



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA



Facultad de
Psicología



Boletín informativo de Responsabilidad Social

Actividades realizadas en el 2025



**Coordinación de
Responsabilidad Social**

Introducción

En el 2025, la FAPSI desarrolló de manera sostenida diversos proyectos de responsabilidad social orientados al bienestar emocional y psicológico, guiados por el compromiso de generar espacios seguros de escucha, acompañamiento y respeto.

Las iniciativas implementadas buscaron ir más allá de intervenciones puntuales, promoviendo encuentros que favorecieran la reflexión, el diálogo y el fortalecimiento de la salud mental en las comunidades.

Este trabajo permitió ampliar el alcance de la FAPSI y reafirmar su propósito de promover la salud mental como un derecho, contribuyendo activamente a una sociedad más empática y consciente.

Se destaca y agradece el rol fundamental de los voluntarios, cuyo compromiso, capacitación constante y vocación de servicio fueron clave para el desarrollo de los proyectos y para acercar estas acciones a diversas realidades, fortaleciendo el acceso a la salud mental en el país.



Proyectos y actividades desarrolladas durante el 2025 - 1



Proyecto 1: “Brigadas en salud mental de la FAPSI” – Integración y capacitación de voluntarios

Durante los meses de enero y febrero de 2025 se llevó a cabo la formación de la “I Brigada de Salud Mental de la FAPSI”, una iniciativa orientada a fortalecer la respuesta ante crisis emocionales y promover el bienestar de la comunidad.

Asimismo, esta propuesta brindó un espacio formativo para que los estudiantes de Psicología pudieran entrenar habilidades y adquirir conocimientos en Primeros Auxilios Psicológicos, intervención en crisis y contención emocional.

Participaron 22 estudiantes voluntarios, desde el 2do al 7mo ciclo, quienes fueron acompañados por 10 estudiantes de PPP que cumplieron el rol de monitores. Se abordaron las siguientes temáticas: I) Primeros Auxilios Psicológicos en adultos, II) Primeros Auxilios Psicológicos en niños y adolescentes, III) Intervención ante conductas suicidas, IV) Teleorientación psicológica.

El 100 % de los voluntarios completó el proceso formativo, fortaleciendo sus competencias en protocolos de actuación ante situaciones de crisis, así como habilidades esenciales como la empatía, la comunicación, el trabajo en equipo y la intervención psicológica.

Finalmente, este proceso permitió la conformación oficial del equipo de la “I Brigada de Salud Mental”, cuyos integrantes serán actores clave en el diseño y la ejecución de futuras campañas de prevención y promoción de la salud mental, tanto dentro como fuera de la comunidad educativa.



Proyecto 2: “Campañas de salud mental” – Oficina Municipal de Atención a Personas con Discapacidad (OMAPED)

El proyecto “Campañas de Salud” tuvo como objetivo promover el bienestar emocional y la salud mental a través de acciones preventivas y promocionales de enfoque multidisciplinario.

La intervención estuvo dirigida a los usuarios de la OMAPED de San Martín de Porres y a sus cuidadores principales, quienes fueron los beneficiarios directos de la actividad realizada el 24 de mayo, con la participación de seis voluntarios del área de Responsabilidad Social de la FAPSI de la UPCH.

La jornada brindó dos servicios principales: tamizaje psicológico, utilizando los instrumentos GAD-7, PHQ-9, escala de Zarit e ICV-10; y orientación y consejería psicológica, enfocada en comunicación asertiva, gestión emocional, autocuidado y convivencia familiar.

Se realizaron 40 atenciones, beneficiando a usuarios y cuidadores. Se identificó indicadores de ansiedad, depresión, sobrecarga del cuidador y calidad de vida. Se ofreció intervenciones orientadas a fortalecer su bienestar emocional.

