

Psicología de los Desastre



Psic. Salvador Méndez Martínez



Objetivo general de la presentación

- Conocer las características psicológicas que tienen los desastres, su calcificación y las implicaciones sobre el personal que interviene en la búsqueda y salvamento de aeronaves civiles

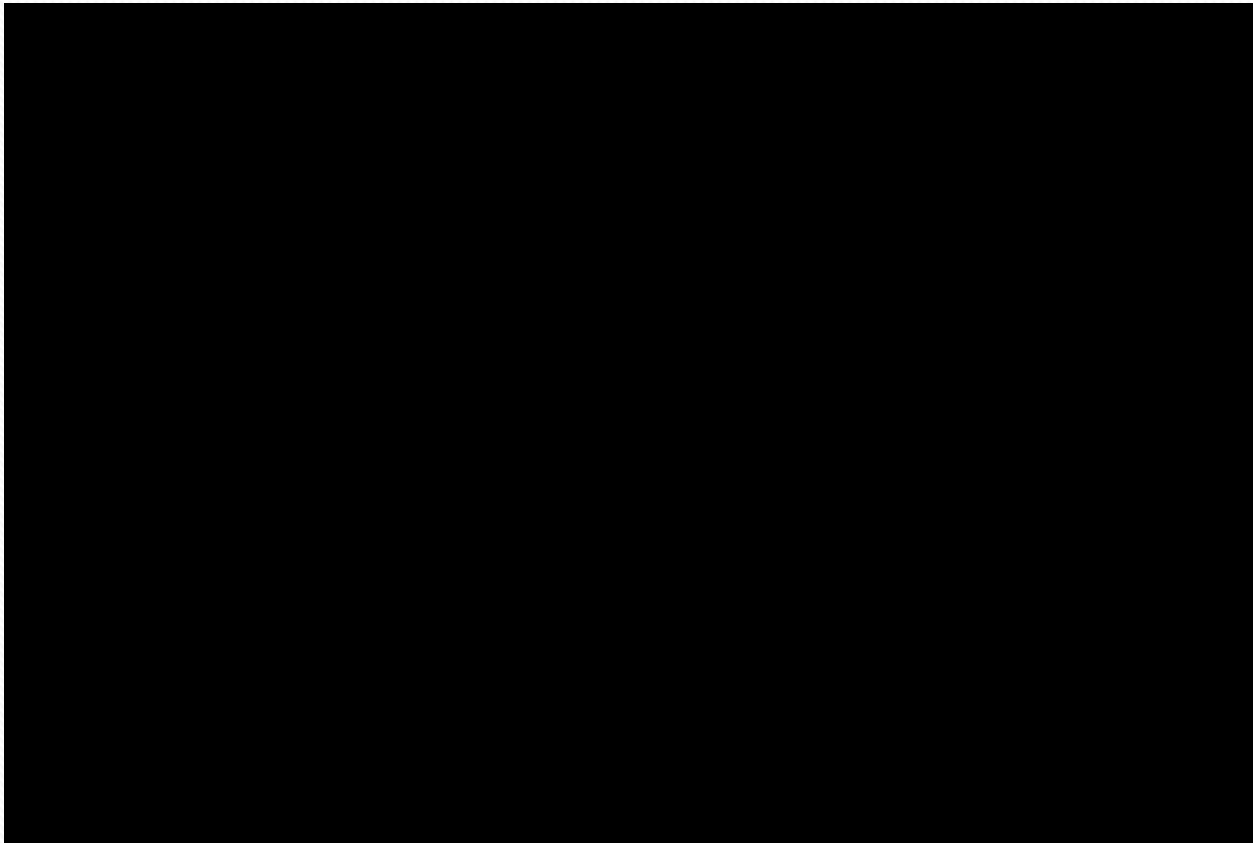


Puntos a tratar durante la presentación

- Definición de desastre
- Clasificación de los desastre
- Definición del concepto de estrés postraumático
- Principales afectaciones por estrés postraumático
- Afectaciones sobre el personal que interviene en
Búsqueda y Salvamento
- Breve introducción a los Principios de la intervención
en crisis



Que tal si empezamos viendo este
posible accidente





Ya en serio esto si fue un gran desastre



DESASTRE.

