

15

PRIMEROS AUXILIOS **PSICOLÓGICOS EN EDUCACIÓN SUPERIOR: UNA** **HERRAMIENTA ESENCIAL PARA DOCENTES UNIVERSITARIOS**



PRIMEROS AUXILIOS

PSICOLÓGICOS EN EDUCACIÓN SUPERIOR: UNA HERRAMIENTA ESENCIAL PARA DOCENTES UNIVERSITARIOS

PSYCHOLOGICAL FIRST AID IN HIGHER EDUCATION: AN ESSENTIAL TOOL FOR UNIVERSITY LECTURERS

Alexandra Estefanía Vásquez-Ávila¹

E-mail: alexandra.evasquez@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-2152-1259>

¹ Investigadora Independiente. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Vásquez-Ávila, A. E. (2026). Primeros auxilios psicológicos en Educación Superior: una herramienta esencial para docentes universitarios. *Revista Mexicana de Investigación e Intervención Educativa*, 5(4), 169-180.

Fecha de presentación: 11/06/2026

Fecha de aceptación: 21/08/2026

Fecha de publicación: 01/10/2026

RESUMEN

La salud mental estudiantil exige respuestas universitarias tempranas, accesibles y articuladas. Este estudio analizó sistemáticamente la evidencia disponible en Scopus y PubMed sobre fundamentos, modalidades formativas, resultados, limitaciones e implicaciones de los Primeros Auxilios Psicológicos en educación superior, especialmente para docentes. Se aplicaron PRISMA 2020 y el marco PCC. De 142 registros identificados, se eliminaron 10 duplicados, se cribaron 132 documentos, se evaluaron 40 textos y se incluyeron 25 estudios publicados entre 2017 y 2026. La evidencia mostró que las capacitaciones, principalmente aquellas que combinaron teoría, simulación, práctica guiada y retroalimentación, mejoraron conocimientos, confianza, competencia percibida, autoeficacia y preparación ante crisis; algunos estudios también informaron beneficios psicológicos. Sin embargo, predominaron muestras pequeñas, autoinformes, diseños sin control y seguimientos breves. Se concluye que los docentes pueden reconocer riesgos, ofrecer apoyo inicial y facilitar derivaciones, siempre mediante protocolos institucionales, supervisión profesional y servicios especializados capaces de asegurar continuidad asistencial y seguimiento oportuno.

Palabras clave:

Primeros auxilios psicológicos, Educación Superior, docentes universitarios, salud mental, derivación psicológica.

ABSTRACT

Student mental health requires early, accessible, and coordinated university responses. This study systematically analyzed evidence from Scopus and PubMed concerning the foundations, training modalities, outcomes, limitations, and implications of Psychological First Aid in higher education, with particular attention to university lecturers. PRISMA 2020 and the PCC framework guided the review. Among 142 identified records, 10 duplicates were removed, 132 documents were screened, 40 full texts were assessed, and 25 studies published between 2017 and 2026 were included. Evidence indicated that training programs, particularly those combining theory, simulation, guided practice, and feedback, improved knowledge, confidence, perceived competence, self-efficacy, and crisis preparedness; some studies also reported psychological benefits. Nevertheless, small samples, self-report measures, uncontrolled designs, and short follow-up periods predominated. University lecturers may therefore safely recognize risks, provide initial support, and facilitate referrals, provided that training is integrated with institutional protocols, professional supervision, and specialized services capable of ensuring continuity of care.

Keywords:

Psychological first aid, higher education, university lecturers, mental health, psychological referral.

INTRODUCCIÓN

La salud mental del alumnado universitario se ha consolidado como uno de los principales desafíos de la educación superior, debido a su elevada prevalencia y a las repercusiones que puede generar en los ámbitos personal, social y académico. En una investigación desarrollada en ocho países, con la participación de 19 instituciones y 13.984 estudiantes de primer año, se encontró que el 35 % había experimentado al menos un trastorno mental a lo largo de su vida, mientras que el 31 % informó haberlo padecido durante los doce meses previos. Asimismo, se identificó que el inicio de estas alteraciones ocurre con frecuencia durante la adolescencia media o temprana (Auerbach et al., 2018). Esta vulnerabilidad puede intensificarse durante el ingreso a la universidad debido a las exigencias académicas, el alejamiento del entorno familiar, el establecimiento de nuevas relaciones, la necesidad de alcanzar mayor autonomía y las responsabilidades propias de esta etapa. En consecuencia, resulta necesario que las instituciones de educación superior dispongan de mecanismos accesibles que favorezcan la detección temprana de las dificultades psicológicas y permitan activar oportunamente las respuestas de apoyo.

Las dificultades relacionadas con la salud mental también repercuten en el desempeño académico y en la permanencia del estudiantado en la universidad. En una investigación realizada con 4.921 estudiantes de primer año, aproximadamente uno de cada tres informó haber experimentado problemas de salud mental, los cuales se asociaron con reducciones de entre el 2,9 % y el 4,7 % en el rendimiento académico anual y con disminuciones de entre 0,2 y 0,3 puntos en la calificación media (Bruffaerts et al., 2018).

Por su parte, en Ecuador también se han identificado indicadores preocupantes relacionados con la salud mental de la población universitaria. En una investigación realizada con 100 estudiantes de Macas se reportó una prevalencia de depresión del 55 %, asociada con dificultades económicas, problemas interpersonales y un menor nivel de escolaridad parental (Tasé Martínez et al., 2023). De manera complementaria, un estudio desarrollado con 220 estudiantes de la carrera de Medicina en Machala identificó niveles elevados de estrés académico, ansiedad-estado y ansiedad-rasgo, así como asociaciones positivas y significativas entre el estrés académico y ambas manifestaciones de ansiedad (Gálvez Sócola et al., 2025).

Aunque el empleo de muestras locales y diseños transversales limita la posibilidad de generalizar los resultados a otros contextos, los hallazgos permiten reconocer manifestaciones emocionales, conductuales, relacionales y académicas que pueden hacerse visibles en el entorno universitario. En este escenario, el profesorado ocupa una posición cercana al estudiantado que puede favorecer la identificación temprana de señales de malestar y la activación de los mecanismos institucionales de apoyo,

siempre dentro de los límites de su función profesional (Romero-Aguirre et al., 2026).