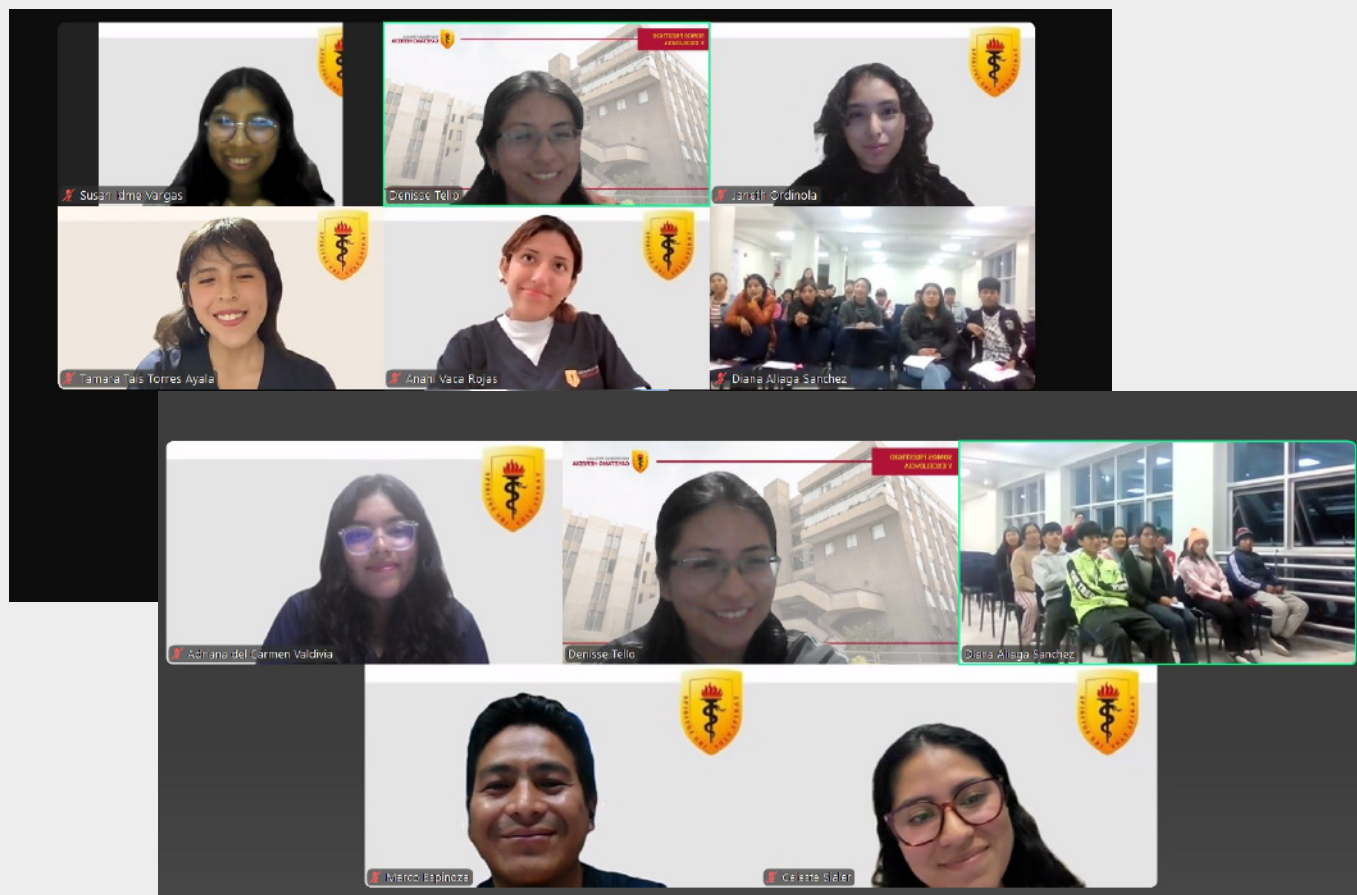


Proyecto 3: “Juntos – Tinkuy Sonqo” – Escuela Superior Pedagógica “Gregorio Mendel” de Chuquibambilla en la provincia de Grau, Apurímac

El proyecto tuvo como objetivo fortalecer el bienestar psicológico de la comunidad educativa del Instituto de Educación Superior Pedagógica “Gregorio Mendel” de Chuquibambilla, en la provincia de Grau, Apurímac, mediante el acceso a orientación psicológica remota y el desarrollo de estrategias preventivas en salud mental.

