



# APOYO PSICOSOCIAL - APS

PROYECTO MOVILIDAD POBLACIONAL

Ps. Mg. Viviana Muñoz Ruiz

# Proyecto Movilidad Poblacional

¿Cómo acceder a los beneficios de Atención Médica y Kit Humanitario?

Solo accederán a los beneficios del Proyecto aquellas personas que tengan fecha y hora de atención agendada, para lo cual deben contactarse previamente a los teléfonos institucionales

**Región de Arica y Parinacota**

**Servicios:**  
Atención médica y ayuda humanitaria por única vez

**Número contacto:**  
+56 9 5510 4076

**Modalidad de contacto:**  
WhatsApp

**Horario activo:**  
De 9:00 a 18:00 PM

**Días activos:**  
De lunes a viernes.

**Región de Tarapacá**

**Servicios:**  
Atención médica y ayuda humanitaria por única vez

**Número contacto:**  
+56 9 8470 6811

**Modalidad de contacto:**  
WhatsApp

**Horario activo:**  
De 9:00 a 17:00 PM

**Días activos:**  
De lunes a viernes

**Región Metropolitana**

**Servicios:**  
Atención médica y ayuda humanitaria por única vez

**Número contacto:**  
+56 9 4634 8930

**Modalidad de contacto:**  
WhatsApp

**Horario activo:**  
De 9:00 a 17:00 PM

**Días activos:**  
De lunes a viernes

**CHILE**

# Proyecto Movilidad Poblacional

## Salud Mental y Apoyo Psicosocial

*Solo accederán a los beneficios del Proyecto aquellas personas que tengan fecha y hora de atención agendada, para lo cual deben contactarse previamente a los teléfonos institucionales*



CHILE

**Apoyo Psicosocial (APS)**

**Servicios:**  
Espacio de conversación con psicólogo/a

**Número contacto:**  
+56 9 6505 1364

**Modalidad de contacto:**  
WhatsApp y llamado telefónico

**Horario activo:**  
De 9:00 a 17:00 PM

**Días activos:**  
De martes a viernes



PROYECTO DE  
**Movilidad  
Poblacional**  
[www.cruzroja.cl](http://www.cruzroja.cl)

Si eres una persona  
**refugiada o migrante** y  
necesitas **ayuda  
humanitaria o atención  
médica primaria**,  
contacta a nuestro  
Whatsapp.

**Región  
Metropolitana**



**Cea Santiago**

WhatsApp

**+ 56 9 4634 8930**

*Horario  
lunes a viernes  
de 09:00 a 18:00*

## ¡QUEREMOS GUIDARTE!

Si eres una persona **refugiada o migrante** y necesitas un espacio de conversación confidencial con un profesional, contacta a nuestro servicio de **apoyo psicológico**.

**+56 9 6505 1364**

**Horario:** martes a viernes  
de 9:00 a 17:00 hrs.



**¡No esperes para solicitar ayuda!**

Trabajando  
en conjunto



Proyecto de Movilidad Poblacional

**1**

**CONCEPTOS APS**

**2**

**CONTEXTO MIGRATORIO**

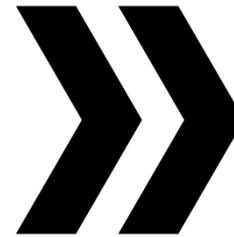
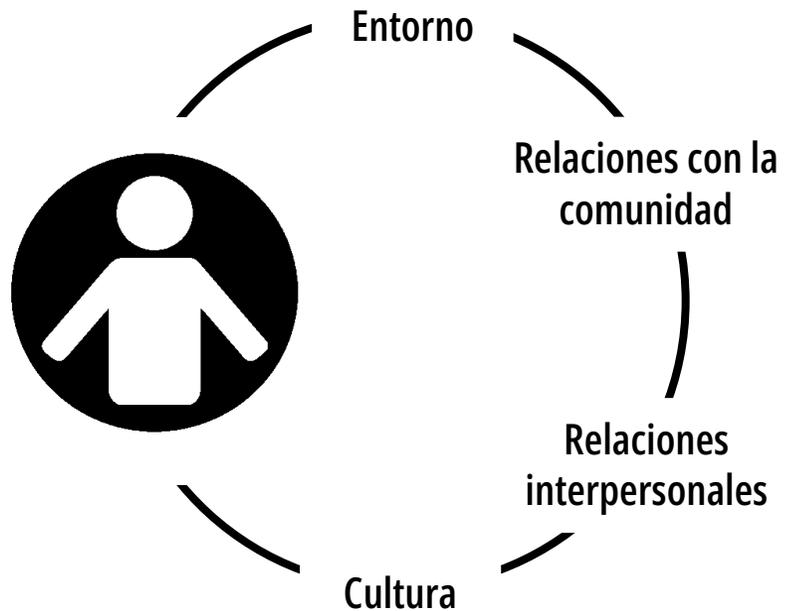
**3**

