

MANUAL DE PRIMERA CONTENCIÓN ANTE CRISIS O EMERGENCIAS.



¿Qué entendemos por situación de emergencia?

- Cambio evidente de conducta habitual de algún integrante de la comunidad universitaria.

¿Me encuentro en condiciones de atender una situación de crisis/emergencia, de otra persona, en este momento?

- Primero se debe considerar su propio estado anímico.
- Contar con el tiempo adecuado para brindarle atención y escucha a la persona afectada.

Consejos para iniciar diálogo en situaciones de crisis o emergencia

1. Trate de generar un ambiente que facilite la comunicación abierta.
2. Use buenas aptitudes verbales de comunicación.
3. Haga participar a la persona, disposición personal a la entrevista.
4. Comience a escuchar, escucha activa.
5. Sea amistoso y respetuoso en todo momento y no juzgue a la persona.
6. Responda con sensibilidad cuando las personas revelen experiencias difíciles.



SUGERENCIAS EN LA SITUACIÓN DE CRISIS O EMERGENCIA.

Lo que se debe decir

1. "Entiendo"
2. "Comprendo"
3. ¿Qué te preocupa?
4. ¿Puedo ayudar a resolverlo?
5. ¿Quieres hablar con alguna persona en específico?



Lo que NO se debe decir

1. "Usted no debería haber hecho eso"
2. "Lo que usted debería hacer..."
3. "A mi me pasó"
4. "Esto es normal"
5. "Todo saldrá bien"



CONCEPTOS GENERALES DE SUICIDIO:

PRIMER ACERCAMIENTO QUE PERMITE IDENTIFICAR CARACTERÍSTICAS Y ETAPAS.

¿Qué entendemos por conducta suicida?

- Ideación suicida: abarca pensamientos de muertes o deseo de morir.
- Planeación suicida: creación de un plan específico para suicidarse.
- Intento suicida: actos o conductas en las que una persona intencionalmente busca causar daño o morir.

MITOS V/S REALIDAD

MITOS:

- El que se quiere matar no lo dice
- Hablar sobre suicidio es incitar.
- El suicidio es igual a cobardía

REALIDAD:

- 9 de cada 10 personas que se suicidan lo han manifestado.
- Hablar sobre suicidio reduce el riesgo.
- Desafiar el acto suicida es un acto irresponsable.



DISPOSITIVO DE APOYO Y ACOMPAÑAMIENTO INSTITUCIONAL UV, IMPLEMENTADO POR DAE.

Puedes contactar a un Asistente Social de tu carrera, quién podrá orientarte en:

- **Contención socio-emocional:** podrás encontrar una primera contención en caso de ruptura de vínculos, duelo, problemas vocacionales, ansiedad en período de exámenes, entre otros que consideres.

1. Consumo problemático de alcohol y otras sustancias busca causar daño o morir.



CONTACTO ASISTENTE SOCIAL.

POLO VALPARAÍSO

FONO: 2 99 56 01

1. As. Natalia Castillo

✉ natalia.castillo@uv.cl

2. As. Paola Bustamante

✉ paola.bustamante@uv.cl

3. As. Skarlett Seith

✉ skarlett.seith@uv.cl

4. As. Carolina Pérez

✉ carolina.perez@uv.cl

POLO PLAYA ANCHA

FONO 2 50 84 88

1. As. Priscilla Flores

✉ priscilla.flores@uv.cl

2. As. Vannia González

✉ vannia.gonzalez@uv.cl

FACULTAD DE MEDICINA

• As. Catalina Figueroa

✉ catalina.figueroaal@uv.cl

FONO: 2 60 38 77

SAN FELIPE

• As. Natalia Aniñir

✉ bienestar.estudiantil@uv.cl

FONO: 34-43 12 26

FACEA Viña del Mar

• As. Ana Luisa Valdenegro

✉ analuisa.valdenegro@uv.cl

FONO: 2 50 75 73

SANTIAGO

• As. Jazmín Gallardo

✉ jazmin.gallardo@uv.cl

FONO: 2-23 29 21 20



EN CASO DE ALGÚN ACCIDENTE.

En caso de evidenciar una descompensación física, herida, caída o convulsión de un integrante de la comunidad estudiantil se sugiere llamar a un ambulancia al número 131.

-  **Móvil básico:** acude cuando no hay riesgo vital.
-  **Móvil avanzado:** acude cuando hay un potencial riesgo vital.
-  **Móvil mecanizado:** acude cuando existe riesgo vital.

En caso de situaciones de emergencia y necesidad de contención emocional puedes llamar a fono de salud responde del ministerio de salud y solicitar apoyo de un profesional psicológico.

(600 360 7777)



ESTRATEGIA GENERAL

DAE - PROGRAMA DE SALUD MENTAL

Contactar al profesional Asistente Social de tu carrera

No olvides mencionar tu nombre, facultad y teléfono. Se pondrán en contacto contigo.



Si la situación requiere de apoyo especializado se derivará a:

SEMDA : para atención clínica de psicóloga



Si la situación tiene un mayor grado de dificultad serás orientad@ para la atención en

- CESFAM (centro de salud familiar) o centro privado.
- Estudiantes con alguna patología GES (esquizofrenia, depresión mayor, trastorno bipolar).
- Estudiantes con situación de salud Menbtal de mayor complejidad que requiere atención especializada.