- “EVENTOS PRECIPITANTES QUE PRODUCEN DESTRUCCIÓN EXTENSA, MUERTE O ENFERMEDAD O QUE CONLLEVAN UNA BASTA DESORGANIZACIÓN DE LA COMUNIDAD Y/O UN TRAUMA PERSONAL”.
- Se caracterizan porque:
 - Su ocurrencia es súbita o repentina.
 - Convierte a los involucrados en víctimas directas o indirectas.
 - Exponen a la población a situaciones que amenazan la vida.
 - Implican la muerte repentina de familiares y amigos.
 - O la destrucción masiva del medio ambiente personal y/o colectivo.
 - Tiene efectos devastadores al corte, mediano y largo alcance.







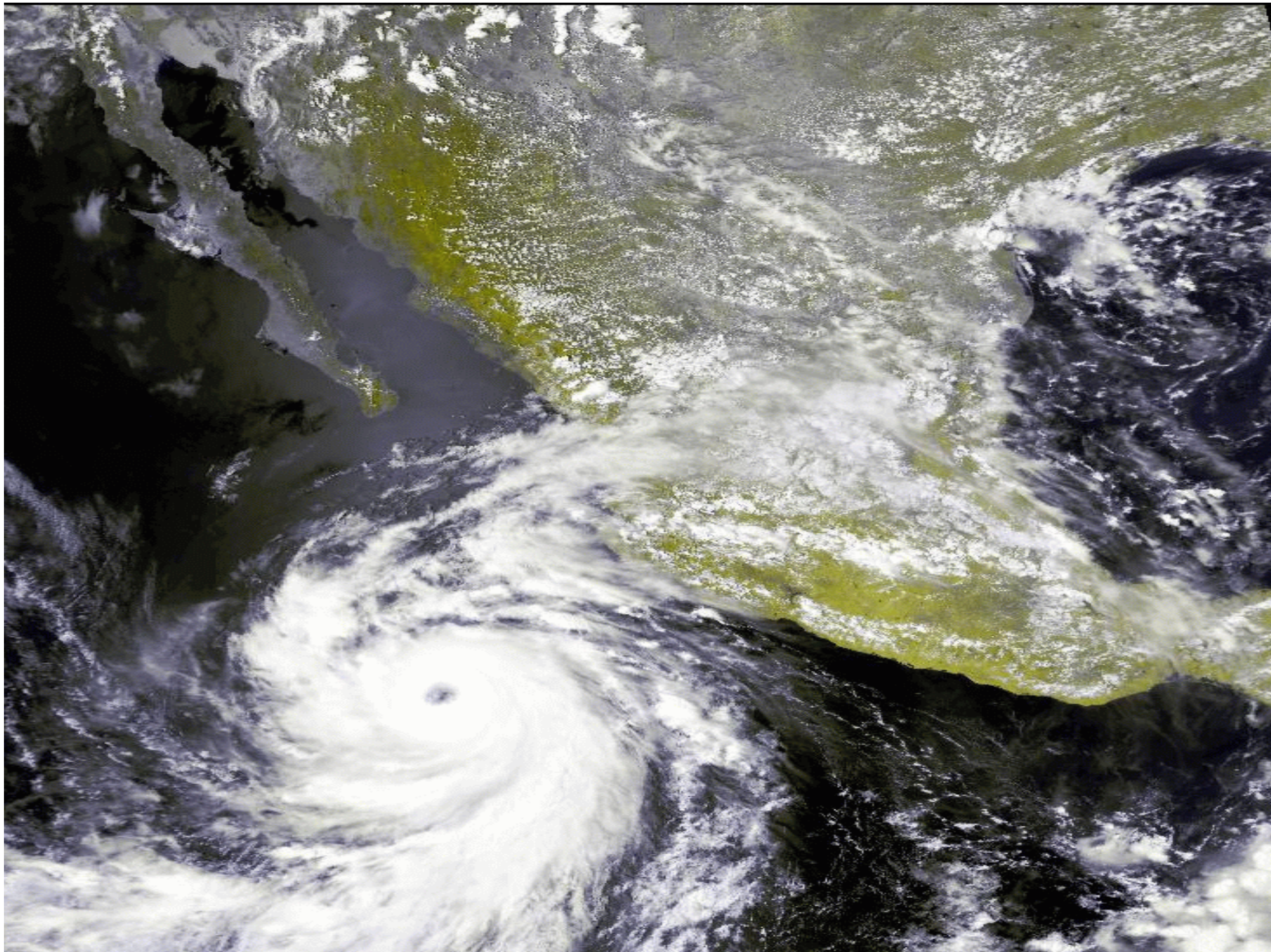




LOS DESASTRES PARA SU ESTUDIO SE DIVIDEN EN DOS GRANDES CATEGORÍAS.