**DIAGRAMA PIRAMIDAL**

**4**

**PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS**

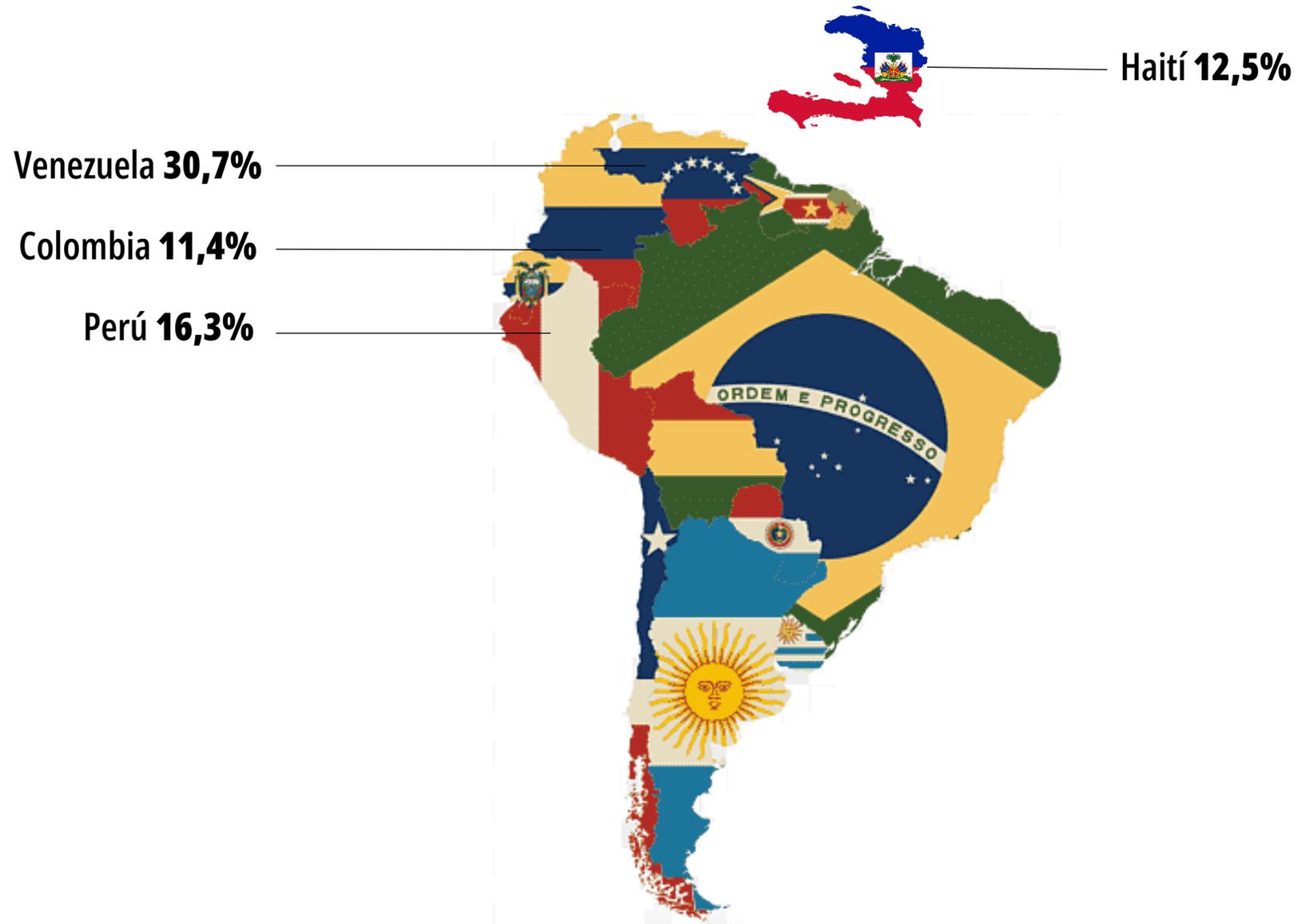
# CONCEPTO “PSICOSOCIAL”