El bienestar universitario también se encuentra relacionado con los recursos de afrontamiento y los factores protectores disponibles. En este sentido, las estrategias que los estudiantes emplean para gestionar el estrés y responder a las demandas académicas constituyen un componente relevante para comprender su adaptación y bienestar en el contexto universitario. Asimismo, la inteligencia emocional percibida y sus distintas dimensiones mostraron asociaciones positivas y significativas con el bienestar psicológico de estudiantes universitarios. Estos resultados sugieren que la respuesta institucional debe integrar acciones de prevención, alfabetización en salud mental, desarrollo de competencias socioemocionales y fortalecimiento de las redes de apoyo. En este marco, los Primeros Auxilios Psicológicos pueden constituir un recurso inicial de contención y vinculación, pero no deben entenderse como sustitutos de la prevención continuada ni de la atención profesional especializada.

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) constituyen una respuesta humana, práctica e inmediata dirigida a personas que experimentan una crisis o un acontecimiento potencialmente traumático. Su propósito no es diagnosticar, realizar psicoterapia ni sustituir la intervención de profesionales especializados, sino ofrecer escucha respetuosa, favorecer la percepción de seguridad, identificar necesidades inmediatas, fortalecer recursos personales y facilitar el acceso a redes de apoyo.

En el contexto universitario, esta delimitación permite comprender al docente como un facilitador de primera respuesta y derivación, pero no como terapeuta. Las personas sin formación clínica pueden desarrollar habilidades básicas para brindar apoyo ante situaciones de malestar agudo, siempre que la capacitación establezca con claridad las funciones, los límites éticos y las vías de actuación correspondientes. No obstante, su aplicación debe mantenerse vinculada a la evidencia disponible y evitar interpretaciones improvisadas o extensiones indebidas de su alcance.

La evidencia disponible sobre los PAP presenta resultados favorables, aunque también importantes limitaciones. Una revisión sistemática temprana encontró que las guías disponibles presentaban una calidad variable y que la evidencia existente era insuficiente para establecer recomendaciones definitivas sobre su eficacia, lo que evidenciaba la necesidad de fortalecer tanto su fundamentación como la evaluación de su aplicación. Posteriormente, una revisión de alcance que integró 23 estudios concluyó que la capacitación en PAP puede favorecer el incremento de conocimientos y habilidades para apoyar a personas que atraviesan situaciones de malestar agudo. Sin embargo, también identificó una marcada heterogeneidad en los modelos formativos, las poblaciones destinatarias, los instrumentos de evaluación y los resultados examinados.

En consecuencia, los PAP deben comprenderse como una estrategia de protección y apoyo psicosocial cuya implementación en contextos educativos todavía requiere evaluaciones rigurosas.

Los estudios experimentales disponibles respaldan principalmente efectos inmediatos o de alcance intermedio. En un ensayo aleatorizado por conglomerados desarrollado con 333 trabajadores sanitarios de Sierra Leona, una capacitación de un día mejoró los conocimientos inmediatamente después de la intervención y a los seis meses, así como el desempeño ante escenarios simulados. Sin embargo, no produjo cambios generales en la confianza ni en la calidad de vida profesional (Sijbrandij et al., 2020). En el contexto universitario, seis sesiones de capacitación dirigidas a 76 estudiantes de Enfermería incrementaron significativamente la preparación ante desastres y la autoeficacia en comparación con el grupo control (Kılıç & Şimşek, 2019). En conjunto, estos resultados respaldan la conveniencia de implementar procesos formativos estructurados que incorporen práctica, seguimiento y refuerzo periódico.

Las metodologías activas adquieren particular relevancia dentro de estos procesos formativos. Un programa que combinó enseñanza teórica y simulación produjo mejoras en los conocimientos y en la competencia percibida de estudiantes de Psicología y orientadores escolares de Corea del Sur. No obstante, la ausencia de un grupo control y el predominio de medidas de autoinforme limitaron la posibilidad de establecer relaciones causales sólidas (Lee et al., 2017). De manera más específica, un estudio cuasiexperimental realizado con 43 docentes de la Universidad de Jordania encontró que una capacitación basada en contenidos teóricos, análisis de casos, videos, simulaciones y dramatizaciones incrementó el conocimiento de 7,7 a 11,0 puntos y la competencia percibida de 17,2 a 33,0 puntos. Aunque la investigación presentó una muestra reducida, se desarrolló en una sola institución y careció de grupo control, sus resultados muestran la viabilidad de este tipo de formación dirigida al profesorado universitario (Abu Sabra et al., 2023).

En América Latina también se han documentado brechas formativas relacionadas con la aplicación de los PAP. Un estudio desarrollado con 171 profesionales de Enfermería y seis directores de centros sanitarios de Potosí evidenció insuficiencias en la preparación del personal para aplicar primeros auxilios psicológicos ante situaciones de crisis (Tunqui Cruz, 2021). Aunque estos resultados no pueden extrapolarse directamente al ámbito universitario, permiten reconocer necesidades regionales relacionadas con el conocimiento, la formación práctica y la estandarización de procedimientos. Esta cuestión resulta especialmente relevante porque los docentes pueden observar de manera cotidiana ausencias reiteradas, disminución del rendimiento académico, alteraciones emocionales, aislamiento, desesperanza u otras manifestaciones que

requieran activar oportunamente los mecanismos institucionales de apoyo.

La proximidad del profesorado al estudiantado puede constituir una ventaja para la identificación temprana de situaciones de riesgo, pero, en ausencia de formación, protocolos y acompañamiento institucional, también puede propiciar respuestas inadecuadas, sobrecarga profesional o derivaciones tardías. En este sentido, resulta necesario diferenciar los PAP del Mental Health First Aid (MHFA). Mientras los PAP se orientan principalmente a brindar apoyo inmediato ante una crisis o acontecimiento potencialmente traumático, el MHFA se dirige al reconocimiento de problemas de salud mental, la prestación de ayuda inicial y la facilitación del acceso a servicios profesionales.

