

Terremoto de Ecuador - Mediterráneo - 08/05/2016



La ventana de la UJI UNA COLABORACIÓN DE LA JAUME I

Terremoto de Ecuador



DUNIA Ma
Valverde



MAR
Valero Valero

En los últimos tiempos hemos tenido conocimiento de la ocurrencia de sucesos desastrosos y emergencias de gran magnitud, tanto naturales como provocados por la acción humana. Desde los atentados de París hasta el último terremoto ocurrido en Ecuador. En todos los casos, se han atendido las necesidades básicas de atención a las personas afectadas que estaban en el lugar del impacto, así como a sus familiares y población en general que ha presenciado lo ocurrido, ya sea por estar en las inmediaciones del suceso o a través de los medios de comunicación y las redes sociales.

Sin embargo, tras esta atención de las necesidades primarias, ha habido una demanda de apoyo psicosocial por parte de las personas afectadas para poder hacer frente al suceso. Así, se hace patente la importancia de la aplicación de los primeros auxilios psicológicos en situaciones potencialmente traumáticas.

Desde el Observatorio Psicosocial de Recursos en Situaciones de Desastre (OPSIDE) de la Oficina de Cooperación al Desarrollo i Solidaritat (OCDS) se realizan acciones de divulgación, formación y sensibilización sobre la importancia de asumir la posible ocurrencia de sucesos que ponen en riesgo la vida de las personas y la importancia de la atención y el apoyo psicosocial.

Seguidamente, expondremos el relato de una persona que ha vivido el terremoto de Ecuador del 16 de abril. Aunque no se hallaba en el lugar del epicentro del terremoto, vivió en la ciudad de Guayaquil un movimiento muy fuerte, las réplicas en los días posteriores, así como la incertidumbre de si su ciudad podría resultar afectada de la misma manera que la provincia de Manabí Pedernales, Manta, Portoviejo y en la Provincia Esmeraldas, Chamanga, lugares donde la intensidad del suceso fue calificada como destructiva.

"Segundos que se volvieron minutos interminables, con la sensación que todo se desmoronaba, gritos de desesperación envueltos en oraciones desde lo más profundo del ser, oscuridad por falta de energía, deseando con vehemencia que todo calme, miles de pensamientos cubrían la mente, cuántos muertos, cuántos vivos y qué de la familia, amigos, conocidos, desconocidos, luego los segundos terminaron y dejó de temblar la tierra, persistía el miedo, incertidumbre, preocupación, viéndose vivo dando

gracias a Dios y al mismo tiempo falta de fe, inseguridad, incertidumbre de lo que podría pasar luego". Ante los sentimientos de desesperación, incertidumbre y miedo continuado, los primeros auxilios psicológicos, pretenden ofrecer apoyo, proporcionar tranquilidad y seguridad, además de ofrecer comunicación y comodidad, con el fin de que disminuyan los niveles de estrés como el que se desprende que siente la persona que relata su vivencia ante el terremoto.

Otro de los aspectos a destacar al verse en un desastre de gran magnitud es la necesidad de contactar y, no sólo saber que los seres queridos están bien sino informar de que estamos bien, que no nos ha pasado nada: "queriéndonos comunicar lo más pronto con los nuestros, no sirvió la tecnología, puesto que todo colapsó".

Además, estas emociones de miedo, inseguridad o los sentimientos de vulnerabilidad permanecen durante un tiempo, tal y como señala una persona afectada: "emocionalmente exaltados en los días subsiguientes, sintiendo réplicas, opiniones de inexpertos y expertos, el yo interno afectando nuestra psiquis, por momentos tratar de olvidar lo sucedido, no volver a vivir dolorosa experiencia que ha dejado un sello con marca llamada desconfianza, susceptibilidad mía, de él, de ella, de los otros, de todos". Es por este motivo, por lo que con

Tras la atención de las necesidades primarias, ha habido una demanda de apoyo psicosocial por parte de las personas afectadas para hacer frente al seísmo

Debemos tener en cuenta que un desastre provoca una ruptura del orden social y, en ocasiones, es el primer encuentro con la muerte para los afectados

el apoyo psicosocial tratamos de favorecer que las personas puedan expresar sus emociones con naturalidad, así como potenciar sus capacidades con el fin de que no tengan un papel pasivo en la recuperación tras el desastre sino que se sientan sujetos activos del afrontamiento y superación de lo ocurrido, ya que si no pueden desarrollar alguna tarea, las personas afectadas sienten "tanta impotencia como si se estuviese amarrado, encerrado, más preocupación y preguntándose, ahora que podemos hacer y qué medidas tomar".

Debemos tener en cuenta que la ocurrencia de un desastre, sobre todo de la magnitud del terremoto de Ecuador, provoca una ruptura con el orden social y, en ocasiones, es el primer encuentro con la muerte y la destrucción de muchas de las personas afectadas por el suceso. Por lo que, lo realmente importante en la atención y el apoyo psicosocial es contribuir a restaurar la capacidad de las personas para manejar una situación de crisis y resolverla, además de ayudar a que la persona pueda ordenar de nuevo su mundo. Además, esta atención a la salud mental debe atender a la diversidad de la población y adaptarse a las costumbres, expresiones de dolor y rituales de cada persona según su comunidad o su cultura.

En definitiva, quien ha resultado afectado por el terremoto afirma que: "Es de mucha importancia la atención psicosocial puesto que generaciones jóvenes nunca lo han vivido y las generaciones de adultos y de mayores que si lo han vivido, no con la intensidad pero quedan huellas en el espíritu, mente, corazón."

"Los grupos poblacionales de las provincias afectadas en un grado mayor, deberían ser tratados por expertos en psicología, y carreras afines, con la experiencia de profesionales que han vivido o conocen profundamente como tratar, llegar, convencer al ser humano en toda su dimensión, semillas de conocimientos que deben sembrarse para obtener cultura de desastres, puesto que la mayoría de ecuatorianos sentimos en carne propia y muchos no lo pueden ni siquiera explicar, como motivo principal desconocimiento o falta de cultura como lo tienen en países de alto riesgo como Japón o México, Chile y Colombia en América". ■

***Ingeniera Comercial. Ecuador**
***Observatorio Permanente de la Inmigración (OPI-UJI. Observatorio Psicosocial de Recursos en Situaciones de Desastre (OPSIDE). Oficina de Cooperación al Desarrollo i Solidaritat (OCDS). Universitat Jaume I**