Se planificó acciones orientadas a promover la estabilidad emocional de los estudiantes y reducir factores de riesgo psicológico. En esta primera, se ejecutaron la capacitación del equipo de bienestar institucional en el uso de las escalas SRQ-18 y BIEPS-A, simulaciones de talleres a cargo de voluntarios de la I Brigada de Salud Mental de la FAPSI, y la realización de dos talleres formativos dirigidos a los estudiantes sobre autoconocimiento y manejo de emociones.

La intervención estuvo dirigida a estudiantes de las carreras de Comunicación e Educación Inicial, de diversos ciclos académicos. Se contó con la participación de 34 voluntarios de la FAPSI, quienes desarrollaron actividades en dos líneas de acción: teleorientación psicológica, enfocada en el manejo del estrés, la ansiedad y dificultades socioemocionales y talleres preventivos.



Proyectos y actividades desarrolladas durante el 2025 - 2



Proyecto 1: "2da Brigadas en Salud Mental de la FAPSI" – Integración y capacitación de voluntarios

Formación de nuevos brigadistas para la respuesta ante crisis emocionales.

Su implementación se ha consolidado como una estrategia clave para fortalecer la respuesta ante crisis emocionales y promover el bienestar comunitario.

Permite aplicar primeros auxilios psicológicos e intervención en crisis, al tiempo que fomentan una cultura de prevención y contención emocional en contextos de vulnerabilidad. Además, constituyen un espacio formativo que potencia la formación integral de los futuros psicólogos, desarrollando competencias como la empatía, la comunicación efectiva, el trabajo en equipo y la actuación oportuna en situaciones críticas.

Se capacitó a 21 estudiantes para integrar la II° Brigada de Salud Mental. La formación incluyó protocolos de primeros auxilios psicológicos en adultos, niños y adolescentes, así como la intervención ante conductas suicidas. Las capacitaciones se desarrollaron los días 12, 13 y 14 de agosto mediante tres talleres teórico-prácticos.

El proceso culminó con una evaluación de conocimientos, asegurando la preparación de los brigadistas y consolidando un equipo capacitado para futuras acciones de promoción y prevención de la salud mental en poblaciones vulnerables.



Proyecto 2: “Brigadas en salud mental” – Talleres para docentes de la I.E. 7209 “Virgen Milagrosa”, San Borja

La formación de docentes en Primeros Auxilios Psicológicos promueve entornos escolares seguros y emocionalmente saludables, ya que permite una atención oportuna ante situaciones de crisis y contribuye a la prevención de consecuencias más graves. No obstante, el cuidado integral en el ámbito educativo también requiere fortalecer el bienestar psicológico, promoviendo dimensiones como la regulación emocional, la resiliencia, las relaciones positivas y el autocuidado.

El proyecto tuvo como objetivo fortalecer el bienestar psicológico de los docentes de la I.E. 7209 Virgen Milagrosa y brindarles estrategias de contención emocional para el alumnado. Las actividades fueron ejecutadas por estudiantes voluntarios de la FAPSI, integrantes de la Iº Brigada de Salud Mental, y se desarrollaron los días 4 y 5 de agosto en la institución educativa, con la participación de 25 docentes de Educación Primaria.

La intervención se realizó mediante talleres de Primeros Auxilios Psicológicos, regulación emocional, autocuidado y comunicación asertiva, logrando que los docentes cuenten con herramientas prácticas para fomentar un entorno escolar más seguro, resiliente y orientado al bienestar integral. Asimismo, la participación de los voluntarios fortaleció el vínculo entre la universidad y la comunidad educativa, contribuyendo a la promoción de ambientes escolares más saludables.



Proyecto 3: “Campaña de salud mental” – Compañía de Bomberos N° 65 de San Martín de Porres

El proyecto “Campañas de Salud” busca promover el bienestar emocional y la salud mental de las comunidades intervenidas mediante acciones promocionales y preventivas de carácter multidisciplinario.

