PREGUNTAS

1. **Señale el grado de consciencia que corresponde a una víctima que está casi inconsciente y solo se despierta brevemente cuando se le estimula de manera enérgica y repetida:**
   a. Confusión
   b. Coma
   c. Somnolencia
   d. Ninguna es correcta

2. **Las ilusiones o alucinaciones son una alteración:**
   a. De la atención.
   b. De la memoria
   c. Del estado de conciencia
   d. Ninguna es correcta

3. **A la capacidad de la mente para conservar y evocar sucesos y sensaciones pasadas se le denomina:**
   a. Memoria
   b. Recuerdo
   c. Función cognitiva
   d. Pensamiento

4. **¿Cuál de las siguientes no es una de las necesidades de Maslow?**
   a. Eliminar los desechos del organismo
   b. Evitar los peligros del entorno
   c. Practicar un culto religioso
   d. Realizar ejercicio físico

5. **La enfermedad del estado de ánimo, caracterizada por una hiperactividad psíquica y un fondo de alegría, de euforia y una actividad frenética sin motivación real alguna se denomina:**
   a. Bipolaridad
   b. Manía
   c. Depresión
   d. Ninguna es correcta

6. **De acuerdo a los factores de Goldberg las personas tranquilas y sosegadas, que difícilmente se perturban por estados de ánimo ajenos o críticas, diremos que son personas:**
   a. Extrovertidas
   b. Emocionalmente estables
   c. Abiertas
   d. Amables

7. **De acuerdo a los patrones de Friedman y Rosenman las personas muy autoexigentes, autocríticas, competitivas e impacientes tienen una personalidad tipo:**
   a. A
   b. B
   c. C
   d. D

8. **Una persona que utiliza un vocabulario intimidatorio, interrumpe y no respeta turnos diremos que tiene un estilo de comunicación:**
   a. Asertivo
   b. Pasivo
   c. Inhibido
   d. Agresivo

9. **¿Cuál de las siguientes emociones no se considera una emoción básica?**
   a. Miedo
   b. Tristeza
   c. Optimismo
   d. Felicidad

10. **A la capacidad para captar los sentimientos de los demás se le denomina:**
    a. Autorregulación
    b. Autoconcepto
    c. Destrezas sociales
    d. Ninguna es correcta

11. **Señale cuál de las respuestas no sería una de las recomendaciones para mejorar la escucha activa:**
    a. Adoptar una actitud positiva
    b. Prejuzgar a la persona que nos habla
    c. Verificar los mensajes recibidos
    d. Dejar hablar y escuchar

12. La causa que mueve a una persona a actuar de una determinada manera es:

a. El deseo
b. La motivación
c. La necesidad
d. La empatía

13. Señale el mecanismo de defensa que supone el adoptar conductas típicas de una etapa anterior de la vida, que fue menos angustiosa, como modo de refugiarse de ella:

a. Proyección
b. Intelectualización
c. Desplazamiento o sustitución
d. Ninguna es correcta

14. Un cierto nivel de ansiedad:

a. Desorganiza la capacidad de respuestas del individuo y se reduce el rendimiento
b. No afecta al rendimiento de la persona en ningún aspecto
c. "a" y "b" son correctas
d. Ninguna es correcta

15. ¿En qué fase de las crisis la persona sufre intensamente, porque va comprendiendo todas las implicaciones del suceso?

a. En la fase de reacción
b. En la fase de reorientación
c. En la fase de impacto
d. Ninguna es correcta

16. Un embarazo deseado es una crisis:

a. Negativa
b. Colectiva
c. Positiva
d. Ninguna es correcta

17. Experimentar un miedo irracional e insuperable a enfrentarse a un objeto, actividad o situación concreta se denomina:

a. Trastorno fílico
b. Trastorno fóbico
c. Miedo condicionado
d. "a" y "c" son correctas

18. El trauma psicológico puede afectar:

a. A la víctima
b. A las personas que han sido testigos del acontecimiento
c. A los familiares o personas conocidas de la víctima
d. Todas son correctas

19. Los mecanismos de defensa de la personalidad:

a. Las tres opciones son incorrectas
b. Causan una distorsión inconsciente de la realidad para que sea menos dolorosa
c. Es una acción consciente para resolver el conflicto
d. Procura adaptarse a la nueva situación aceptando el problema

20. Poner en marcha las propias capacidades para superar la situación o convivir con ella, es una actuación:

a. De afrontamiento pasivo basado en el problema
b. De un mecanismo de defensa
c. De supervivencia psíquica y, por lo tanto, inconsciente
d. Ninguna es correcta