Una revisión de 12 estudios que comprendió a 1.841 estudiantes universitarios mostró un predominio de participantes procedentes de carreras de la salud, junto con una escasa integración curricular obligatoria de estas competencias y una elevada dependencia de evaluaciones autorreportadas (El-Den et al., 2020). Por otra parte, un ensayo realizado en 32 instituciones universitarias encontró que la capacitación de asesores de residencias mejoró el conocimiento, la confianza y la capacidad para reconocer el malestar psicológico entre los estudiantes, aunque no produjo un incremento en la utilización de los servicios de salud mental (Lipson et al., 2014). Estos resultados indican que la preparación de agentes próximos al estudiantado puede mejorar determinadas competencias, pero no garantiza por sí sola una reducción de las brechas de acceso a la atención. La formación docente debe, por tanto, procurar que la competencia percibida se traduzca en actuaciones apropiadas y en mecanismos efectivos de derivación.

En una investigación realizada con 507 docentes universitarios, la mayoría consideró que la identificación del riesgo suicida formaba parte de sus responsabilidades profesionales. Sin embargo, numerosas instituciones no proporcionaban capacitación específica y quienes sí habían recibido formación manifestaban mayor confianza para reconocer situaciones de riesgo y ofrecer ayuda inicial (Sylvara & Mandracchia, 2019).

A pesar de estos resultados, una revisión sistemática encontró efectos heterogéneos sobre la utilización efectiva de las habilidades adquiridas y no identificó mejoras consistentes en la salud mental de las personas receptoras de la ayuda. En consecuencia, la evaluación de estos programas no debería limitarse a medir conocimientos, satisfacción o autoeficacia, sino incorporar indicadores relacionados con la actuación efectiva, la derivación y los resultados obtenidos por quienes reciben el apoyo. Desde esta perspectiva, los PAP pueden constituir una herramienta relevante para el profesorado universitario siempre que formen parte de una estrategia institucional

y no impliquen una transferencia informal de responsabilidades propias de los servicios especializados.

La elevada frecuencia de los problemas psicológicos, sus repercusiones académicas y las persistentes brechas de atención justifican la formación del profesorado en identificación de crisis, escucha sin juicio, apoyo inicial y activación oportuna de los mecanismos de derivación. No obstante, la heterogeneidad de los programas formativos, el predominio de autoinformes, las muestras reducidas y la limitada evaluación de los resultados en las personas receptoras impiden asumir una efectividad generalizada de estas intervenciones (Abu Sabra et al., 2023).

En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo analizar sistemáticamente la evidencia científica disponible en Scopus y PubMed sobre los fundamentos, las modalidades formativas, los resultados, las limitaciones y las implicaciones de los Primeros Auxilios Psicológicos en la educación superior, con énfasis en su utilidad para fortalecer la capacidad de respuesta del profesorado universitario y su articulación con protocolos de derivación y servicios especializados.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se llevó a cabo una revisión sistemática con el propósito de identificar, analizar y sintetizar la evidencia científica disponible sobre el uso, la formación y los resultados asociados con los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) en instituciones de educación superior, con especial atención a la preparación y actuación del profesorado universitario. El proceso se desarrolló de acuerdo con las directrices PRISMA 2020 (Page et al., 2021). La pregunta de investigación fue: ¿qué evidencia científica existe sobre el uso y la formación en PAP en contextos de educación superior y cuáles son sus implicaciones para los docentes universitarios? Para delimitar la revisión se empleó el marco PCC. La población comprendió docentes, estudiantes y otros integrantes de la comunidad universitaria; el concepto incluyó la formación, aplicación, conocimientos, competencias y resultados relacionados con los PAP; y el contexto abarcó universidades, institutos y otras instituciones de educación superior.

La búsqueda bibliográfica se realizó en Scopus y PubMed desde el inicio de la cobertura de ambas bases de datos, sin restricciones iniciales por año de publicación, país o campo disciplinar. Estas bases fueron seleccionadas por su cobertura de la producción científica multidisciplinaria y por su pertinencia para recuperar investigaciones relacionadas con salud mental, intervención en crisis, formación y educación superior. En Scopus se utilizó la siguiente estrategia de búsqueda:

TITLE-ABS-KEY(("psychological first aid" OR
"psychological first-aid" OR "psychosocial first aid" OR
"psychosocial first-aid" OR "primeros auxilios psicológicos" OR

"primer auxilio psicológico" OR "primeiros socorros psicológicos" OR

"primeiros auxílios psicológicos") AND

(universit* OR college* OR "higher education" OR "tertiary education" OR

postsecondary OR "post-secondary" OR undergraduate* OR postgraduate* OR

graduate* OR campus* OR student* OR facult* OR "academic staff" OR

"teaching staff" OR lecturer* OR professor* OR instructor* OR teacher* OR

educator*))

En PubMed se aplicó la siguiente estrategia:

("Psychological First Aid"[MeSH Terms] OR

"psychological first aid"[Title/Abstract] OR

"psychological first-aid"[Title/Abstract] OR

"psychosocial first aid"[Title/Abstract] OR

"psychosocial first-aid"[Title/Abstract] OR

"primeros auxilios psicológicos"[Title/Abstract] OR

"primer auxilio psicológico"[Title/Abstract] OR

"primeiros socorros psicológicos"[Title/Abstract] OR

"primeiros auxílios psicológicos"[Title/Abstract])

AND

("Universities"[MeSH Terms] OR

"Faculty"[MeSH Terms] OR

"Students"[MeSH Terms] OR

"Students, Health Occupations"[MeSH Terms] OR

"Student Health Services"[MeSH Terms] OR

universit*[Title/Abstract] OR

college*[Title/Abstract] OR

"higher education"[Title/Abstract] OR

"tertiary education"[Title/Abstract] OR

postsecondary[Title/Abstract] OR

"post-secondary"[Title/Abstract] OR

undergraduate*[Title/Abstract] OR

postgraduate*[Title/Abstract] OR

graduate*[Title/Abstract] OR

campus[Title/Abstract] OR

campuses[Title/Abstract] OR

student*[Title/Abstract] OR

faculty[Title/Abstract] OR
faculties[Title/Abstract] OR
"academic staff"[Title/Abstract] OR
"teaching staff"[Title/Abstract] OR
lecturer*[Title/Abstract] OR
professor*[Title/Abstract] OR
instructor*[Title/Abstract] OR
teacher*[Title/Abstract] OR
educator*[Title/Abstract])

Se incluyeron artículos originales revisados por pares con enfoques cuantitativos, cualitativos o mixtos. Fueron elegibles los ensayos controlados, estudios cuasiexperimentales, diseños pretest-postest, investigaciones observacionales, estudios de implementación y evaluaciones de programas desarrollados en instituciones de educación superior. La población de interés comprendió docentes, estudiantes, orientadores, consejeros, profesionales de bienestar universitario, personal administrativo y otros integrantes de la comunidad académica.