La campaña estuvo dirigida a los miembros de la Compañía de Bomberos N.º 65 de San Martín y a sus familiares, quienes participaron gracias a la invitación realizada por las Facultades Integradas de la UPCH. La actividad se desarrolló el 19 de julio de 2025 en SMP y contó con la participación de 8 voluntarios del área de Responsabilidad Social de nuestra facultad.

Durante la jornada se aplicaron evaluaciones de ansiedad, depresión y bienestar psicológico mediante los instrumentos GAD-7, PHQ-9 y BIEPS-A, además de una breve entrevista sociodemográfica. En base a lo descrito, se brindó orientación psicológica centrada en temas de autocuidado, regulación emocional, estilos de vida saludable, comunicación asertiva y convivencia familiar.

Fueron 17 personas evaluadas y recibieron orientación psicológica, generando un impacto directo en su comprensión de la propia salud mental y aportando estrategias prácticas para el manejo emocional y la mejora de su calidad de vida.

Esta campaña reafirma el compromiso de la Facultad de Psicología con la promoción del bienestar comunitario y el fortalecimiento de espacios de acompañamiento accesibles y preventivos.



Proyecto 4: “Juntos – Tinkuy Sonqo” – Escuela Superior Pedagógica “Gregorio Mendel” de Chuquibambilla en la provincia de Grau, Apurímac

El objetivo del proyecto fue formar y movilizar a nuestros estudiantes acciones de promoción, prevención e intervención psicoeducativa dirigidas a comunidades educativas en situación de vulnerabilidad.

Se consolidó una estrategia para la atención de crisis emocionales, el fortalecimiento del bienestar de la comunidad educativa y la formación integral de los futuros psicólogos, mediante la empatía, la comunicación asertiva, el trabajo colaborativo y la intervención eficaz en situaciones críticas.

Las actividades se desarrollaron entre julio y noviembre de 2025, e incluyeron sesiones de teleorientación psicológica. Los beneficiarios fueron estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógica “Gregorio Mendel” de Chuquibambilla, de los distintos ciclos de las carreras de Educación Inicial y Educación en Comunicación.



Proyecto 4: “Juntos – Tinkuy Sonqo” – Escuela Superior Pedagógica “Gregorio Mendel” de Chuquibambilla en la provincia de Grau, Apurímac

En este contexto, se implementaron las siguientes actividades:

- ➔ Teleorientación psicológica dirigida a estudiantes que con dificultades en el manejo del estrés, la ansiedad, las estrategias de estudio y problemáticas socioemocionales.
- ➔ Talleres preventivos de autoconocimiento, la regulación emocional, las habilidades sociales, la comunicación asertiva, el proyecto de vida y el autocuidado de la salud mental.

La experiencia incluyó capacitaciones dirigidas a docentes, psicólogas y trabajadoras sociales del instituto en temáticas relacionadas con primeros auxilios psicológicos, prevención de conductas suicidas y autocuidado.

El proyecto consolidó una experiencia formativa y comunitaria de alto impacto, que no solo benefició a la comunidad educativa intervenida, sino que también enriqueció la formación profesional de los brigadistas y reafirmó el compromiso institucional con el bienestar psicológico y la promoción de la salud mental.



Proyecto 5: “Juntos – Tinkuy Sonqo” – Semana de Responsabilidad Social

En la XII Semana de la Responsabilidad Social Herediana, los integrantes de la II° Brigada de Salud Mental participaron en las jornadas organizadas por la Dirección Universitaria de Responsabilidad y Vinculación Social.

La brigada desarrolló una campaña itinerante de salud mental, generando espacios de encuentro, sensibilización y fortalecimiento de competencias socioemocionales.

Se brindó orientación y acompañamiento en manejo de emociones, el autocuidado de la salud mental, el plan de vida, las habilidades sociales y la comunicación asertiva, favoreciendo la reflexión y el aprendizaje.