A) Desastres naturales; Que pueden ser previstos pero no controlados por lo impredecible que es la naturaleza en muchos aspectos como los Huracanes. Sismos, Tornados, Incendios Forestales (no provocados), La inundaciones.

B) Desastres Tecnológicos: Son provocados por el hombre, ya sea por negligencia, falta de pericia o perdida e el control de las situaciones como en el caso de; Los Accidentes Químicos, Accidentes en los Medios de Transporte, la Guerra.















Terremoto en Turquía Octubre 2011









Inundaciones en valle de Chalco





Inundaciones en Tabasco

Octubre de 2011









Daños en Guerrero por huracanes “Ingrid” y “Manuel”
19/diciembre/2013









Inundaciones en Monterrey N.L.



Tornado de fuego en California
17/mayo/2014



9 Incendios en el sur de California
16/mayo/2014



Los tecnológicos, ya sea de origen súbito como la explosión de Chernobyl, o de origen no detectable incluso por años como un escape continuo y constante de Desechos Tóxicos, puede causar estrés individual y desorganización social en mayor medida que los desastres naturales

Ya que evidencia, la pérdida de control sobre una situación que se tenía considerada como “ Segura” y tiende a tener un efecto de mayor duración e incluso carece de un comienzo o un final definido.



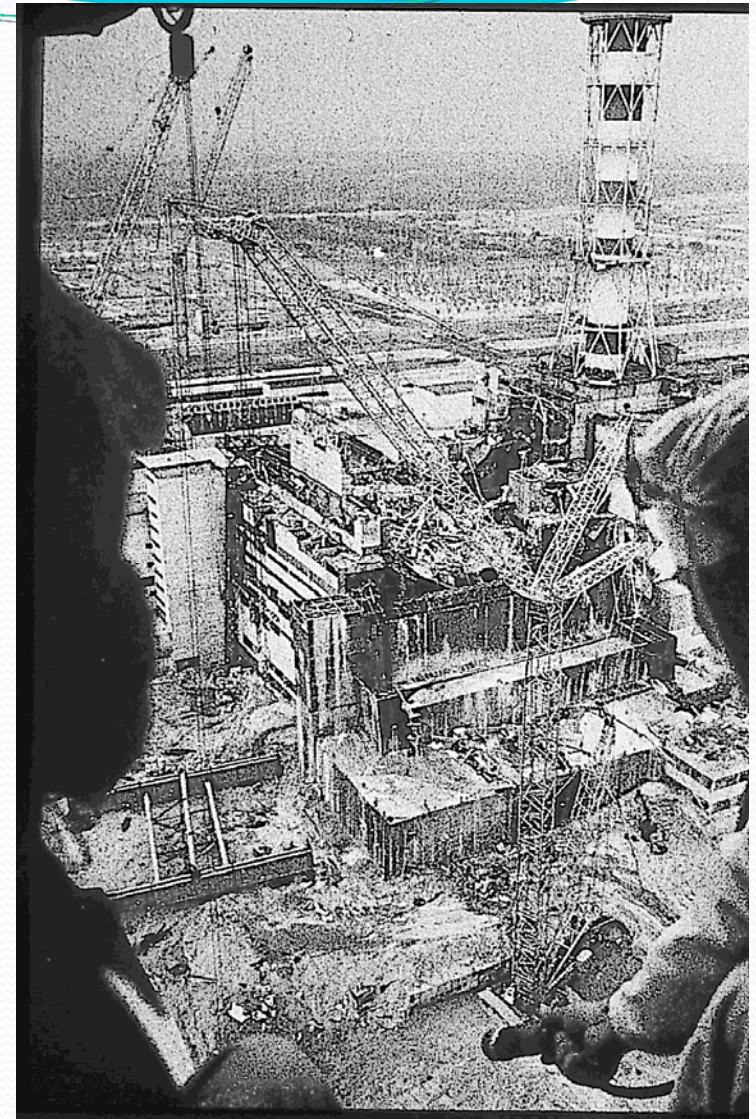
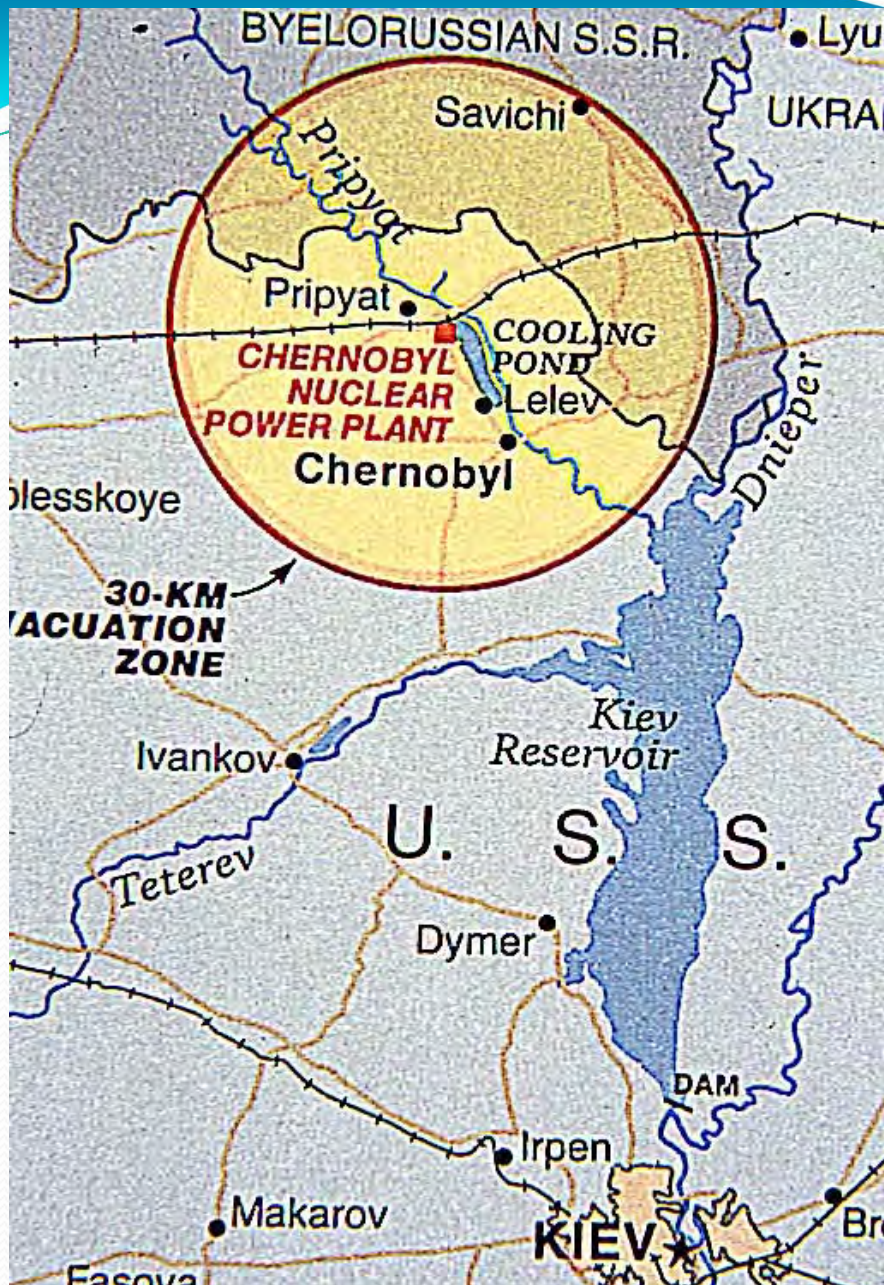




<http://NecatPace.ORG>















Daños a escuelas en Damasco por la guerra de Siria
7/enero/2014



**Daños en Pyongyang. Guerra del Mar Amarillo entre Coreas
22/mayo/2014**













ANTE LA OCURRENCIA DE PROBABLES DESASTRES SE PUEDEN IDENTIFICAR TRES ESTADIOS O FASES EN LAS QUE SE UBICA LA COMUNIDAD EXPUESTA :

A) Fase de Pre-amenaza o previsión social, no existe una adecuada preparación para hacer frente a estos fenómenos.

B) Fase de Amenaza Inminente. Se tienen diseñados programas que incluyen procedimientos a seguir ante la posible aparición de algún desastre, estableciendo toda una cultura de prevención.