21. La comunicación que realiza la persona sin recurrir a un código lingüístico es:

a. La comunicación verbal
b. La comunicación a distancia
c. La comunicación no verbal
d. La comunicación in situ

22. El paralenguaje:

a. Es la información que se transmite por medio de las posiciones o movimientos corporales
b. Es la distancia entre personas
c. Es el componente vocal de la comunicación teniendo en cuenta el contenido verbal
d. Ninguna es correcta

23. Si está usted hablando por teléfono con un amigo y se cuelga porque él pasa por un túnel y se le va la cobertura, señale cuál de los elementos de la comunicación falla:

a. Emisor
b. Receptor
c. Código
d. Canal

24. Señale cuál de la siguientes no es una barrera de la comunicación:

a. Climatológica
b. Física
c. Semántica
d. Fisiológica

25. Un profesional sanitario que se enfada con los pacientes porque que no puede expresar la ira que le provocan las relaciones con sus superiores, es porque está activando un mecanismo de defensa conocido como:

a. Represión
b. Intelectualización
c. Regresión
d. Desplazamiento

26. ¿Qué grupos de personas implicadas en un acontecimiento crítico se clasifican con una afectación de segundo grado?

a. El personal sanitario que acude en el primer momento
b. Los familiares de la víctima
c. Personas emocionalmente vulnerables que conocen el hecho por referencia directa
d. Ninguna es correcta

27. La resiliencia es:

a. La implicación de la persona en el suceso
b. La capacidad para adaptarse a una situación nueva o sobreponerse a un acontecimiento positivo
c. Los recursos de que dispone una persona para afrontar una situación crítica
d. Ninguna es correcta

28. Señale cuál de los siguientes es uno de los objetivos de los primeros auxilios psicológicos:

a. Fomentar la dependencia de las personas afectadas y hacerse cargo del control de su vida
b. Potenciar las estrategias de afrontamiento de las personas afectadas
c. Reducir el nivel de estrés producido tras el impacto de la noticia o el evento traumático, sin proporcionar seguridad física o emocional manteniendo cierta intranquilidad
d. “b” y “c” son correctas

29. El refugio en las drogas a consecuencia de un desastre, es una reacción de:

a. Evasión del entorno
b. Ansiedad
c. Culpabilización
d. Todas son correctas

30. Si una persona piensa que recibe mensajes del presentador de las noticias está sufriendo:

a. Un delirio
b. Una alucinación
c. Trastorno de la conducta
d. "a" y "c" son correctas

31. Un alpinista que se siente culpable por la muerte de sus compañeros de expedición mientras descendían por una ladera, que puede llegar a obsesionarse con que tiene una misión que cumplir en la vida para justificar su supervivencia está sufriendo:

a. El síndrome del superhéroe frustrado
b. El síndrome hipertraumático
c. El síndrome del compañero fallecido
d. Ninguna es correcta

32. La respuesta colectiva ante una catástrofe que consiste en alejarse del lugar de la misma se denomina:

a. Éxodo
b. Negación
c. Traslado
d. Migración voluntaria

33. Señale lo que no se debe hacer ante un paciente agresivo:

a. Disponer de una vía de escape rápida y accesible ante una posible agresión
b. Dejar cierta distancia de seguridad
c. Darle la espalda al paciente como muestra de confianza plena hacia él
d. Esperar a que las fuerzas de orden público desarmen al paciente en el caso de que portase armas

34. La conducta de imitación o suplantación de la persona fallecida, por parte de un niño o una niña que ha sufrido la pérdida de esta persona, es:

a. Una reacción no habitual, pero sin importancia preocupante
b. Una reacción necesaria que ayudará a la niña o niño a superar el duelo
c. Una reacción preocupante que merece considerar la intervención de un especialista
d. Una reacción normal, que no tiene ninguna importancia y se pasará con el tiempo

35. La reacción psicológica y el comportamiento de una persona ante una catástrofe:

a. Será más ajustada cuanto menos esperada sea la catástrofe
b. Debido a la urgencia del momento la afectación será mínima
c. Será más ajustada cuanta menos preparación psicológica se tenga para afrontarla
d. Ninguna es correcta

36. ¿Cuál de los comportamientos siguientes es característico del periodo durante el cual ocurre la catástrofe (periodo crítico)?

a. La huida
b. El ataque de pánico
c. El enfrentamiento a la amenaza
d. Todas son correctas

37. La fase de reconstrucción del periodo postcrítico en un terremoto se iniciará:

a. Una vez haya pasado la sacudida más fuerte
b. A las 24 horas de que haya finalizado la última sacudida
c. Cuando las autoridades avisen de que el peligro ya ha pasado
d. Ninguna es correcta

