

PROYECTO UNAM

Coordinador: Roberto Arturo Gutiérrez Alcalá robargu@hotmail.com

X Feria del Empleo UNAM

Si eres alumno de los últimos semestres o egresado de licenciatura o posgrado de la UNAM, podrás asistir a la X Feria del Empleo, que se celebrará el 8 y 9 de septiembre, de 9:30 a 17:00 horas, en el Estacionamiento para Aspirantes (Av. del IMAN s/n), en Ciudad Universitaria. Regístrate en www.dgose.unam.mx



DESOLACIÓN. Los familiares de las víctimas del derrumbe en la mina de Pasta de Conchos debieron recibir este tipo de ayuda

Dan auxilio psicológico a víctimas de desastres

Especialistas de la Facultad de Psicología de la UNAM crearon un método de atención inmediata que ayuda a grupos sociales en crisis por sucesos de alto impacto emocional a superar los efectos traumáticos de éstos.

El "Programa de intervención en crisis a víctimas de desastres naturales y sociorganizativos" se puso en funcionamiento en 1997 para auxiliar a las comunidades de Guerrero que fueron afectadas por el huracán *Paulina*.

Es coordinado —entre otros académicos, estudiantes y egresados— por los psicólogos Jorge Álvarez Martínez y Angelina Romero Herrera, y tiene como propósito brindar atención a personas que sufren el trastorno por estrés posttraumático derivado de un desastre natural (sismo o huracán), una violación, un asalto con violencia, acciones terroristas, etcétera.

La metodología de los especialistas se basa en distintas técnicas de psicología clínica y comunitaria, como manejo de estrés, intervención en crisis, contención emocional, prevención y atención de estrés posttraumático, y manejo de grupos y redes sociales.

"Las personas que experimentan los efectos de algún desastre y que incluso han visto peligrar su vida, reportan un estado de indefensión muy notorio; de ahí que en un principio hayamos reconocido dos tipos de víctimas: las directas, que estuvieron expuestas a una situación traumática, y las indirectas, es decir, los familiares y amigos que comparten el horror del episodio", comenta Jorge Álvarez Martínez.

Desahogo emocional

Los especialistas universitarios identificaron posteriormente otra clase de víctimas: las personas que dan la primera atención a una población en desgracia, como rescatistas, bomberos, personal de protección civil, policías, soldados, voluntarios...

Esta clasificación puede abarcar aun a la población cercana a la zona afectada y a reporteros y funcionarios expuestos a las condiciones de dicha zona, así como al grupo de gente que, tras enterarse por los medios de comunicación de las condiciones del área, experimenta también estados de ánimo cargados de estrés y perturbación.

Éste es el universo de población al que atienden los integrantes del "Programa de intervención en crisis a víctimas de desastres naturales y sociorganizativos". En un primer momento, su labor consiste en alentar una actitud que denominan "desahogo emocional".

"Las personas tienen necesidad de hablar acerca de lo que pasó y cómo vivieron un proceso traumático. Hay individuos a los que les basta ser escuchados para superar el trauma. Sin embargo, otros necesitan apoyo profesional para identificar varios trastornos y alteraciones emocionales como reexperimentación del evento traumático, irritabilidad, restricciones de la vida afectiva, deterioro de la vida laboral, social o familiar, sobresaltos y aprehensión exagerados. Por

Con un método de atención inmediata, especialistas pumas ayudan a superar el trastorno por estrés posttraumático derivado de un sismo, un huracán, una violación, un asalto...

Experiencia acumulada a lo largo de años

En 1988, los integrantes del "Programa de intervención en crisis a víctimas de desastres naturales y sociorganizativos" de la UNAM brindaron ayuda psicológica a las personas afectadas por el huracán *Mitch*, en Honduras.

En 2000 auxiliaron a los afectados por la ruptura del bordo del canal "La Compañía", en Chalco, estado de México; y en 2001, a las víctimas de una tromba en Jalapa, en esa misma entidad del país.

"Asimismo, en 2002, atendimos a los habitantes de Villa García, Zacatecas, que padecieron el desbordamiento de una presa, y a las poblaciones de Yucatán que fueron devastadas por el huracán *Isidoro*; y en 2003, a las víctimas de las inundaciones de Villahermosa, Tabasco, y a una persona que experimentaron un sismo en Colima", apunta Jorge Álvarez Martínez.

Acciones en el plano internacional

En 2003, los expertos de la Facultad de Psicología de la UNAM prestaron atención a víctimas del incendio del supermercado *Ycua Bolaños*, en Asunción, Paraguay; y en 2004, a las víctimas del incendio de la discoteca *República Cromañón*, en Buenos Aires, Argentina.

Este mismo año también aportaron sus conocimientos a los consultores del equipo internacional que asesoró a los



PUMAS. Integrantes del grupo de auxilio de la Facultad de Psicología de la UNAM

gobiernos de los países afectados por el tsunami ocurrido en el océano Índico.