C) Fase de Impacto la ocurrencia del evento, 25 % de la población se angustia ante el evento pero puede controlarse y reaccionar, otro 50 % presenta lo que se llama síndrome de fatiga o desastre y el otro 25 % queda totalmente paralizado y desorganizado ante el siniestro.







La característica central de este proceso
es la producción de Estrés.

Entendiéndose por Estrés:

“Aquel estado que se produce como consecuencia del **desequilibrio substancial** entre la demanda del medio ambiente y la capacidad de respuesta del organismo ante esta situación”

Los desastres son **eventos extremos** que precipitan una variedad de cambios individuales y /o ambientales en el funcionamiento de las personas, grupos y organizaciones.

“ Es el estado del organismo que sobreviene cuando se percibe que su **bienestar(o integridad) esta en peligro** y que tiene que elevar todas sus energías para protegerlo”.



¿Que provoca el Estrés?

- Apresuramiento del procesamiento de la información.
- Percepción de Peligro.
- Perturbación de una función Fisiológica
- Aislamiento o Cárcel.
- Presión del grupo o frustración.
- **Presencia de estímulos ambientales Nocivos**



Fases del Estrés.

⊕ **Reacción o Alarma:** Ante un agente nocivo se presenta la triada; Aumento de adrenalina, Atrofia Timo-linfática, Úlceras Gastrointestinales.

⊕ **De Resistencia;** Se llega a un estado de adaptación, donde los cambios fisiológicos son diferentes o incluso opuestos a los del estado anterior

⊕ **De Agotamiento:** *Si la exposición continua, la adaptación poco a poco desaparece, el organismo se agota resurgiendo los signos de la primera etapa en forma irreversible llevando al organismo incluso hasta la muerte..*



Estrés Psicológico.

Se da cuando el organismo anticipa que no será capaz de resolver o afrontar tal demanda o bien que al afrontarla comprometerá o arriesgara otras áreas.

Cuando se da una sobre carga en la estimulación que se esta recibiendo, rompiendo con el equilibrio que se tiene establecido.

El umbral de exposición necesaria para “disparar” el trastorno es probablemente diferente en cada individuo.







Estrés Pos-traumático

“Trastorno que se caracteriza por la aparición de síntomas específicos después de un acontecimiento psicológicamente traumático, que generalmente no forma parte de la escala normal de las experiencias humanas, y que genera la experimentación repentina del evento traumático, entorpeciendo la capacidad de respuesta, o reducción de la participación en el mundo exterior, además de una variedad de síntomas, cognoscitivos y vegetativos”

DSM-IV.



LAS REACCIONES MÁS COMUNES QUE SE PRESENTAN DESDE EL PUNTO DE VISTA PSICOLÓGICO DESPUÉS DE UN DESASTRE PUEDEN SER:

- **Shock**
- **Cólera**
- **Tristeza.**
- **Culpa.**

Pero estos efectos no necesariamente se deberán presentar en forma inmediata y/o posterior al desastre, sino que puede tener efectos al largo plazo.

Síntomas físicos que con mayor frecuencia encontramos posteriores a un desastre:

- Depresión.
- Insomnio.
- Irritabilidad.
- Ansiedad.
- Poca concentración.
- Pesadillas acerca del desastre.
- Interés sexual disminuido.
- Sentimientos de culpa.









Los síntomas que se enlistaron anteriormente se consideran normales y generalmente desaparecen dentro de los primeros seis meses posteriores al evento traumático.

En etapas mas avanzadas del desajuste por la exposición a un desastre, obviamente los síntomas serán más severos incluyendo:

⇒ Sentimientos de amargura crónica

⇒ Disfunción psicomotora y/o cognoscitiva.





Las reacciones psicológicas ante un desastre van a depender de :

A) Las características del evento en función de :

Su duración. e intensidad, **desde** imperceptibilidad del agente estresor hasta la generación de una basta destrucción.

El grado de destrucción, en función de el numero y la gravedad de las lesiones o las muertes que provoque.













B) Las características Individuales.

- **Personalidad;** la percepción que se tenga del evento.
- **Edad;** en cuanto a experiencia con esta situaciones
- **Preparación o entrenamiento;** que tiende a desarrollar ciertas habilidades, recursos o defensas.
- **Posición Económica.**
- **Nivel educativo**
- **Su profesión.**

Conductas altamente riesgosas





C) Las características del Entorno Social :

- Apoyo que se le brinde por parte de la Familia.
- Los compañeros de trabajo.
- Su Superiores.

