Bueno" tanto el material didáctico como la utilidad del tema aprendido, y el 98,4% valoró positivamente la metodología. Además, entre los aprobados, el 55,08% obtuvo calificación 4/5 y el 44,92% alcanzó la máxima nota (5/5), lo que evidencia un alto nivel de comprensión y aprovechamiento del contenido.

La retroalimentación cualitativa refuerza estos logros, destacando la claridad, practicidad y didáctica del curso, así como su aporte en herramientas empáticas y aplicables en contextos cotidianos y de crisis.

Los participantes valoraron particularmente la variedad de recursos (videos y juegos interactivos), la flexibilidad horaria de la plataforma PEC y la pertinencia del tema en un contexto social donde la salud mental es cada vez más necesaria.

A pesar de los desafíos identificados, principalmente una tasa de deserción del 45,62%, junto con la postergación de la fase presencial, el curso valida el modelo ABCDE como una herramienta accesible y efectiva para personas no profesionales.

Los resultados preliminares confirman que los PAP pueden contribuir de manera concreta a reducir el estrés inicial, fomentar la resiliencia y prevenir complicaciones emocionales a largo plazo en individuos y comunidades.

En síntesis, esta primera edición del curso representa un aporte valioso al Programa Ser Joven, a la Fundación Ser Social y al cuidado de la salud mental comunitaria, sentando precedentes sólidos para su continuidad, ampliación y replicabilidad en futuras cohortes.

7. Recomendaciones

Con base en los resultados obtenidos, los desafíos identificados y las recomendaciones de los participantes, se proponen las siguientes recomendaciones, las cuales permitirá consolidar el curso como una herramienta sostenida y de gran impacto en la promoción de la salud mental dentro del Programa Ser Joven y de la Fundación Ser Social IPS:

- ***Continuar y completar la implementación actual:*** Priorizar la ejecución de las sesiones presenciales programadas para el primer semestre de 2026, enfocadas en prácticas supervisadas (role-playing, simulaciones y retroalimentación grupal).

- ***Mejorar el seguimiento y reducir la deserción:*** Implementar mecanismos de acompañamiento durante la fase virtual, tales como recordatorios personalizados vía correo electrónico o WhatsApp y alertas automáticas en la plataforma PEC.

- ***Acceso a la base de datos de participantes:*** Facilitar a las psicólogas de talleres el acceso a la base da datos de las personas inscritas a fin de realizar seguimiento y programar las sesiones presenciales.

- ***Incorporar mejoras sugeridas por los participantes:***
  - Habilitar la descarga de materiales académicos (manual, folletos y presentaciones) en formato PDF.
  - Ampliar la variedad de actividades interactivas (juegos, casos reales y quizzes) las cuales fueron altamente valoradas.

- ***Escalar y replicar el curso:***
  - Abrir nuevas ediciones en el 2026.
  - Considerar versiones especializadas (ej. PAP en contextos educativos o laborales).