Los estudios debían abordar explícitamente la formación, aplicación, evaluación, simulación o preparación en PAP, así como alguna de las variables relacionadas con su implementación, entre ellas conocimientos, competencias, autoeficacia, confianza, actitudes, viabilidad, aceptación o efectos observados en las personas receptoras del apoyo. Se admitieron artículos publicados en inglés, español y portugués, sin restricciones geográficas ni temporales.

Se excluyeron los estudios desarrollados exclusivamente en educación inicial, primaria o secundaria, así como las investigaciones realizadas únicamente en contextos comunitarios, militares, hospitalarios o de atención a desastres cuando no fuera posible identificar de manera diferenciada una población perteneciente a la educación superior. También se excluyeron los trabajos centrados exclusivamente en Mental Health First Aid, gatekeeper training, prevención del suicidio, psicoterapia, intervención clínica, primeros auxilios físicos o debriefing psicológico, cuando no incorporaban explícitamente los PAP como objeto de estudio.

Asimismo, se excluyeron revisiones narrativas, sistemáticas o de alcance, metaanálisis, editoriales, cartas,

protocolos, resúmenes de congresos, capítulos de libros, tesis, informes institucionales y otros documentos que no aportaran resultados empíricos originales. También se descartaron los registros duplicados y aquellos estudios cuyos datos correspondientes a población universitaria no pudieran diferenciarse de los obtenidos en otros grupos o niveles educativos. Los registros recuperados de ambas bases de datos se integraron en una única base y los duplicados se identificaron mediante la comparación del DOI, PMID, EID, título normalizado, autores y año de publicación. Posteriormente, la selección se efectuó en dos etapas: cribado de títulos y resúmenes y evaluación de los textos completos potencialmente elegibles.

Dos revisores realizaron el proceso de selección de manera independiente. Las discrepancias se resolvieron mediante consenso y, cuando fue necesario, mediante la participación de un tercer evaluador. Para cada artículo excluido durante la evaluación a texto completo se registró la razón correspondiente. El proceso de identificación, eliminación de duplicados, cribado, evaluación de elegibilidad e inclusión se representó mediante un diagrama de flujo conforme a PRISMA 2020, en el que se diferenciaron los registros procedentes de cada base de datos, los duplicados identificados, los documentos excluidos, los textos completos evaluados y los estudios finalmente incorporados a la síntesis.

De cada investigación incluida se extrajeron los siguientes datos: autores, año de publicación, país, revista, base de datos de procedencia, objetivo, diseño metodológico, contexto universitario, características de los participantes, tamaño de la muestra, modalidad y duración de la formación en PAP, componentes de la capacitación, facilitadores, instrumentos empleados, variables evaluadas, principales resultados, limitaciones, implicaciones para el profesorado y conclusiones. El riesgo de sesgo se valoró de acuerdo con el diseño metodológico de cada estudio mediante RoB 2 para los ensayos aleatorizados, ROBINS-I para las intervenciones no aleatorizadas y las herramientas de evaluación crítica del Joanna Briggs Institute para los estudios transversales, de prevalencia, cualitativos u observacionales. La calidad metodológica no constituyó por sí misma un criterio de exclusión, pero se consideró durante la síntesis e interpretación de los resultados para valorar la solidez, confiabilidad y aplicabilidad de la evidencia disponible.