La actividad se llevó a cabo el 14 de octubre y estuvo dirigida a estudiantes del II al IV ciclo. Se logró intervenir a 30 estudiantes, quienes participaron de dinámicas y espacios de orientación.



Proyecto 5: “Juntos – Tinkuy Sonqo” – Semana de Responsabilidad Social

Se contó con 8 voluntarios de la II Brigada de Salud Mental, quienes asumieron el diseño y ejecución de las actividades psicoeducativas bajo la supervisión del equipo docente de Responsabilidad Social.

Para el desarrollo de la campaña se implementaron talleres teórico-prácticos, orientados al fortalecimiento de recursos personales y socioemocionales. Se diseñaron cuatro módulos: I) Manejo de emociones II) Autocuidado de la salud mental III) Plan de vida IV) Habilidades sociales y comunicación asertiva.

La propuesta promovió el diálogo, la reflexión y el desarrollo de herramientas prácticas para el bienestar emocional de los estudiantes, reafirmando el compromiso institucional con la promoción del bienestar integral y la formación de profesionales.



Proyecto 6: “Brigadas en salud mental: Familias en sintonía” – I.E.P.Q. Cuna “La Inmaculada”, Manchay

Los desafíos que enfrentan las familias en la comunicación, la gestión emocional y la resolución de conflictos, la iniciativa institucional “Brigadas Psicológicas” de la FAPSI se presenta como un puente entre la formación académica, la responsabilidad social y el compromiso con el bienestar comunitario.

Se implementó el proyecto “Familias en Sintonía”, el cual estuvo dirigido a los padres de la cuna La Inmaculada – Manchay, con el propósito de fortalecer sus competencias comunicativas y emocionales.

Las actividades se desarrollaron los días 26 de octubre y 09 de noviembre en las instalaciones de la I.E.P.Q. Cuna La Inmaculada, en Manchay, y contaron con la participación de 23 padres de familia de las aulas de 3, 4 y 5 años.



Proyecto 6: “Brigadas en salud mental: Familias en sintonía” – I.E.P.Q. Cuna “La Inmaculada”, Manchay

Participaron 15 voluntarios de la FAPSI, quienes diseñaron y ejecutaron los talleres y materiales de trabajo. Se implementaron dos módulos de intervención, dirigidos a cada grupo etario, centrados en el manejo de emociones, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.

Estos espacios brindaron herramientas prácticas que fortalecieron las competencias socioemocionales de los padres y los prepararon para desempeñar un rol activo como modelos positivos para sus hijos.

Este esfuerzo reafirma el compromiso institucional con la promoción del bienestar integral y la transformación social desde un enfoque humano, ético y comunitario.

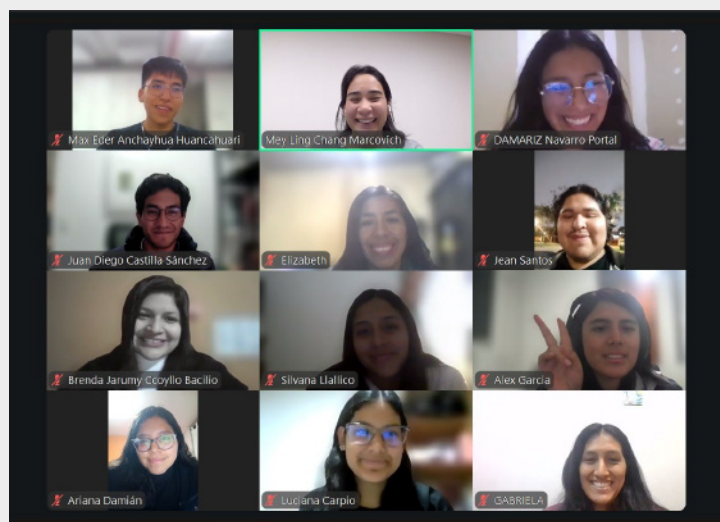


Proyecto 7: “Cuidar para proteger” – Ministerio de Relaciones Exteriores

Entre noviembre y diciembre, la FAPSI, en coordinación con la Oficina de Atención al Nacional del Ministerio de Relaciones Exteriores, implementó el Voluntariado de Soporte Emocional, orientado a brindar acompañamiento psicológico breve a connacionales en situación de vulnerabilidad y crisis emocional.