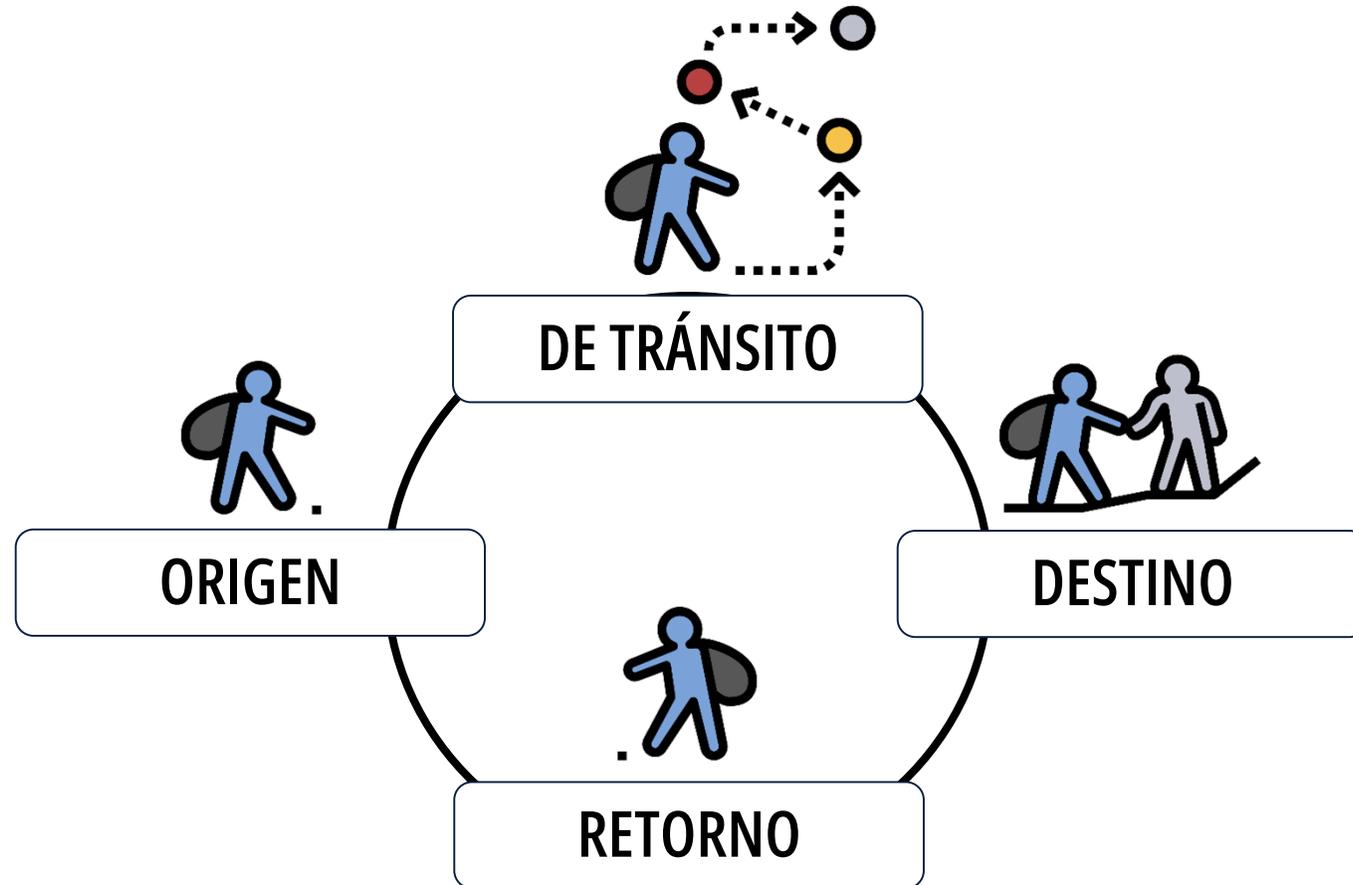
## APOYO PSICOSOCIAL

Medidas relativas a las **necesidades sociales** y **psicológicas** de los individuos, las familias y las comunidades.