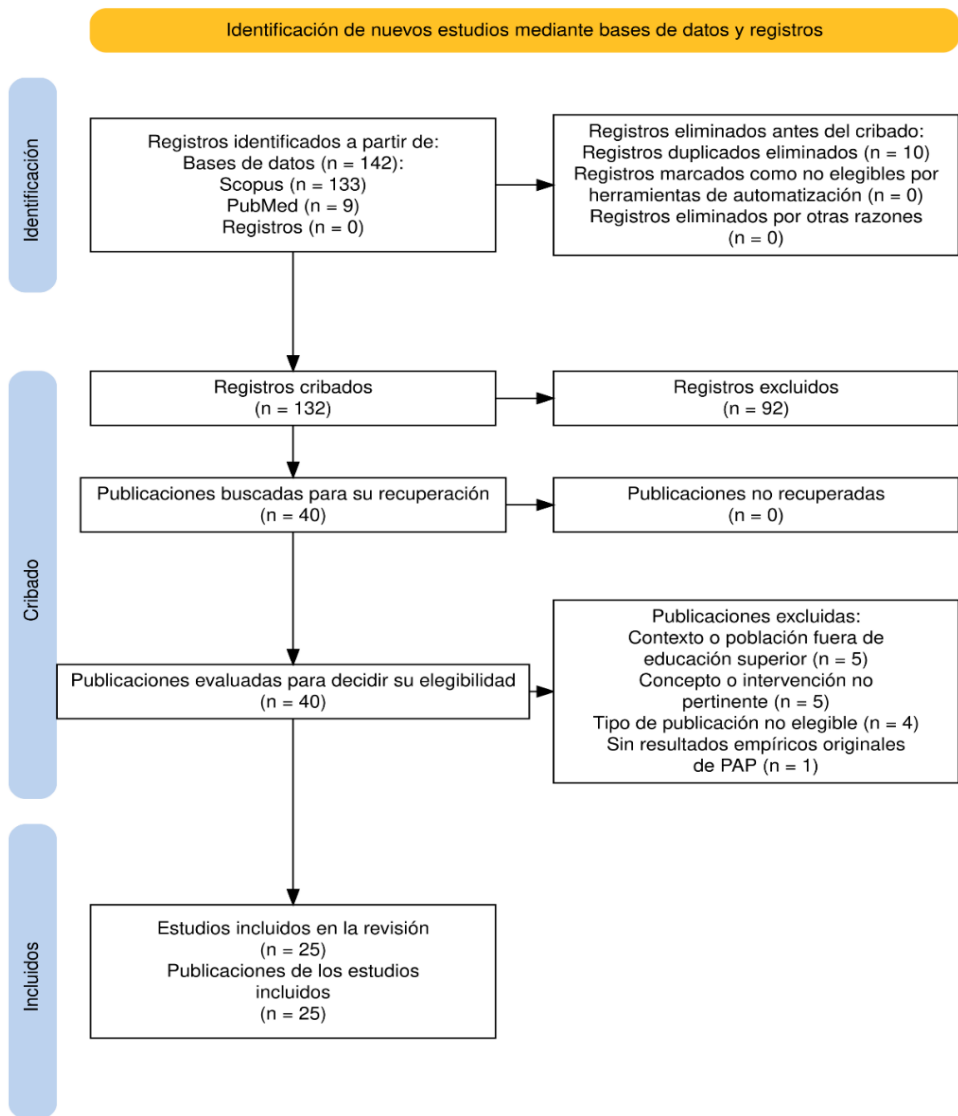


Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA.

El proceso de selección permitió identificar 142 registros procedentes de Scopus y PubMed, de los cuales 133 correspondieron a Scopus y nueve a PubMed. Tras eliminar 10 registros duplicados, se cribaron 132 documentos mediante la revisión de títulos, resúmenes y metadatos. En esta etapa se excluyeron 92 registros que no cumplían los criterios establecidos y 40 publicaciones fueron evaluadas a texto completo para determinar su elegibilidad, sin registrarse documentos no recuperados. Durante esta fase se excluyeron 15 publicaciones debido a que la población o el contexto no correspondían a la educación superior (n = 5), la intervención no resultaba pertinente (n = 5), el tipo de publicación no cumplía los criterios de elegibilidad (n = 4) o no se presentaban resultados empíricos originales sobre PAP (n = 1). Finalmente, 25 estudios publicados entre 2017 y 2026 cumplieron los criterios establecidos y fueron incorporados a la síntesis cualitativa. La figura 1 resume el proceso de identificación, eliminación de duplicados, cribado, evaluación de elegibilidad e inclusión de acuerdo con las directrices PRISMA 2020.

La producción científica incluida mostró una concentración notable en los años recientes, puesto que 21 estudios (84 %) fueron publicados entre 2022 y 2026 y 16 (64 %) entre 2024 y 2026. Esta distribución refleja el creciente interés por los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) y por la preparación de las comunidades universitarias para responder ante crisis, desastres y situaciones de malestar psicológico. La pertinencia de esta formación adquiere especial relevancia ante la elevada frecuencia de problemas de salud mental documentada entre estudiantes universitarios y la presencia de factores asociados con las exigencias académicas, el alejamiento familiar, las dificultades económicas y las transiciones propias de esta etapa educativa. No obstante, los PAP constituyen una respuesta inicial y, por tanto, deben articularse con políticas preventivas, servicios profesionales especializados y mecanismos institucionales de seguimiento.

Los estudios incluidos procedieron de 16 países. Turquía concentró siete investigaciones (28 %), seguida de Estados Unidos, Sudáfrica e Indonesia, con dos estudios cada uno, mientras que las investigaciones restantes se desarrollaron en Corea del Sur, Canadá, China, Jordania, Colombia, Egipto, Malasia, Túnez, Alemania, Irak, Israel y Portugal. La representación latinoamericana fue particularmente reducida, con un solo estudio procedente de Colombia. Esta limitada presencia contrasta con investigaciones desarrolladas en la región que han documentado una elevada prevalencia de depresión, asociaciones significativas entre estrés académico y ansiedad, dificultades en las estrategias de afrontamiento y relaciones positivas entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en población universitaria (Gálvez Sócola et al., 2025). En Ecuador también se ha informado una elevada prevalencia de depresión entre estudiantes universitarios (Tasé Martínez et al., 2023). En conjunto, estos antecedentes evidencian la necesidad de ampliar la investigación sobre PAP en instituciones de educación superior latinoamericanas.

Los estudiantes de Enfermería participaron en 10 investigaciones (40 %), aunque también estuvieron representados estudiantes de Medicina, Trabajo Social, Psicología, Fisioterapia y otras disciplinas. En contraste, únicamente Abu Sabra et al. (2023) realizaron una evaluación directa con 43 docentes universitarios, lo que pone de manifiesto una brecha entre la importancia atribuida al profesorado como agente próximo al estudiante y la limitada evidencia disponible sobre su preparación específica en PAP. Desde el punto de vista metodológico, cuatro estudios correspondieron a ensayos controlados aleatorizados, tres a diseños cuasiexperimentales controlados, 11 a evaluaciones pretest-posttest, cinco a estudios transversales, uno a un diseño experimental factorial y uno a un estudio de factibilidad. En total, 20 investigaciones evaluaron alguna modalidad de intervención formativa, mientras que cinco analizaron competencias o disposiciones relacionadas con los PAP sin implementar una intervención.

Los PAP fueron conceptualizados como una respuesta inicial y breve orientada a proporcionar seguridad, estabilización emocional, escucha, identificación de necesidades, ayuda inmediata y conexión con recursos disponibles. Esta concepción se relaciona con la comprensión de la crisis como una situación en la que un acontecimiento desborda los mecanismos habituales de afrontamiento y con la consideración de los PAP como una forma de apoyo humanitario que puede ser proporcionada por personas que no sean especialistas en salud mental, siempre que dispongan de la preparación necesaria.

