

Intervención con víctimas del terrorismo - Mediterráneo - 21/05/2017

La ventana de la UJI

Intervención con víctimas de terrorismo

EVA MARÍA
Lucas
Simón*



El fenómeno del terrorismo está presente en nuestro mundo y, a pesar de estar considerado durante muchos años un fenómeno aislado geográficamente, en nuestros días todos los países están afectados de un modo u otro por él, indirectamente o no.

Las personas, ante sucesos traumáticos, pueden desarrollar patologías de tipo psicológico, pero en los casos de terrorismo la probabilidad de generar patología aumenta, debido tanto a las características de los actos terroristas, como a las consecuencias de los mismos.

La intervención psicológica, en situaciones de terrorismo, surge con el fin de ayudar a las personas que sufren las consecuencias emocionales de estos actos (atentado, tiroteo, tortura, secuestro...). Es decir, ayuda a víctimas y familiares a sobrellevar las secuelas del mismo.

En cuanto a las características se puede señalar que los actos terroristas ocurren de repente, con mucha rapidez, son injustos, en muchas ocasiones no son previsibles, generan desconcierto, son sucesos graves, capaces de producir múltiples daños materiales y personales.

Pero quizás la característica más distintiva de los acontecimientos terroristas, la característica con mayor potencial de dañar a las personas que los padecen, es el

hecho de ser actos intencionados destinados a causar daño.

Por otra parte, en relación a las consecuencias, las podemos encontrar en varios niveles. Un primer nivel muestra cómo los actos terroristas pueden desencadenar una serie de cambios susceptibles de causar estrés. Pueden tratarse de cambios físicos, referidos a las heridas y lesiones, tanto reversibles como irreversibles, que afectan a la calidad de vida posterior; psicológicos, tanto los pensamientos, las emociones y los comportamientos se modifican tras experimentar un acto terrorista; o familiares, debido a las secuelas producidas o a la pérdida de algún miembro de la familia, tanto la estructura familiar como los roles se modifican y ha de darse una nueva y forzada distribución de tareas y funciones. También pueden producirse variaciones sociales, tanto la relación de la persona con sus grupos de apoyo como las actividades desarrolladas con ellos se ven afectadas; laborales, se producen bajas laborales temporales, procesos de incapacidad; académicos, que afectan principalmente a niños y jóvenes por las secuelas tanto físicas como psicológicas y, por último, cambios en el uso del ocio y el tiempo libre, derivados del estado del afectado tras este suceso traumático.

En un segundo nivel, un fenómeno co-

mo el terrorismo, capaz de producir todos estos cambios en el ser humano, nos puede desestabilizar. Si cualquier cambio que sentimos en nuestra vida es fuente de estrés, un suceso de estas características, capaz de producir tantos cambios, es altamente estresante. Cuando estos cambios tienen una alta frecuencia, intensidad y causan mucho malestar, se desarrollan una serie de trastornos psicológicos.

Los más frecuentes tras sufrir un acto terrorista son: el trastorno por estrés agudo, el trastorno por estrés postraumático, los ataques de pánico, la ansiedad generalizada, los trastornos depresivos, el abuso de sustancias, las conductas extremas de miedo-avoidancia, los trastornos disociativos y el duelo complicado o patológico.

La intervención con víctimas de terrorismo ha de proporcionarse de forma multidisciplinar, ya que al sufrir un suceso traumático de este tipo, todos los ámbitos de la vida pueden verse afectados. Un episodio de estas características, produce una ruptura en la trayectoria vital de la persona, tanto a nivel interno como a nivel externo, es decir, se modifica la forma de percibir, el funcionamiento de la memoria, se tambalea la autoestima y la visión del mundo, contemplado anteriormente como un lugar seguro, pasa a ser considerado como un lugar peligroso e imprevisible.

La intervención con víctimas de terrorismo tiene como objetivo prestar asistencia psicológica tras los atentados, para facilitar la recuperación del equilibrio emocional, tanto de las personas afectadas como de sus familias.

Y, para ello, se utilizan técnicas destinadas a: manejar la activación fisiológica producida por la ansiedad, establecer pautas de higiene del sueño, mejorar la autoestima, modificar los pensamientos distorsionados, controlar la ira, afrontar y exponerse a situaciones difíciles, solucionar problemas, tomar decisiones y readaptarse a la vida cotidiana tras el acto terrorista.

Es importante en la terapia psicológica tener en cuenta dos aspectos. En primer lugar, poner de manifiesto los factores protectores que presenta la víctima, así como las estrategias de afrontamiento positivas, que serán por una parte, facilitadores en la recuperación tras un atentado terrorista y por otra parte, amortiguadores ante la posibilidad de desarrollar trastornos de mayor gravedad. Y, en segundo, en la intervención psicológica hemos de promover la resiliencia en el momento adecuado, que tal como señala la doctora **Mónica García Renedo** «hace referencia a las fortalezas que desarrollan y/o potencian las personas, familias y/o comunidades ante adversidades crónicas (pobreza, disfunción familiar...) o puntuales (accidente, enfermedad, atentado terrorista, desastre natural...)». ■

*Psicóloga, miembro de la Red Nacional de psicólogos de atención a víctimas de terrorismo del Ministerio del Interior y el Consejo general de colegios de psicólogos

Sufrir un acto terrorista causa una ruptura en la trayectoria vital de la persona, tanto a nivel interno como externo