

Fonte: Primeiros cuidados psicológicos: guia para trabalhadores de campo - Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), 2011.

# PRIMEIROS CUIDADOS PSICOLÓGICOS (PCP)

**ENTENDA COMO ACOLHER E ESCUTAR UMA PESSOA VÍTIMA DE DESASTRES →**



MINISTÉRIO DA SAÚDE





**PESSOAS AFETADAS POR CATÁSTROFES DE QUALQUER ORIGEM, COMO É O CASO DAS ENCHENTES NA REGIÃO SUL DO BRASIL, PODEM TER CONTATO COM SITUAÇÕES POTENCIALMENTE TRAUMÁTICAS.**

- Perda de entes queridos.
- Abandono repentino de residências, comércios e meios de subsistência.
- Necessidade de se abrigar em locais nem sempre conhecidos, dentro ou fora da comunidade de origem.
- Falta de comunicação e de informações sobre familiares e amigos.
- Perda de animais de estimação.

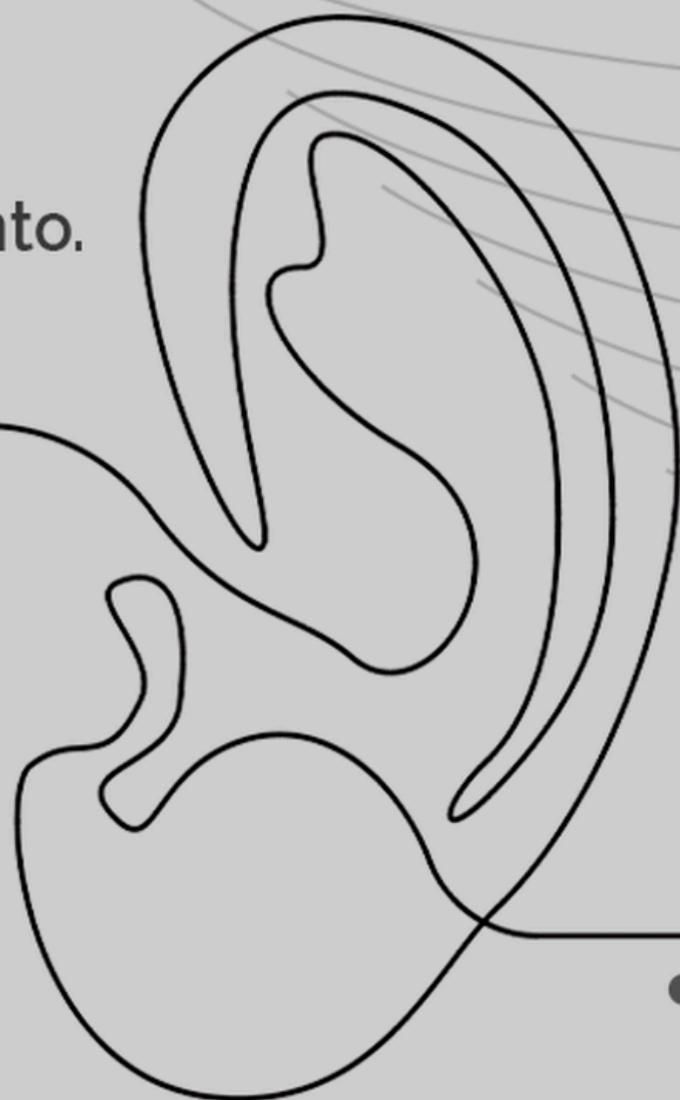
Os **Primeiros Cuidados Psicológicos (PCP)** são uma resposta humana baseada na nossa capacidade de **ouvir as histórias das pessoas sem pressioná-las** a falar sobre sentimentos e reações em relação ao que estão passando.

**Não se trata de um atendimento psicológico.** E, mesmo que possa ser executado por qualquer profissional, quem prestar o atendimento precisa ter sido capacitado, pautando-se na **ética** e na **responsabilidade**.

# A ESCUTA É ESSENCIAL

Ofereça apoio e cuidado práticos, sem invadir a privacidade da pessoa e sem esperar uma reação ao seu modo. Você está numa posição de ajuda, faça-o com responsabilidade.

Ouçã quais são as necessidades e as preocupações da pessoa, sem julgamento.



# ACOLHA

Ajude a pessoa a suprir necessidades básicas, como alimentação, água e informação de qualidade sobre serviços e suportes sociais. Seja responsável com as informações oferecidas, sem propagar fake news.



# LEMBRE-SE

Escute com atenção, sem pressionar a pessoa a falar. Neste momento, os relatos podem sair da ordem cronológica. Não tente organizá-los.

Ajude a pessoa a se acalmar e proteja-a de danos adicionais, auxiliando na definição de prioridades.