Los fundamentos operativos empleados por los estudios fueron diversos. Zhang et al. (2022), siguieron orientaciones de la Organización Mundial de la Salud; Eweida et al. (2023) emplearon el modelo RAPID-PFA; Cosentino et al. (2023) utilizaron el PAP-4C; Baker et al. (2025)

incorporaron las ocho acciones clave; y Scheele et al. (2025) aplicaron el HSN, centrado en escuchar, hablar y conectar. Esta diversidad favoreció la adaptación de los PAP a diferentes contextos y disciplinas, pero dificultó la comparación entre intervenciones y la identificación de los componentes con mayor efectividad. A pesar de estas diferencias, los modelos coincidieron en reconocer el malestar, proporcionar apoyo inicial y facilitar la conexión con recursos, aspectos que respaldan su consideración como una competencia complementaria en la respuesta ante situaciones de crisis.

La efectividad de la intervención tampoco dependió exclusivamente de la adquisición de conocimientos. Los resultados sugieren que la formación debe integrar conocimientos, comunicación, empatía, regulación emocional, toma de decisiones y establecimiento de límites. En consecuencia, el desarrollo de competencias para proporcionar PAP requiere una preparación que trascienda la transmisión de contenidos teóricos y contemple las dimensiones personales e interpersonales implicadas en la respuesta ante situaciones de crisis.

Las modalidades formativas presentaron una considerable variabilidad en cuanto a duración, intensidad e integración curricular. Bantjes et al. (2026) desarrollaron seis talleres de dos horas; Kılıç Bayageldi (2024) aplicó dos sesiones semanales durante tres semanas; Kılıç y Şimşek (2019) implementaron seis sesiones semanales. Por su parte, Lee et al. (2017) combinaron tres horas de enseñanza con tres horas de simulación; Scheele et al. (2025) utilizaron un curso de dos horas; Zhang et al. (2022) desarrollaron un programa de cuatro horas. La simulación ocupó un lugar relevante dentro de estas modalidades. Baker et al. (2025); Lee et al. (2017) documentaron mejoras relacionadas con los conocimientos, las habilidades, la confianza y la seguridad para establecer contacto y proporcionar apoyo.

También se identificaron modalidades digitales, híbridas y de enseñanza entre pares (Indrayanti et al., 2025). Estas alternativas muestran posibilidades para ampliar la cobertura y diversificar las modalidades de capacitación. Sin embargo, se desarrollaron predominantemente mediante estudios piloto y muestras reducidas, por lo que la evidencia disponible todavía no permite establecer que la interacción digital pueda sustituir completamente la supervisión y la práctica presencial.

Algunos programas incorporaron los PAP como un componente de capacitaciones más amplias. Bantjes et al. (2026) los integraron en intervenciones relacionadas con enfermería, medicina o preparación ante desastres. Esta diversidad indica que la preparación inicial del profesorado no debería reducirse a una sesión aislada, sino estructurarse mediante contenidos conceptuales, análisis de casos, simulación, práctica guiada, retroalimentación y procedimientos claros de actuación y derivación.

Los resultados informados con mayor frecuencia correspondieron a incrementos en los conocimientos, la competencia percibida, la confianza y la autoeficacia. Abu Sabra et al. (2023); Bantjes et al. (2026) documentaron mejoras en varias de estas dimensiones. Por su parte, Kılıç & Şimşek (2019) informaron efectos positivos sobre la preparación ante desastres y la autoeficacia, que se mantuvieron durante el seguimiento. Estos hallazgos respaldan el potencial de la capacitación en PAP para fortalecer determinadas competencias de respuesta, aunque la heterogeneidad de los diseños, instrumentos y modalidades formativas exige cautela al comparar la magnitud y persistencia de sus efectos.

Estos resultados mantuvieron la cautela respecto a la evidencia disponible sobre la efectividad de los PAP, que continúa siendo limitada y heterogénea. Una proporción importante de los resultados se obtuvo mediante autoinformes y mediciones realizadas inmediatamente después de las intervenciones, lo que restringe las inferencias sobre la permanencia de los efectos y su transferencia a situaciones reales. En relación con la autoeficacia y la preparación, Çınar Özbay et al. (2026) encontraron que la autoeficacia explicaba el 40,5 % de la variación en la respuesta ante desastres; y Rosado et al. (2026) informaron que el 54,8 % de los participantes presentaba una competencia baja o muy baja y que el 64,3 % consideraba insuficiente la preparación recibida durante su formación curricular.

También se identificaron resultados favorables en algunas variables psicológicas. Eweida et al. (2023) registraron disminuciones del malestar psicológico y el estrés; y Kılıç Bayageldi (2024) observó mejoras en la resiliencia y la autoeficacia. Asimismo, Ting et al. (2024) documentaron cambios favorables en la salud psicológica y la calidad de vida, mientras que Indrayanti et al. (2025) identificaron posibles efectos sobre la soledad. Estos resultados adquieren relevancia ante la presencia de estrés, ansiedad y dificultades de afrontamiento documentadas en estudiantes universitarios (Gálvez Sócola et al., 2025). Sin embargo, los PAP no deben confundirse con intervenciones como mindfulness o psicoterapia, puesto que su función se concentra en proporcionar apoyo inmediato y facilitar la movilización de recursos. Solo cuatro estudios realizaron evaluaciones de seguimiento y fueron escasos los indicadores objetivos, los resultados relativos a las personas receptoras del apoyo y las observaciones del desempeño en situaciones reales. Estas limitaciones refuerzan la necesidad de diferenciar entre la confianza o competencia percibida y la capacidad efectiva para proporcionar PAP.

En relación con el profesorado universitario, Abu Sabra et al. (2023) encontraron que la formación incrementó los conocimientos y la competencia percibida de los docentes para responder ante estudiantes afectados por acontecimientos traumáticos. Sin embargo, este fue el único

estudio incluido centrado exclusivamente en docentes universitarios, lo que evidencia una importante brecha de investigación respecto de este grupo. Esta insuficiencia resulta particularmente relevante ante las necesidades de formación previamente identificadas en otros profesionales próximos a personas en situaciones de crisis (Tunqui Cruz, 2021) y frente a la presencia de depresión, ansiedad, estrés, dificultades de afrontamiento y problemas relacionados con el bienestar psicológico entre estudiantes universitarios (Gálvez Sócola et al., 2025; Tasé Martínez et al., 2023). Asimismo, se han documentado asociaciones entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en esta población.