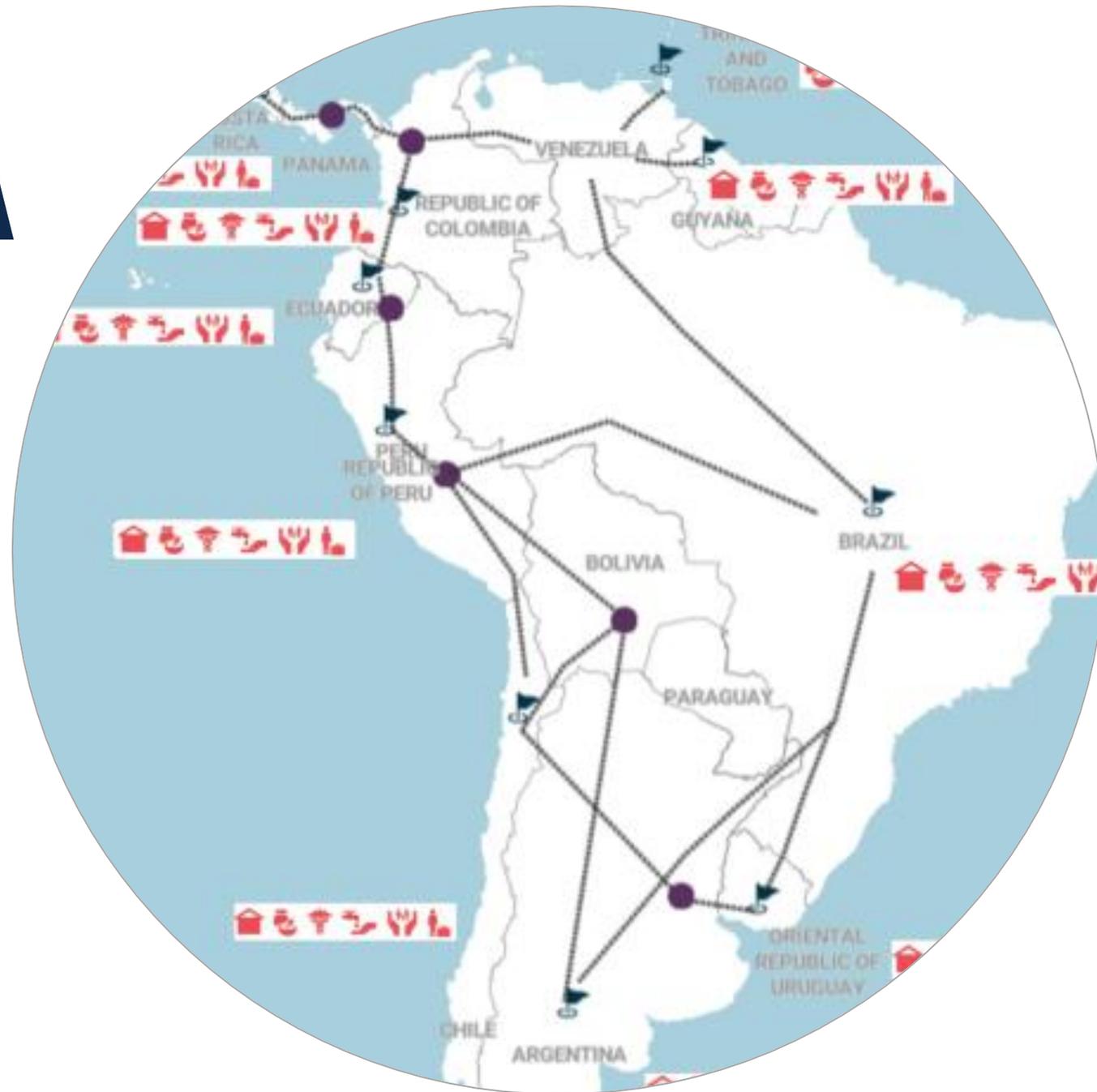
# POBLACIÓN MIGRANTE EN CHILE.