Contamos con la participación de 11 voluntarios, entre egresados y estudiantes del octavo ciclo, quienes fueron previamente seleccionados y capacitados en primeros auxilios psicológicos, intervención ante conductas suicidas, atención en casos de violencia y acompañamiento en procesos de duelo.

La intervención se desarrolló del 3 de noviembre al 19 de diciembre de 2025, brindando espacios de contención emocional y asegurando la calidad del servicio mediante seguimiento continuo y procesos de retroalimentación, reafirmando nuestro compromiso institucional con la formación ética y la atención humana en contextos de crisis.



Proyecto 8: “Padres en sintonía” – I.E. 7209 “Virgen Milagrosa”, San Borja

El proyecto: “Padres en sintonía” tuvo el objetivo de promover prácticas de crianza respetuosa y vínculos familiares saludables. La actividad contó con la participación de 10 estudiantes voluntarios de la FAPSI, quienes colaboraron en la planificación, ejecución y elaboración de materiales psicoeducativos.

Se desarrolló dos sesiones, cada una con la asistencia de 20 padres de familia. La primera abordó los temas de disciplina positiva y comunicación asertiva, brindando estrategias prácticas para mejorar la convivencia y fortalecer la relación entre padres e hijos. La segunda se centró en la promoción del apego seguro, resaltando la importancia del vínculo afectivo en el desarrollo emocional de los niños.

A través de dinámicas participativas, espacios de diálogo y actividades vivenciales, los padres pudieron reflexionar sobre su rol, adquirir nuevas herramientas y compartir experiencias. La iniciativa reafirma el compromiso de la FAPSI con la formación de profesionales socialmente responsables y con la promoción del bienestar en la comunidad.



Proyecto 9: “RencontrarSE” – Casa Ronald McDonald

El proyecto “RencontrarSE” tiene como propósito promover el bienestar psicológico de los cuidadores principales de niñas, niños y adolescentes que se trasladan desde distintas regiones del país a Lima para acceder a atención médica especializada.

La iniciativa surge ante la escasez de intervenciones dirigidas a cuidadores en el Perú, pese a la alta carga emocional, física y social que enfrentan durante el proceso de enfermedad de los menores a su cargo. El proyecto implementa tres componentes complementarios:

- ➔ Reestructuración cognitiva, basada en los principios de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC).
- ➔ Reconocimiento y gestión emocional, incorporando estrategias emocionales y técnicas de mindfulness.
- ➔ Intervenciones lúdicas, mediante el uso del juego y el arte, para favorecer la expresión emocional y el afrontamiento adaptativo.



Proyecto 9: “RencontrarSE” – Casa Ronald McDonald

Fase de ejecución:

Corresponde al desarrollo de tres talleres dirigidos a los cuidadores en la Casa Ronald McDonald. Cada sesión aborda un componente distinto, pero complementario:

Sesión 1: Reestructuración cognitiva (9 de diciembre).

Objetivo: Ayudar a los cuidadores a identificar y modificar pensamientos perjudiciales que afectan su bienestar emocional.

Sesión 2: Reconocimiento y gestión emocional (11 de diciembre).

Objetivo: Fortalecer la capacidad de los cuidadores para identificar, comprender y regular sus emociones mediante herramientas emocionales y técnicas de mindfulness.

Sesión 3: Juego y arte como recurso psicológico (18 de diciembre).

Objetivo: Promover la expresión emocional, la creatividad y el afrontamiento adaptativo a través del juego y el arte.

Los talleres fueron diseñados en un formato breve y vivencial, y su ejecución estuvo a cargo de 14 voluntarios capacitados en el uso de estrategias TREC e intervenciones basadas en el juego.





Boletín informativo de Responsabilidad Social

Actividades realizadas durante el 2025.



**Coordinación de
Responsabilidad Social**



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA



Facultad de
Psicología