La evidencia analizada permitió identificar componentes potencialmente transferibles a la formación del profesorado, entre ellos el análisis de casos, la simulación, la escucha, la regulación emocional, la identificación de riesgos, la delimitación de responsabilidades y la conexión con los recursos disponibles. Desde esta perspectiva, el docente no debe asumir funciones clínicas, sino desarrollar competencias para reconocer señales de malestar, escuchar, proporcionar apoyo inicial y activar los procedimientos institucionales de derivación. La conexión con servicios especializados fue examinada en un número reducido de investigaciones. Scheele et al. (2025) incorporaron componentes de conexión y derivación; Bantjes et al. (2026) abordaron la búsqueda de ayuda y el riesgo suicida. Esta orientación coincide con el enfoque del Ministerio de Salud Pública (2020), que sitúa la identificación y priorización de necesidades y la derivación entre los componentes fundamentales de la respuesta.

No se identificaron comparaciones entre diferentes protocolos universitarios ni evaluaciones suficientes sobre indicadores como las derivaciones efectivamente completadas, los tiempos de respuesta o la continuidad de la atención. En consecuencia, una capacitación aislada puede incrementar los conocimientos, la confianza o la competencia percibida del profesorado, pero no garantiza por sí misma una respuesta institucional efectiva. Para ello se requieren rutas de actuación claramente definidas, responsables identificados, mecanismos de comunicación institucional y servicios con capacidad para recibir, evaluar y dar seguimiento a las personas derivadas.

Entre las principales limitaciones de la evidencia se encontró el predominio de diseños pretest-postest sin grupo control, presentes en 11 estudios (44 %), además del empleo frecuente de muestras pequeñas, investigaciones realizadas en una única institución, medidas de autoinforme, períodos breves de seguimiento, intervenciones multicomponentes y una limitada evaluación del desempeño en situaciones reales. La concentración de las investigaciones en Enfermería y en escenarios relacionados con desastres también restringe la transferencia de los resultados a otras disciplinas y a situaciones de crisis habituales en el contexto universitario, como episodios de

pánico, duelo, violencia, riesgo suicida o descompensaciones emocionales. A ello se añade la limitada representación latinoamericana, que contrasta con la existencia de problemas de ansiedad, estrés y bienestar psicológico documentados entre estudiantes universitarios de la región (Gálvez Sócola et al., 2025).

Los estudios incluidos indican que la formación en PAP es factible y se relaciona principalmente con mejoras en los conocimientos, la confianza, la competencia percibida, la autoeficacia y la preparación ante desastres y, con menor frecuencia, con cambios favorables en determinadas variables de bienestar psicológico. Las modalidades formativas más prometedoras fueron aquellas que combinaron contenidos teóricos, simulación, práctica, retroalimentación y contextualización institucional. No obstante, las limitaciones metodológicas y la heterogeneidad de la evidencia disponible exigen cautela al interpretar estos resultados. En el caso del profesorado universitario, la utilidad de los PAP se sustenta principalmente en su función de reconocimiento, apoyo inicial y conexión con servicios especializados, y no en la sustitución de la atención profesional. Para que esta función sea segura y sostenible, la capacitación debe articularse con protocolos de actuación, criterios para la identificación del riesgo, rutas de derivación, supervisión profesional y servicios universitarios o externos con capacidad efectiva de atención y seguimiento.

CONCLUSIONES

La revisión sistemática permitió concluir que los Primeros Auxilios Psicológicos constituyen una estrategia formativa pertinente para fortalecer la capacidad de respuesta de las comunidades universitarias ante crisis, desastres y situaciones de malestar emocional. Los 25 estudios analizados mostraron que las capacitaciones, especialmente cuando combinaron enseñanza conceptual, simulación, práctica guiada, análisis de casos y retroalimentación, favorecieron el conocimiento, la confianza, la competencia percibida, la autoeficacia y la preparación para actuar, además de producir algunos efectos positivos sobre la ansiedad, la resiliencia, la calidad de vida y la soledad. Sin embargo, la evidencia directa sobre docentes universitarios fue escasa, por lo que su utilidad para el profesorado debe entenderse principalmente como una herramienta para reconocer señales de riesgo, escuchar sin presión, proporcionar apoyo humano inicial y facilitar una derivación oportuna, sin asumir funciones diagnósticas o terapéuticas. La efectividad institucional de esta formación depende de su articulación con protocolos claros de actuación, criterios de riesgo, rutas de derivación, supervisión profesional y servicios especializados con capacidad de seguimiento. Finalmente, el predominio de diseños sin grupo control, muestras pequeñas, autoinformes y seguimientos breves exige desarrollar investigaciones más rigurosas, especialmente en universidades latinoamericanas y con participación directa del profesorado.

REFERENCIAS

- Abu Sabra, M. A., Al Kalaldehy, M., & Hamdan-Mansour, A. M. (2023). The efficacy of Psychological First Aid training program on academic faculties' knowledge and competency to deal with students experiencing traumatic events: A quasi-experimental study. *The Open Nursing Journal*, 17, e187443462305020. <https://doi.org/10.2174/18744346-v17-e230517-2022-2>
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Ebert, D. D., Green, J. G., Hasking, P., Murray, E., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Stein, D. J., Vilagut, G., Zaslavsky, A. M., & Kessler, R. C. (2018). WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623–638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>
- Baker, L. R., Roberson, C. J., & Pence, J. N. (2025). The effectiveness of simulation for teaching disaster mental health. *Journal of Social Work Education*, 61(2), 284–295. <https://doi.org/10.1080/10437797.2025.2464534>
- Bantjes, J., Geldenhuys, M., Van Zyl, M., Page, D. T., Weis, J., Louw, K.-A., Shadwell, R., & Hunt, X. (2026). Developing, piloting, and evaluating a psychological first aid training for medical students in South Africa. *BMC Medical Education*, 26(1), Article 295. <https://doi.org/10.1186/s12909-026-08616-x>
- Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Green, J. G., Nock, M. K., & Kessler, R. C. (2018). Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal of Affective Disorders*, 225, 97–103. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.07.044>
- Çınar Özbay, S., Durmuş Sarıkahya, S., & Boztepe, H. (2026). Predictive effect of psychological first aid practice self-efficacy on disaster response self-efficacy in nursing students: A cross sectional study. *Journal of Research in Nursing*. <https://doi.org/10.1177/17449871261419724>
- El-Den, S., Moles, R., Choong, H.-J., & O'Reilly, C. L. (2020). Mental Health First Aid training and assessment among university students: A systematic review. *Journal of the American Pharmacists Association*, 60(5), e81–e95. <https://doi.org/10.1016/j.japh.2019.12.017>
- Eweida, R. S., Rashwan, Z. I., Khonji, L. M., Shalhoub, A. A. B., & Ibrahim, N. (2023). Psychological first aid intervention: Rescue from psychological distress and improving the pre-licensure nursing students' resilience amidst COVID-19 crisis and beyond. *Scientific African*, 19, Article e01472. <https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2022.e01472>

