

# «Pretendemos capacitar a trabajadores para responder ante situaciones de crisis emocional en la empresa»

La Fundación San Prudencio incorpora el servicio SOS Emoziolan, Primeros Auxilios Emocionales

## ¿Cómo surge este nuevo servicio?

El servicio surge de la necesidad de dar una respuesta inmediata a las crisis emocionales en el ámbito laboral, situaciones que pueden dejar tanto a las personas afectadas como a las organizaciones paralizadas sin saber cómo actuar. En algunos casos, hemos visto situaciones de gran impacto, como accidentes graves o episodios emocionales intensos, que evidencian la necesidad de contar con alguien capacitado dentro de la empresa para intervenir de forma inmediata y adecuada. Entonces nos planteamos; ¿por qué no diseñar un programa de Primeros Auxilios Emocionales? El programa de Primeros Auxilios Emocionales está diseñado para que las empresas puedan contar con personas trabajadoras formadas como socorristas emocionales. Estas personas están preparadas para ofrecer alivio emocional, estabilizar al afectado y, si es necesario, derivar a recursos especializados. Es una herramienta práctica y efectiva que tiene como objetivo asegurar el bienestar y fortalecer la salud emocional de la población trabajadora.

## ¿Cómo se selecciona a las personas que atenderán esas urgencias emocionales?

La selección se realiza de forma conjunta con la empresa, identificando a los candidatos idóneos para el rol de socorrista emocional. Es fundamental que sean personas empáticas, con buenas habilidades de comunicación, equilibradas emocionalmente y responsables. Además, deben comprometerse con la confidencialidad, ya que estarán manejando información sensible que requiere un trato profesional y ético. El respaldo de la empresa es clave en este proceso. No solo garantiza que los socorristas



seleccionados cuenten con las herramientas necesarias para desempeñar su rol, sino que también transmite un mensaje claro: el compromiso de la dirección con la salud emocional de su plantilla.

## ¿Se les ofrece una formación?

Por supuesto. La formación es un pilar esencial del programa. Los socorristas reciben capacitación en técnicas de escucha activa, habilidades para gestionar emociones y herramientas prácticas como la enseñanza de técnicas de respiración o la detección de prioridades inmediatas. También se les instruye sobre cómo manejar situaciones complejas con confidencialidad y profesionalidad. Además, a cada socorrista se le entrega un manual de recursos, que incluye información sobre redes de apoyo internas, como PsicoLan, y contactos externos de especialistas. Una vez completada la formación, realizamos simulacros para poner en práctica los aprendizajes. Esto refuerza su confianza y asegura que estén preparados para actuar en situaciones reales. Si la empresa lo considera adecuado, el programa puede integrarse en su plan general de emergencias.

## ¿Las empresas son conscientes de la importancia de cuidar la salud emocional de la

## plantilla?

Sin duda, cada vez más empresas entienden que la salud emocional es un pilar para el bienestar y la productividad. Según estudios recientes, problemas como el estrés, la ansiedad o las crisis emocionales tienen un impacto directo en el absentismo, la rotación de personal y los conflictos laborales. Las empresas que abordan estas cuestiones de manera proactiva no solo generan un entorno más saludable, sino que también logran un equipo más comprometido y resiliente. La implementación de los Primeros Auxilios Emocionales envía un mensaje contundente: la salud emocional de las personas trabajadoras es una prioridad. Este programa demuestra que invertir en las personas no solo mejora la calidad de vida en el trabajo, sino que también impulsa el éxito organizacional.

## ¿Cómo se forma a los socorristas?

La formación combina teoría y práctica. Contamos con un equipo especializado de PsicoLan y con la colaboración de expertos externos como el profesor Antonio Cano Vindel, catedrático de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid, que aporta su vasta experiencia al desarrollo del programa. El proceso incluye una selección previa de personas candidatas mediante entrevistas personales y pruebas de habilidad

des emocionales. Solo aquellos que cumplen con los requisitos avanzan a la fase de formación, que incluye una sesión intensiva inicial y programas de reciclaje continuo para reforzar sus habilidades y adaptarse a los retos que puedan surgir en el futuro.

## ¿Cómo está siendo la experiencia de los socorristas?

La respuesta está siendo muy positiva. Los socorristas seleccionados han expresado que se sienten valorados y motivados por su papel en este programa. Consideran su rol como un reconocimiento a sus capacidades y destacan que las habilidades adquiridas, como la gestión emocional y la escucha activa, no solo les han ayudado en el ámbito laboral, sino también en su vida personal. Además, saber que cuentan con el respaldo de la empresa y que están haciendo una diferencia real en el bienestar de sus compañeros y compañeras ha reforzado su compromiso y su confianza en el programa.

## ¿En qué fase está SOS Emoziolan, Primeros Auxilios Emocionales?

Actualmente, estamos en la fase piloto del programa, implementándolo en dos empresas de Vitoria: Naipes Fournier y el Colegio San Viator. Ambas organizaciones han mostrado un gran entusiasmo y compromiso con esta iniciativa, que ya está generando resultados muy prometedores. Actualmente, estamos recabando resultados y ajustando los detalles para perfeccionar el programa. El lanzamiento oficial está previsto para febrero/marzo de 2025, coincidiendo con nuestro Congreso de Prevención, donde esperamos que muchas más empresas vean los beneficios de esta iniciativa y quieran formar parte de ello.

**LA FUNDACIÓN  
SAN PRUDENCIO**

[www.lafundacion.com](http://www.lafundacion.com)  
Teléfono: 945 222 900.

**La Fundación**  
SAN PRUDENCIO

**PROGRAMA "TU SALUD-ZURE OSASUNA" DE LA FUNDACIÓN SAN PRUDENCIO**

**+150** empresas

**+1.500** personas

**SOLICITA INFORMACIÓN EN:**  
[info@lafundacion.com](mailto:info@lafundacion.com) o llama  
al 945 222 900



En La Fundación ponemos el foco en la Salud Laboral con el programa "Tu Salud-Zure Osasuna" para cuidar y mejorar la salud integral de la población trabajadora con:

- **Nordic Klinika:** la clínica de trastornos musculoesqueléticos más avanzada de Europa enfocada en el ámbito laboral.
- **PsicoLan:** servicio para tratar, prevenir y mejorar la salud emocional de las personas trabajadoras.