- 
- Hasta aquí hemos visto lo que ocurre en los involucrados directos del accidente pero que puede ocurrir con los grupos de rescate

Existen aproximaciones complicadas
como esta





Accidente honduras

































































La Crisis

Una respuesta a un evento donde

El balance psicológico normal (homeostasis) ha sido interrumpido.

Los mecanismos de enfrentamiento usuales han fallado al reestablecer la homeostasis, o Hay evidencia de deficiencia funcional.



Estrés después de un Incidente Crítico

“Cualquier evento en el que hay un impacto suficientemente estresante.

Como para abrumar las capacidades de enfrentamiento usualmente efectivas de un individuo o grupo.”

(Everly & Mitchell, 1999)

Intervención de Crisis

Suministro de “primeros auxilios emocionales”

Un ejercicio en control de daño psicológico, para el afectado.

No es una cura.

Es una ayuda.



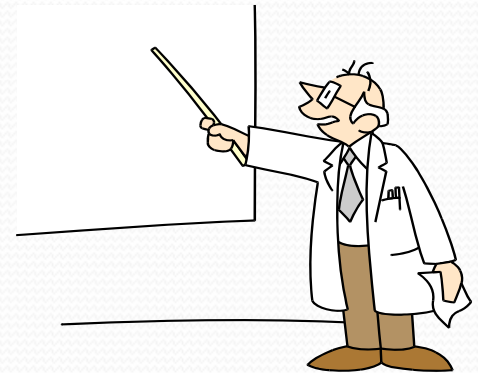


Ejemplos de Incidentes Críticos

- Muerte en el cumplimiento del deber o muerte en el lugar de trabajo
- heridas en el cumplimiento del deber o en el lugar de trabajo
- Suicidio del colega, amigo o miembro de la familia
- Incidentes de múltiples causas, desastres
- Eventos significativos que incluyen a niños
- Eventos prolongados especialmente con pérdidas
- Cualquier evento poderoso que frustra los mecanismos normales de una persona.

Principios de Intervención de Crisis

- Breve- de los pocos minutos a 1 hora
- Inmediato - Intervención rápida
- Simple- Mantenerlo simple
- Proximidad.- Cerca de la zona operativa es más efectivo





Estrés post-traumático

Una reacción *normal*
en una persona *normal*
en un *evento anormal*

Es un *Mecanismo de supervivencia*

DESORDEN DE ESTRÉS POST- TRAUMÁTICO

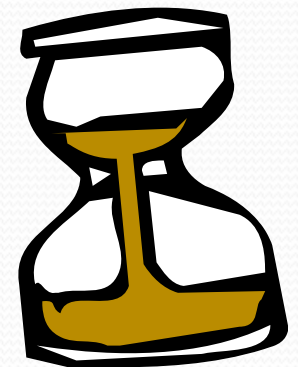
(PTSD) es una variación *patógena*
(*no saludable*)
del mecanismo de supervivencia
normal

Cronograma de Respuesta al Estrés

Inmediato – hasta 24 horas después del evento.

Retardado – de 24 a 72 horas después del evento.

Acumulativo – construido del estrés a través del tiempo.





El Manejo del Estrés después de un Incidente Crítico (Critical Incident Stress Management, CISM)

Es Un tipo de intervención de crisis

Es un programa sistemático comprensivo para la mitigación del estrés relacionado al incidente crítico.



Las metas del CISM

- . Prevenir el estrés traumático
- . Mitigar el estrés traumático
- . Intervenir para asistir la recuperación del estrés traumático
- . Acelerar la recuperación
- . Restaurar la función normal
- . Mantener la salud y bienestar del controlador



El CISM

Trata con las circunstancias actuales, el evento o crisis actual

NO Con historias personales

Son primeros auxilios, no tratamiento definitivo.

En Resumen

Una de las formas de atenuar el impacto que un desastre pueda tener en determinada población tiene que ver con el entrenamiento que la gente se le proporcione, sobre la posible exposición a eventos imprevistos y de alto impacto emocional, a los que pueda estar expuesto y los procedimiento a seguir en caso de tener que enfrentar esta situación.