- Gálvez Sócola, D. G., Pizarro Muñoz, A. N., Belduma Cabrera, K. Y., & Salamea Nieto, R. M. (2025). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de medicina. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 8(20), 243–256. <https://doi.org/10.33996/repesi.v8i20.167>
- Indrayanti, I., Salsabila, A. K., Amrita, V., Alhaddad, M. M., Saskia, A. B., & Ramadhani, D. P. (2025). PsyBot: A randomized controlled trial of WhatsApp-based psychological first aid to reduce loneliness among 18–22-year-old students in Yogyakarta, Indonesia. *SSM–Mental Health*, 8, Article 100504. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2025.100504>
- Kılıç Bayageldi, N. (2024). Effect of psychological first aid training given to nursing students on psychological resilience and self-efficacy. *Journal of Psychiatric Nursing*, 15(4), 458–465. <https://doi.org/10.14744/phd.2024.49260>
- Kılıç, N., & Şimşek, N. (2019). The effects of Psychological First Aid training on disaster preparedness perception and self-efficacy. *Nurse Education Today*, 83, 104203. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.104203>
- Lee, J.-S., You, S., Choi, Y.-K., Youn, H.-Y., & Shin, H. S. (2017). A preliminary evaluation of the training effects of a didactic and simulation-based Psychological First Aid program in students and school counselors in South Korea. *PLOS ONE*, 12(7), e0181271. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0181271>
- Lipson, S. K., Speer, N., Brunwasser, S., Hahn, E., & Eisenberg, D. (2014). Gatekeeper training and access to mental health care at universities and colleges. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 612–619. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.05.009>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2020). *Lineamientos operativos para la intervención de salud mental en la emergencia sanitaria*. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/07/Lineamientos-operativos-Salud-Mental-Covid-19_2020.pdf
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Romero-Aguirre, G. de los Á., Peralta-Jiménez, Y., & Campos-Gómez, A. A. del C. (Coords.). (2026). *Bienestar psicológico en contextos de cambio: Evidencias e intervenciones*. Sophia Editions.
- Rosado, M. da L., Silva, C., & de Dos Santos Cardoso, C. (2026). Measuring readiness for disaster response in physiotherapy education: Development and validation predisposition assessment tool. *Frontiers in Public Health*, 14, Article 1814454. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2026.1814454>
- Scheele, M., Appel, S., Rausch, I., Schecklmann, M., Klein, J., Staudinger, S., Schmidt, R., Kreuzer, P. M., & Langguth, B. (2025). HSN—helping in mental distress: A new emotion-focused psychological first aid program. *Frontiers in Public Health*, 13, Article 1589608. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1589608>
- Sijbrandij, M., Horn, R., Esliker, R., O'May, F., Reiffers, R., Ruttenberg, L., Stam, K., de Jong, J., & Ager, A. (2020). The effect of Psychological First Aid training on knowledge and understanding about psychosocial support principles: A cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 484. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020484>
- Sylvara, A. L., & Mandracchia, J. T. (2019). An investigation of gatekeeper training and self-efficacy for suicide intervention among college/university faculty. *Crisis*, 40(6), 383–389. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000577>
- Tanto, A. C., Folamauk, C. L. H., Wijaya, R. P. C., & Handoyo, N. E. (2025). Peer teaching in psychological first aid training to promote students' self-efficacy: A pilot randomised control trial. *Mental Health & Prevention*, 37, Article 200396. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2025.200396>
- Tasé Martínez, M. J., Cajilema Ávila, A. P., & Garzón Zabalá, A. E. (2023). Prevalencia y factores asociados a la depresión en jóvenes universitarios en Macas, Ecuador. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(16), 256–263. <https://doi.org/10.33996/repesi.v6i16.103>
- Ting, C. H., Chen, Y. Y., Voon, S. P., & Rahman, M. M. (2024). The effects of psychological first aid training on knowledge, perceived ability using the skill, and quality of life among medical students. *IIUM Medical Journal Malaysia*, 23(4), 53–59. <https://doi.org/10.31436/imjm.v23i04.2486>
- Tunqui Cruz, R. C. (2021). Conocimiento del personal de enfermería sobre la intervención en crisis de primera instancia y Primeros Auxilios Psicológicos. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 4(9), 82–94. <https://doi.org/10.33996/repesi.v4i9.54>
- Zhang, J., Cao, M., Ma, D., Zhang, G., Shi, Y., & Chen, B. (2022). Exploring effect of psychological first aid education on vocational nursing students: A quasi-experimental study. *Nurse Education Today*, 119, Article 105576. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105576>

Conflictos de interés:

La autora declara no tener conflictos de interés.

Contribución de los autores:

Alexandra Estefanía Vásquez-Ávila: Concepción y diseño del estudio, adquisición de datos, análisis e interpretación, redacción del manuscrito, revisión crítica del contenido, análisis estadístico, supervisión general del estudio.

Declaración ética:

El estudio se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica. La participación de los sujetos fue voluntaria y se obtuvo el consentimiento informado de los participantes. Se garantizó la confidencialidad, el anonimato y el respeto a los derechos de poblaciones consideradas vulnerables.