

Primeros Auxilios Psicológicos a Víctimas de Violencia y Tortura

Isabel Stange Espínola
Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Puebla
Puebla-México
isabelstange@hotmail.com

El poseer conocimientos que permitan realizar una intervención psicológica de primera instancia a víctimas de violencia y tortura juega un papel determinante en el apoyo que se le puede otorgar a las personas que han vivido una situación de esa naturaleza y que pueden verse debilitadas tanto física como psicológicamente, por ello es adecuado difundir la información de lo que se requiere realizar y lo que es necesario evitar para apoyar y restablecer la salud mental de las personas que han pasado por un evento traumático de ese tipo.

Una intervención rápida y oportuna empleando los primeros auxilios psicológicos, puede aminorar el sufrimiento y la desorganización de la persona, así como el surgimiento de trastornos mayores, no sólo en la persona que ha sufrido el trauma sino también en las redes de apoyo que ésta tiene, como son la familia, amigos compañeros de trabajo, que se ven enfrentados a una situación dolorosa ante la cual no resultan suficientes las formas tradicionales de resolver los problemas.

A través de la exposición, se identifican los principales problemas que se pueden presentar y cuáles son las estrategias más adecuadas para desarrollar la resiliencia en la persona, es decir, para desarrollar la capacidad que tiene cada persona para superar eventos traumáticos e incluso salir fortalecida de ellos.