38. El castellano, euskera, señales de humo… hacen referencia al siguiente elemento de la comunicación:

a. Persona emisora
b. Mensaje
c. Código
d. Canal

39. La información codificada en palabras, gestos y expresiones que las acompañan, forma:

a. El canal
b. El contexto
c. El mensaje
d. El código

40. Afectan negativamente a la decodificación e interpretación del mensaje:

a. La falta de atención del receptor
b. El ruido ambiental
c. La mala dicción del emisor
d. Todas son correctas

41. ¿Cuál de las siguientes recomendaciones es aconsejable para facilitar la comunicación verbal con tu receptor?

a. Esforzarse por captar los sentimientos y la respuesta del receptor
b. Utilizar palabras sencillas
c. Elaborar un mensaje adaptado a los conocimientos de la persona para facilitar su comprensión
d. Todas son correctas

42. Señale cuál de las siguientes es una reacción normal al estrés:

a. Nerviosismo
b. Ansiedad
c. Miedo
d. Todas son correctas

43. Una distancia óptima para el apoyo psicológico o para la atención a los familiares es:

a. La distancia social
b. La distancia personal
c. La distancia íntima
d. La distancia pública

44. Señale cuál de las siguientes no es una actitud:

a. Facilidad para el trabajo en equipo
b. Respeto a las víctimas y sus personas cercanas
c. Tolerancia en el trato con las personas
d. Accesibilidad en la facilitación de la comunicación por parte de las personas afectadas

45. Dos personas que intentan comunicarse con un idioma diferente, han de superar:

a. Una barrera psicológica
b. Una barrera física
c. Una barrera sociocultural
d. Ninguna es correcta

46. Supone una barrera fisiológica a la comunicación:

a. Los ruidos ambientales que hay, por ejemplo, en una obra
b. Los prejuicios que supone iniciar una conversación
c. Una discapacidad motriz que dificulta el habla
d. Ninguna es correcta

47. ¿Qué procedimiento seguirías para atender a una persona ciega en una situación de emergencias?

a. Identifícate, dile qué funciones cumples y la razón por la que estás allí
b. Infórmale con detalle sobre el entorno utilizando adverbios del tipo aquí, allí, ahí
c. Háblale con un volumen elevado de voz para que sepa que te diriges a ella
d. Refuerza el lenguaje no verbal

48. Los primeros auxilios psicológicos:

a. Los prestan profesionales no especializados
b. Se dan en un entorno acondicionado fuera del lugar del siniestro
c. Se prestan días, semanas o meses siguientes al suceso traumático
d. Las tres opciones son incorrectas

49. La intervención psicológica en urgencias y emergencias se puede organizar en cuatro fases por este orden:

a. Aproximación, escucha, prestación de ayuda y seguimiento
b. Aproximación, prestación de ayuda, escucha y seguimiento
c. Escucha, prestación de ayuda, evaluación y seguimiento
d. Evaluación, escucha, diagnóstico y prestación de ayuda

50. En la comunicación con niñas y niños:

a. Como difícilmente pueden entender los acontecimientos, es preferible disimular el problema para que no sufran sus efectos
b. Se les ha de explicar de un modo complejo para evitar que entiendan lo que ha sucedido
c. El juego y los dibujos resultan inútiles para explorar sus vivencias y ayudarles a curar sus heridas
d. Es muy importante establecer un puente de confianza desde los primeros momentos

51. A la hora de dar malas noticias se debe:

a. Si no se sabe qué decir, guardar silencio
b. Evitar decir frases como “no llore” o “no se preocupe”
c. Mostrar inexpresividad facial o rehuir la mirada
d. “a” y “b” son correctas

52. Ante el comportamiento agresivo de una persona a la que atiendes es recomendable:

a. No tratar de comunicarse con ella hasta que se calme
b. Mantener la calma y permitir que la persona se desahogue verbalmente
c. Discutir abiertamente sus razonamientos, aunque eso conlleve a un aumento de la agresividad
d. Las tres opciones son recomendables

53. Señale cuál de las siguientes no es una etapa del burnout:

a. Fatiga ocasional
b. Entusiasmo
c. Distanciamiento emocional
d. Distanciamiento físico

54. En la atención a una mujer maltratada, indica la opción correcta:

a. Si niega los malos tratos o no quiere denunciarlos ayúdela a mantener su decisión y no cuente nada a nadie
b. Asesorar sobre las vías y recursos de que dispone para realizar la denuncia
c. Informar de la obligación que ella tiene de denunciar la agresión
d. "b" y "c" son correctas

55. ¿En cuál de los siguientes casos el impacto de la mala noticia será mayor?