# FLUJO MIGRATORIO.



# RUTA MIGRATORIA

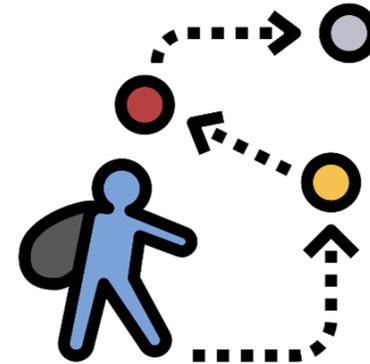


# REACCIONES PSICOSOCIALES.



## ORIGEN

- Afectaciones por violencia.
- Desarraigo.
- Mundo sin garantías para construir proyecto de vida.



## DE TRÁNSITO

- Robos y asaltos.
- Incertidumbre.
- Angustia.
- Temor a la deportación.
- Visión de futuro incierto.
- Impacto en su identidad.

# REACCIONES PSICOSOCIALES.



## DESTINO

- Proceso de adaptación.
- Angustia.
- Estrés.
- Miedo al fracaso.
- Desmotivación.
- Depresión.
- Bajo nivel de autoestima.



## RETORNO

- Frustración.
- Desesperanza.

# IQUIQUE, CHILE



# **AFECTACIONES PSICOLÓGICAS DE LA MIGRACIÓN**

**Depresión**

**Falta de control de emociones**

**Riesgo de suicidio y otras conductas auto lesivas**

**Consumo de alcohol y otras drogas**

**Ansiedad**

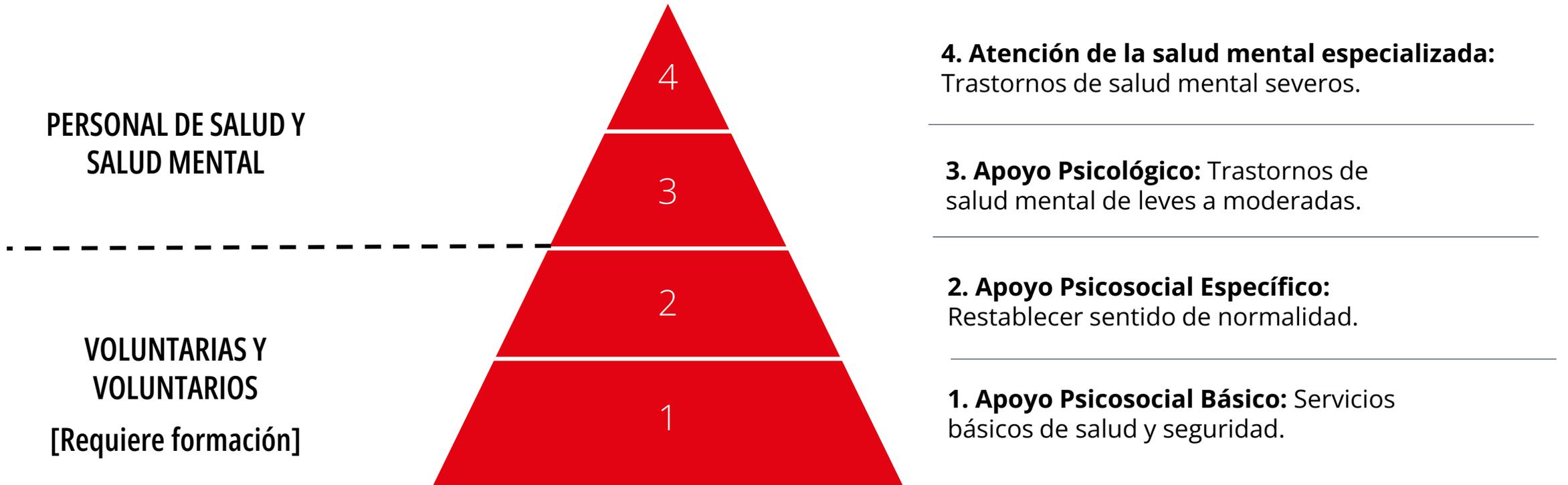
**Intensificación de condiciones preexistentes**