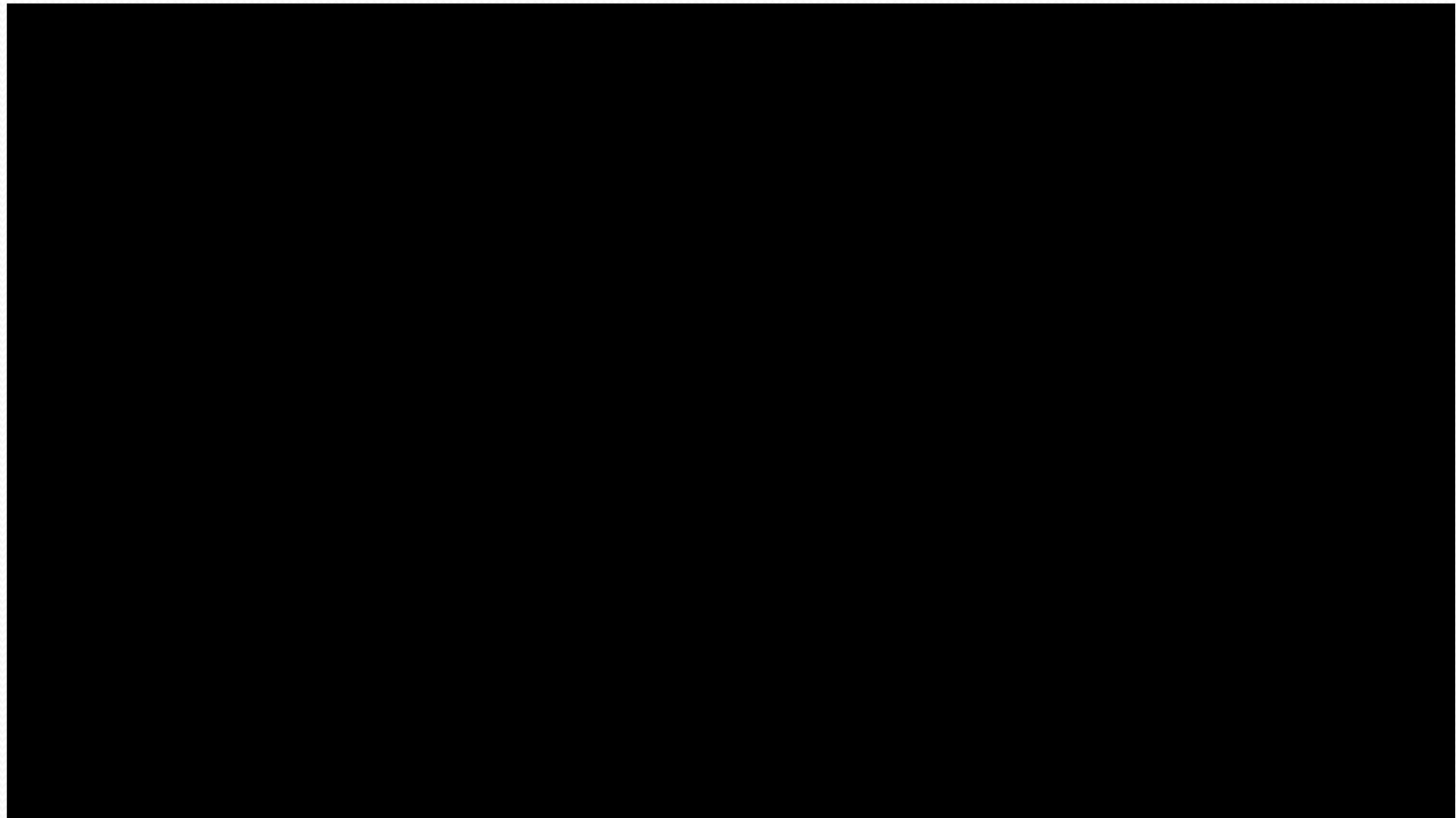




Por ultimo algunas máximas a considerar

- ✓ Comenzar el trabajo casi inmediatamente después de ocurrido el evento.
- ✓ La comunicación entablada con las víctimas directas e indirectas deberá hacerse en forma rápida y clara .
- ✓ El entrenamiento de las personas que proporcionaran el soporte psicológico en todas sus fases sobre los posibles efectos que generara el fenómeno y la forma precisa de abordarlos.
- ✓ Se debe procurar mantener el anonimato de las víctimas.

**Para cerrar con algo menos violento, veamos esto y
esperemos tener esta suerte si nos llegamos a
accidentar**



Puf hemos
terminado



¿Alguien tiene alguna pregunta?

Muchas Gracias



Mail: cenmasalvador@yahoo.com