



# Salud Mental y Personal de Primera Respuesta

UNIVERSIDAD DE  
MANIZALES®



Acreditación Institucional  
**de Alta Calidad**  
Resolución 4792 del 15 de mayo de 2019

Lina Andrea Zambrano Hernández

Psicóloga Magister en Salud Pública

Docente-Investigadora

Coordinadora Observatorio Psicosocial para la Gestión del Riesgo de Desastres

Universidad de Manizales

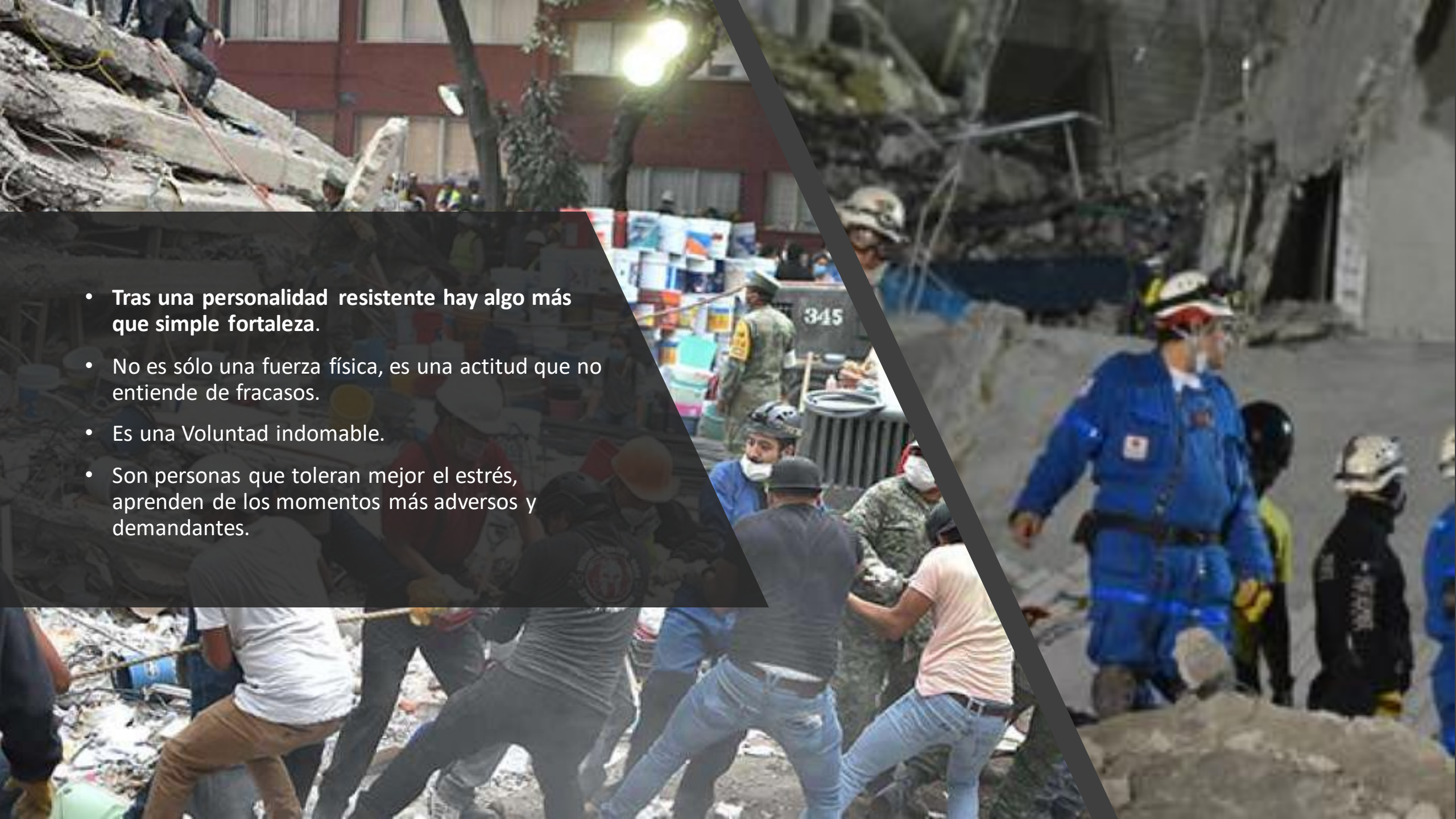


“AYUDAR AL OTRO”



SERES  
INVALUABLES...

- **Tras una personalidad resistente hay algo más que simple fortaleza.**
- No es sólo una fuerza física, es una actitud que no entiende de fracasos.
- Es una Voluntad indomable.
- Son personas que toleran mejor el estrés, aprenden de los momentos más adversos y demandantes.



- Confianza, capacidad de creer en si mismo y en su equipo (aunque no lo conozca)
- Capacidad de autocontrol, entre la calma y el liderazgo, o dejarse liderar.
- Afrontar los retos de cada emergencia y desastre, cuidándose y cuando su equipo para regresar a casa y contar una nueva historia.
- Compromiso consigo mismo y con los demás, de siempre inspirar.





# VALOR DE LA LABOR HUMANITARIA EN DESASTRES

---

# CUIDADOS EMOCIONALES



# Gracias!!!



UNIVERSIDAD DE  
MANIZALES®



Lina Andrea Zambrano Hernández

Psicóloga Magister en Salud Pública

Docente-Investigadora

Coordinadora Observatorio Psicosocial para la Gestión del Riesgo de Desastres

Universidad de Manizales