MAYO 2022

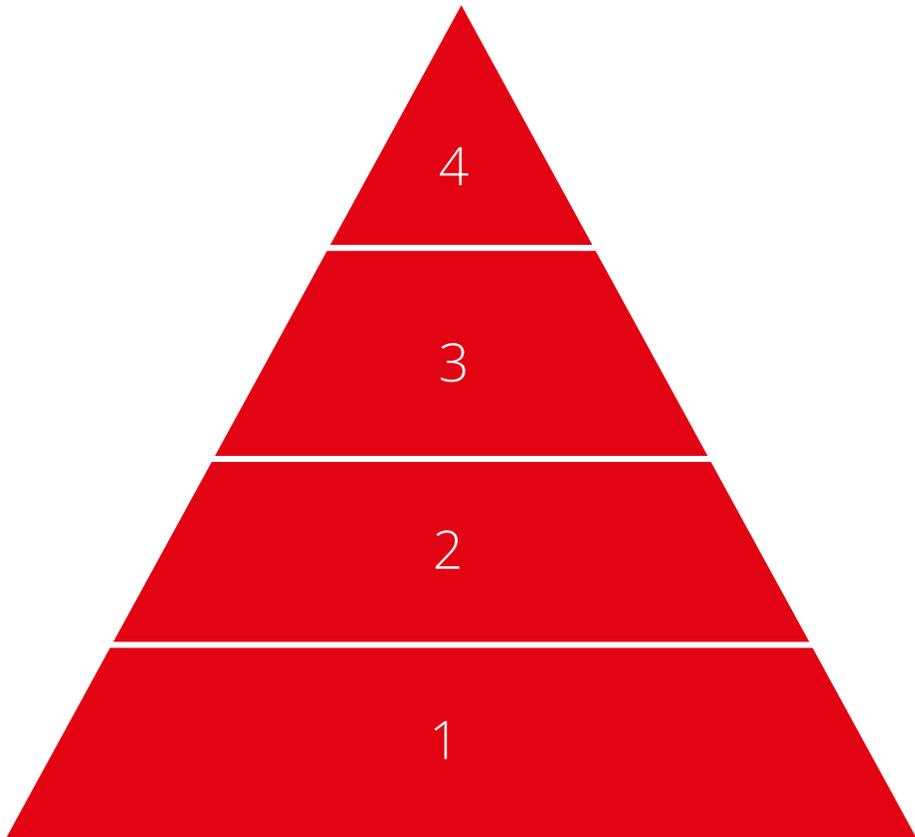
# DIAGRAMA PIRAMIDAL.

## APOYO PSICOSOCIAL PARA POBLACIÓN MIGRANTE



# DIAGRAMA PIRAMIDAL.

## APOYO PSICOSOCIAL PARA POBLACIÓN MIGRANTE



#### 4. Atención de la salud mental especializada:

Trastornos de salud mental severos.

- PSICOTERAPIA
- FARMACOLOGÍA

#### 3. Apoyo Psicológico: Trastornos de salud mental de leves a moderadas.

- CONSEJERÍA
- INTERVENCIÓN EN CRISIS
- PSICOEDUCACIÓN
- INFORME DERIVACIÓN

#### 2. Apoyo Psicosocial Específico:

Restablecer sentido de normalidad.

