

		Tirada: 408.746	Sección: -	
		Difusión: 307.771 (O.J.D.)	Espacio (Cm_2): 225	
Nacional	General	Audiencia: 1.077.198	Ocupación (%): 25%	
Diaria		26/07/2013	Valor (€): 7.986,12	
			Valor Pág. (€): 31.100,00	
			Página: 10	Imagen: No

Amortiguar el impacto

FERNANDO CHACÓN FUERTES

Los psicólogos, ante las emergencias y catástrofes, tienen como objetivo disminuir el impacto negativo que pueda tener este suceso dramático en las víctimas, familiares y testigos. Para lograrlo, realizan un amplio espectro de actividades. En un primer momento es necesario tomar contacto con los familiares y allegados para aportarles tranquilidad y seguridad en la medida de lo posible. La primera fase suele ser de elevada ansiedad debido a la incertidumbre que produce el desconocer el paradero del familiar. Por ello, es imprescindible darles información precisa sobre el proceso de identificación de heridos y fallecidos. Una función importante del psicólogo, por tanto, es convertirse en el vínculo que canalice la información para que ésta se facilite de

la manera adecuada. Los psicólogos de emergencias, en estos primeros momentos, proporcionan los primeros auxilios psicológicos a fin de amortiguar el impacto, reduciendo la incidencia, la duración y la severidad del sufrimiento, así como la ansiedad que están sintiendo las víctimas y sus familiares en ese momento. La finalidad de esta fase es evitar la desorganización y favorecer la aceptación de la situación y el afrontamiento de la misma facilitando la toma de decisiones, ya que en algunos casos puede aparecer un cierto bloqueo mental que les impide pensar con claridad.

En esta etapa son frecuentes los sentimientos de desesperanza e ira, y se preguntan por qué a ellos. Se producen estados afectivos intensos y reacciones de angustia, ansiedad, irri-

tabilidad, llanto y agitación entre otros. La intervención del psicólogo debe centrarse entonces en la normalización de las emociones que están sintiendo, fomentando el afrontamiento adecuado y legitimando (es decir, considerando como comprensibles) las reacciones y sentimientos que pueden sentir.

Los familiares en estas situaciones tendrán que realizar múltiples gestiones como la identificación del fallecido y la recogida de pertenencias, que alargan el proceso y requieren esfuerzos adicionales, lo que en ocasiones sobrepasa los recursos personales y necesitan de apoyo psicológico. Aunque la angustia y el sufrimiento no son patologías, el psicólogo debe atender a cualquier signo que indique que la persona está sufriendo más de lo habitual y así poder valorar y prevenir la aparición de trastornos psicopatológicos u otras consecuencias negativas. Para ello tendrá que evaluar el estado del afectado y su entorno, las reacciones que las perso-

nas están teniendo y el estilo de afrontamiento que está desarrollando. Además, se ha de potenciar que acceda al apoyo social adecuado y a recursos de ayuda.

Por otra parte, una labor no menos importante es el apoyo a los testigos de la catástrofe y los intervinientes que, tras haber mostrado su solidaridad y generosidad, y una vez pasada la fase de activación inicial pueden haberse quedado afectados por las emociones vividas en un escenario tan traumático. Los psicólogos también deben tener en cuenta a estos colectivos, favorecer la expresión de los sentimientos, valorar en qué medida se han visto afectados y trabajar en la prevención de consecuencias psicológicas a medio y largo plazo. Por último, no debemos olvidar la labor de los psicólogos como asesores de los gestores de la emergencia.

Fernando Chacón Fuertes es Decano del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.