



VET-READY



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Preguntas	Respuestas opcionales (marca la correcta con una X)	
1. Durante un incendio doméstico, un padre nota que su hijo está entrando en pánico. ¿Qué enfoque apoya mejor el bienestar psicológico del niño?	a. Gritarle al niño para que se mueva más rápido	
	b. Proporcionar una guía calmada, tranquilizarlo y centrarse en la seguridad	x
	c. Dejar que maneje la situación por sí mismo	
	d. Animarlo a resolver el problema solo	
2. Un hogar experimenta un corte repentino de agua y un apagón eléctrico. ¿Qué combinación de estrategias apoya mejor la resiliencia mental?	a. Entrar en pánico, salir de la casa y culpar a otros	
	b. Mantener rutinas, comunicarse con la familia y centrarse en tareas alcanzables	x
	c. Ignorar la situación hasta que se resuelva sola	
	d. Centrarse únicamente en las actualizaciones de las redes sociales	
3. ¿Cuál afirmación explica mejor por qué la contaminación de alimentos puede afectar la salud mental en un desastre doméstico?	a. Solo ocurre enfermedad física; los efectos mentales son mínimos	
	b. Aumentan la ansiedad, la culpa y la hipervigilancia, especialmente en cuidadores de niños o personas mayores	x
	c. Causa aburrimiento e inquietud	
	d. Solo afecta a quienes consumen el alimento	
4. Se sospecha una fuga de gas en casa. ¿Por qué es fundamental el control emocional inmediato?	a. El control emocional es irrelevante; solo importa la acción física	
	b. El pánico puede afectar el juicio, aumentando el riesgo de explosión o lesiones	x
	c. Mantener la calma no tiene efecto en la seguridad	
	d. Permite analizar la composición química	
	a. Esperar a que otra persona decida sin hacer nada	



5. ¿Cuál de los siguientes es un ejemplo de afrontamiento de la incertidumbre en un escenario de desastre doméstico?	b. Evaluar riesgos, hacer planes de contingencia y brindar apoyo emocional a los miembros del hogar	x
	c. Ignorar la situación hasta que lleguen las autoridades	
	d. Centrarse únicamente en las tareas domésticas	
6. Durante una pandemia, un miembro de la familia se enferma en casa. ¿Qué acción inmediata debe tomar un cuidador para apoyar su bienestar?	a. Ignorar los síntomas y continuar con las actividades normales	
	b. Monitorear los síntomas, brindar consuelo y seguir las pautas de salud	x
	c. Salir de la casa para evitar el estrés	
	d. Esperar varios días antes de revisar a la persona	
7. ¿Por qué los pequeños derrames químicos en casa son psicológicamente desafiantes?	a. Siempre causan lesiones físicas	
	b. El miedo a la contaminación, la preocupación por niños/mascotas y el estrés sobre la respuesta adecuada aumentan la ansiedad	x
	c. Suelen causar aburrimiento	
	d. Son fáciles de ignorar, así que no generan efecto	
8. Se produce un pequeño incendio en la cocina. ¿Qué acción deben priorizar los aprendices primero?	a. Llamar a los servicios de emergencia y asegurar que todos estén a salvo	x
	b. Intentar apagar el fuego sin evaluar el riesgo	
	c. Continuar cocinando ignorando el fuego	
	d. Tomar fotos de la escena	
9. Tras detectar una fuga de gas menor en casa, ¿qué acción reduce mejor el riesgo inmediato?	a. Apagar los electrodomésticos, ventilar el área y evacuar si es necesario	x
	b. Abrir una ventana y continuar con las actividades normales	
	c. Encender un fósforo para comprobar si hay gas	



	d. Ignorarlo hasta que el olor sea más fuerte	
10. ¿Por qué es importante mantener rutinas diarias durante fallos de servicios básicos o cuarentenas en el hogar?	a. Las rutinas solo previenen el aburrimiento	
	b. Ayudan a la estabilidad emocional, reducen la ansiedad y mantienen una sensación de control	x
	c. Aumentan el riesgo de lesiones	
	d. Aseguran que la familia tenga un horario estricto sin importar el bienestar	





VET-READY

YourwebsiteName.eu

Follow us



Co-funded by
the European Union