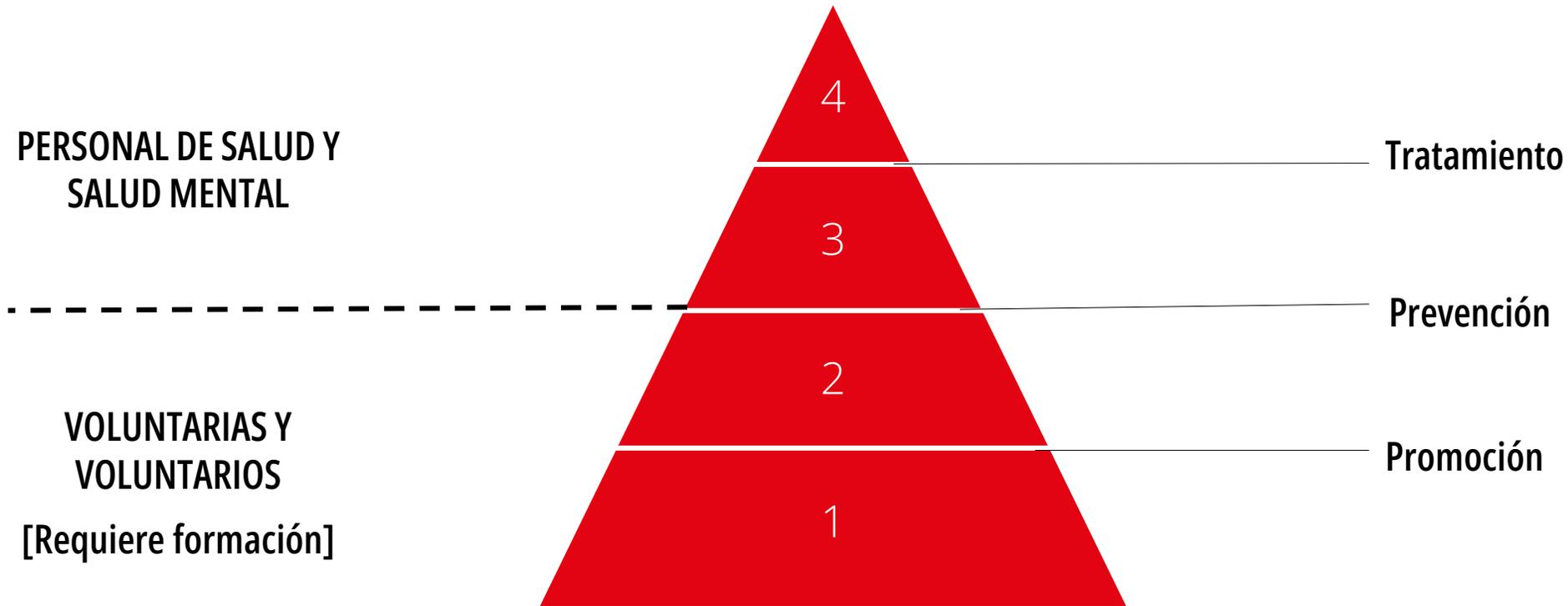
- INTERVENCIÓN EN CRISIS
- PSICOEDUCACIÓN
- DERIVACIÓN INTERNA

#### 1. Apoyo Psicosocial Básico: Servicios básicos de salud y seguridad.

- **PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)**
- DERIVACIÓN INTERNA

# DIAGRAMA PIRAMIDAL.

## APOYO PSICOSOCIAL PARA POBLACIÓN MIGRANTE





## PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

“Consiste en un apoyo humano básico, breve e inmediato, lo cual implica brindar información práctica, con el objetivo de restablecer la estabilidad emocional, fortaleciendo las capacidades y los recursos de las personas, mostrando empatía, respeto y confianza”

# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)



Normalmente esto será durante o inmediatamente después del acontecimiento. Sin embargo, a veces puede ser días o semanas después, dependiendo de cuánto ha durado el acontecimiento o de cuán grave ha sido.

# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

## Lo que **sí** es

- Forma de ayudar a las personas a sentirse tranquilas y capaces de hacer frente a una situación difícil.
- Consolar y ayudar a sentir seguridad y tranquilidad.
- Proteger a las personas de más daños.
- Proporcionar apoyo emocional.
- Ayudar a cubrir las necesidades básicas inmediatas, como alimentación y agua, una manta o un lugar temporal para quedarse.
- Ayudar a las personas a acceder a información, servicios y apoyos sociales.



# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

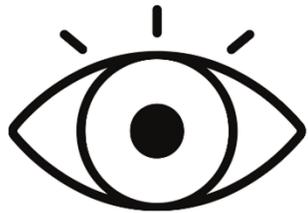
## Lo que **NO** es

- Algo que sólo realizan profesionales.
- Consejería profesional o Psicoterapia.
- Fomentar una discusión detallada del evento que ha causado la angustia.
- Pedirle a alguien que analice lo que les ha sucedido.
- Presionar a alguien para obtener detalles sobre lo sucedido.
- Presionar a las personas para que compartan sus sentimientos y reacciones ante un evento.



# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

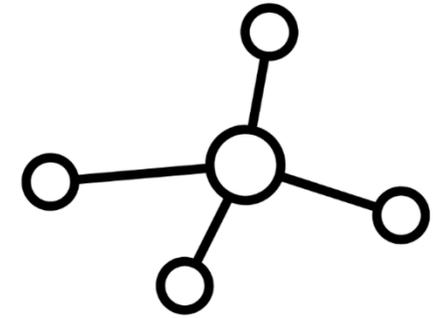
## ESTRATEGIA



OBSERVAR

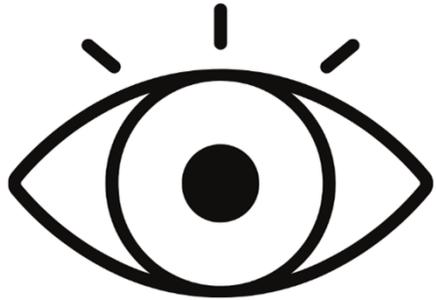


ESCUCHAR



VINCULAR

# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)



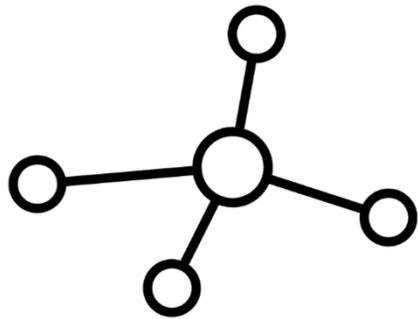
- **Observar** la situación para averiguar quién necesita ayuda
- **Observar** la seguridad y riesgos de seguridad
- **Observar** lesiones físicas
- **Observar** necesidades básicas y prácticas inmediatas
- **Observar** reacciones emocionales

# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)



- **Escuchar** atendiendo a la conducta verbal y no verbal.
- **Escuchar** aceptando los sentimientos de los demás
- **Escuchar** identificando necesidades y preocupaciones
- **Escuchar** es entregar ayuda a la persona que siente emociones no deseadas (*angustia, ansiedad, tristeza, preocupación, por nombrar algunas*), a encontrar soluciones a sus necesidades y problemas inmediatos.

# PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)



- **Vincular** es conectar con seres queridos y apoyo social.
- **Vincular** es acceso a servicios y otras ayudas.

## FRASES CLAVE QUE TRANSMITEN INTERÉS Y EMPATÍA.



- Tienes derecho a estar triste / enojada / frustrada /...
- Escucho lo que dice ...
- Entiendo que esta preocupada/o ...
- Comprendo que...
- Esta situación, su reacción es natural ...
- Lo que hoy siente es esperable...
- Es sano llorar...
- Lo que puedo ofrecerle es ...
- Estoy preocupado(a) por usted y me gustaría sugerirte un lugar donde puedan ayudarle ...
- Le parece si lo(a) dejo en contacto con un(a) psicólogo(a) de Cruz Roja? (Diagrama Piramidal: Trastornos de Salud Mental, niveles 3 y 4)

# CONTACTO

Ps. VIVIANA MUÑOZ RUIZ  
Coordinadora Nacional APS  
Proyecto Movilidad Poblacional  
Cruz Roja Chilena

[coordinacionaps@cruzroja.cl](mailto:coordinacionaps@cruzroja.cl)



# BIBLIOGRAFÍA



**Guía de atención diferenciada en salud y apoyo psicosocial en poblaciones migrantes**  
*Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja*

**Estrategia mundial de la Federación Internacional sobre migración 2018-2022**  
*Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja*

**Compromisos del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja para atender las necesidades de salud mental y apoyo psicosocial. Una hoja de ruta para la implementación 2020 – 2023.** *Movimiento Internacional*

**Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo** *Organización Mundial de la Salud, 2012*

**Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple**  
*Joseba Achotegui*



# **SALUD MENTAL Y APOYO PSICOSOCIAL - SMAPS**

PROYECTO MOVILIDAD POBLACIONAL