a. La muerte de un familiar directo por una agresión
b. La muerte de una persona joven de una larga enfermedad
c. La muerte de un buen amigo que hace años que no veías
d. El fallecimiento de una persona anciana

56. Al recibir la mala noticia, es frecuente que la persona reaccione con:

a. Negación
b. Aturdimiento
c. Culpa
d. Todas son correctas

57. El orden correcto de las fases del duelo es:

a. Negación, ira, depresión, negociación y aceptación
b. Negación, ira, negociación, depresión y aceptación
c. Negación, depresión, ira, negociación y aceptación
d. Negación, negociación, ira, depresión y aceptación

58. El duelo complicado o patológico: (marca la opción incorrecta)

a. Es de una intensidad tal que interfiere decisivamente en la vida de la persona
b. Tiene más oportunidades de ocurrir en personas con mayor capacidad de afrontamiento
c. Supera con creces el periodo de doce a quince meses
d. Es más probable si existía una gran dependencia con la persona fallecida

59. Señale cuál de los siguientes factores no es un agravante para el impacto de una mala noticia:

a. La juventud de la víctima
b. La cercanía emocional con la víctima
c. La violencia o sufrimiento causante de la lesión
d. Todas son correctas

60. ¿Con cuál de las fases de reacción psicológica se relaciona la fase de emergencia del desarrollo de una catástrofe?

a. Fase de alerta
b. Fase de reacción
c. Fase de crisis
d. Fase de preparación

61. Al comunicarse con una persona sorda debemos tener en cuenta (marque la incorrecta):

a. Antes de hablar hay que llamar su atención tocándole el brazo
b. Todas las personas son, por definición, sordomudas
c. Reforzar tus gestos y emociones
d. No todas las personas son capaces de leer los labios, es una habilidad

62. Los ERIE de intervención psicosocial: (marca la opción incorrecta)

a. Ayudan a normalizar las reacciones de las personas afectadas por las catástrofes, evitando la aparición de trastornos psicopatológicos.
b. Proporcionan respuesta inmediata para aliviar el sufrimiento de las víctimas, familiares y otras personas afectadas
c. Actúan en situaciones de catástrofe
d. Son grupos voluntarios de la DYA

63. ¿Qué actuación del técnico o la técnica en emergencias sanitarias perjudicará a la víctima a la que asista?

a. Que culpabilice a la víctima de lo ocurrido
b. Que ridiculice a la víctima por tener las reacciones emocionales que tiene
c. Que le diga a la víctima como tendría que sentirse
d. Todas son correctas

64. A la reproducción en el profesional de las vivencias y las reacciones propias de las víctimas del desastre se le denomina:

a. Traumatización vicaria
b. Desgaste emocional
c. Ventilación emocional
d. Burn out

65. Señale cuál de las siguientes no es una recomendación para la comunicación de malas noticias por vía telefónica:

a. Concretar al principio quién es la persona con la que se habla y su relación con la víctima, e informarse de si hay otras personas con ella
b. Dar una información clara, aunque no sea completa, y no causar más alarma de la imprescindible
c. Proporcionar los elementos de confianza y esperanza que sean factibles, llegando a mentir si hiciese falta
d. Darlas solamente cuando no se puede esperar a comunicarlas en persona, evitando comunicar fallecimientos por teléfono

66. Son factores que favorecen la aparición de la traumatización vicaria: (marca la opción incorrecta)

a. La ausencia de una red de apoyo familiar y social
b. La falta de entrenamiento específico
c. Disponer de un buen nivel de empatía
d. Las situaciones de exposición intensa y prolongada al acontecimiento

67. Señale cuál de los siguientes no es un factor interno que favorezca la aparición del burnout:

a. Alta motivación personal por el trabajo
b. Vulnerabilidad personal
c. Falta de recursos materiales para afrontar las demandas del trabajo y los usuarios
d. Dificultad para expresar las propias emociones

68. Es una medida de prevención secundaria:

a. Recibir información sobre el suceso
b. Recibir información sobre la intervención
c. Tener rotación en las tareas asignadas en las intervenciones
d. Todas son correctas

69. ¿En qué se diferencian las técnicas de defusing y debriefing?

a. Una técnica está dirigida a las víctimas y la otra a los profesionales
b. Una es una intervención personalizada y la otra en grupo
c. Es la misma técnica, pero con diferente denominación
d. Ninguna es correcta

70. Respecto a la técnica de defusing es falso que:

a. Tiene lugar de 48 a 72 horas después de una actuación
b. Consiste en una sesión informal, aunque semiestructurada
c. No es una sesión de terapia en la que se evalúa ni diagnostica a nadie
d. Debe permitir la expresión abierta de las emociones asociadas al suceso