

Salud Mental en la Gestión integral de Desastres

Impacto emocional
en los equipos intervinientes

Lic. Susana Chames

Equipos de respuesta :

Conjunto de personas que integran una determinada organización y prestan sus servicios en los momentos iniciales en situaciones de emergencias o desastres en diferentes funciones, como ayuda humanitaria y servicios de salud.

Todas las personas que realizan este tipo de trabajo, son **vulnerables al impacto emocional**

No existe ningún tipo de entrenamiento que pueda eliminar completamente la posibilidad de que una persona que trabaja en el marco de una situación de desastre, sea afectada en el orden psíquico.

Los trabajadores de emergencias enfrentan situaciones específicas:

- Fallas en la misión
- Vivencia de excesivo sufrimiento humano
- Cuerpos mutilados o quemados
- Situaciones amenazantes para su propia integridad
- La pérdida de compañeros de equipo
- Presenciar accidentes masivos

El trabajo en desastres y emergencias incluye el enfrentamiento a situaciones estresantes, como las siguientes :

- Largas horas de esfuerzo continuo.
- Trabajo en ambientes adversos
(estructuras colapsadas, derrames químicos)
- Trabajo en condiciones climáticas adversas
(lluvias persistentes, réplicas de sismos y otras).
- Presión por tener que trabajar ante la presencia de periodistas.
- Equipo inadecuado o insuficiente.
- Alteración en el ritmo diario de vida
(como dormir y comer).
- Servicios públicos esenciales destruidos.
- Presión por parte del público por encontrar a sus familiares desaparecidos.
- Información confusa o contradictoria, rumor o desinformación.

Se puede atenuar el impacto en los equipos intervinientes en la respuesta?

Medidas de cuidado
de la Salud Mental
de los equipos intervinientes

- El ser parte de un equipo que actúa como cuerpo de cuidado
 - Ser consciente de la dimensión de la tarea a realizar
- La capacitación para saber que hacer
- La organización que acota y reparte el impacto.
- Atención inmediata del impacto emocional
- El apego emocional es una de las primeras barreras de protección para la experimentación de horror o desesperanza..

En la década del 80,, Dr. Jeffrey Mitchell implemento la técnica de Debriefing, en el contexto del desarrollo de la teoría de intervención en caso de crisis. durante las catástrofes naturales

VARIABLES A TENER EN CUENTA

- Magnitud de la emergencia
- Duración del grado de exposición
- Rol que desempeña en la emergencia
- Entrenamiento en incidentes críticos
- Participación en experiencias .similares
- Características de personalidad
- Personas conocidas entre las víctimas
- Expectativas personales

Cuando?

- Dentro de las 24 a 72 hs. después del incidente.
- En caso de muerte de familiar o compañero de equipo es inmediato, después del velorio y una semana después del entierro.
- El real impacto emocional se presenta en las horas, días, semanas o meses.

Consideraciones

- Puede durar de una a tres o más horas
- El número puede variar de mínimo 3 a máximo 20 personas.
- Solo participan los involucrados
- No se permite grabar ni filmar
- No es una reunión para criticar
- No se aceptan poses de dureza
- Todos son iguales no hay rangos

Consideraciones

- No se permite abandonar la reunión.
- No se permiten interrupciones
- Nadie conversa con otro, todo comentario es para el grupo.
- Se aceptan y se comparten todos los sentimientos
- No se detienen las expresiones de los sentimientos

CONSIDERACIONES

- Si uno de los participantes esta visiblemente alterado es preferible abordarlo en privado.
- Observar las señales de emoción y vulnerabilidad.
- No permita el humor negro ni la insensibilidad.

Primer consigna

Durante esta fase los coordinadores piden al grupo que se sienten en circulo e indiquen cual era el rol que estaban desempeñando cuando ocurrió el incidente.

Segunda consigna

Se realizan los primeros recuerdos sobre la exposición al incidente, su trabajo, tareas, misión, se relata lo vivido, los participantes incorporan información de lo acontecido y que fue lo que pensaron o sintieron

Tercer consigna

Se propone que ellos describan la peor parte , lo mas difícil de afrontar, desde su punto de vista.

Cuarta consigna

En esta fase se expresan los síntomas físicos, emocionales y conductuales, así como los cambios que pueden estar ocurriendo en sus vidas después del incidente.

Quinta consigna

Este es el momento para compartir una reflexión sobre la experiencia

Los coordinadores pueden traer alguna emoción que no se expreso

se planifica un nuevo encuentro