Recientemente, luego del devastador terremoto en Haití, y apoyados por la institución de asistencia privada "Sin Fronteras", operaron una brigada en la Casa del Amigo Refugiado de la colonia Roma para atender a ciudadanos de aquel país residentes en México.

"Brindamos primeros auxilios psicológicos a 30 haitianos que desconocían

la suerte de sus familiares y, por supuesto, a quienes perdieron a algún miembro de su familia. Y seguiremos prestando atención especializada durante el tiempo que se requiera", afirma Álvarez Martínez.

Los integrantes del "Programa de intervención en crisis a víctimas de desastres naturales y sociorganizativos" también ofrecen capacitación a grupos relacionados con la protección civil.

“Las personas que reciben nuestra atención no están bien porque fueron objeto de un evento que sobrepasó lo que consideraban el marco de su plan de vida. Nadie tiene en mente experimentar un temblor devastador o un asalto con violencia”

Jorge Álvarez Martínez, académico de la Facultad de Psicología de la UNAM

eso, además de brindar ayuda para lograr un desahogo emocional, proporcionamos técnicas específicas para reducir el estrés", indica Romero Herrera.

El caso de la mina coahuilense

En febrero de 2006, con motivo del desastre en la mina de Pasta de Conchos, en Coahuila, los especialistas de la

Facultad de Psicología de la UNAM ayudaron a la población afectada.

Organizaron una brigada con estudiantes egresados de esa facultad y con alumnos de la Facultad de Psicología de la Universidad Americana de Acapulco, la cual está incorporada a la UNAM.

Atendieron a las viudas, a los hijos y a los padres de los mineros fallecidos. Fueron cinco días de trabajo intenso en la boca de la mina y casa por casa.

"Resultó muy dramático para las familias elaborar el duelo por un padre, un hijo, un hermano, un tío, un sobrino... que estaban sepultados pero de los que no tenían la certeza de que estuvieran vivos o muertos. Eso dificultó doblemente la atención", dice Álvarez Martínez.

Cabe agregar que los especialistas universitarios siguieron en contacto, vía telefónica e Internet, con las viudas de los mineros muertos.

El caso de la discoteca *News Divine*

Este tipo de atención psicológica se da a miembros de una comunidad en el momento de un conflicto específico.

"Las personas que reciben nuestra atención no están bien porque fueron

objeto de un evento que sobrepasó lo que consideraban el marco de su plan de vida. Nadie tiene en mente experimentar un temblor devastador o un asalto con violencia", agrega Álvarez Martínez.

Uno de los objetivos de esta atención psicológica es que las víctimas de algún evento catastrófico vuelvan a sentir que tienen el control de su vida y continúen con su quehacer cotidiano. De esta manera, mediante técnicas terapéuticas, son inducidos a elaborar respuestas del tipo: "Sí, ocurrió el desastre, pero también he aprendido de él".

La intervención del equipo de especialistas con motivo de eventos de alto impacto social —como el operativo policial llevado a cabo en la discoteca *News Divine*, en junio de 2008, en la delegación Gustavo A. Madero del Distrito Federal, durante el cual perdieron la vida 12 personas— ha sido determinante para la salud mental de diversas poblaciones.

"A lo largo de seis semanas, familiares y amigos de los fallecidos en esa discoteca recibieron atención especializada. Como primer paso se establecieron relaciones con las asociaciones civiles de la zona ('Cauce Ciudadano' y 'Marabunta')



CLASIFICACIÓN. Es considerado uno de los trastornos de ansiedad

» Trastorno por estrés posttraumático

En psicología, el trastorno por estrés posttraumático está clasificado dentro del grupo de los trastornos de ansiedad, y surge como consecuencia de la exposición a un evento traumático.

El factor estresante puede involucrar la muerte de alguien, un grave daño físico o alguna amenaza a la integridad física o psicológica de la persona o de alguien más.

La prevalencia de este trastorno tiene una relación directa con el grado de exposición a eventos estresantes traumáticos, tanto naturales (terremotos, tsunamis, erupciones volcánicas) como ocasionados por el ser humano (asaltos, guerras, atentados terroristas).

y posteriormente se planeó el dispositivo 'Alivianarte', conformado por un conjunto de actividades que tenían como fin sensibilizar y atender a la población afectada. Se brindó ayuda psicológica y asesoría jurídica, y se organizó una intensa campaña sobre derechos humanos, en un marco de actos recreativos y lúdicos", refiere Álvarez Martínez.

De acuerdo con datos de los especialistas de la Universidad Nacional, se atendieron a 76 personas: 48 mujeres y 17 hombres de entre 14 y 54 años de edad, y 11 niños, que presentaban sintomatología de depresión, estrés agudo, ansiedad, conflictos interpersonales, enfermedades psicósomáticas y trastornos de personalidad.

"Después de un tiempo, las familias dijeron sentirse con suficientes motivos anímicos para enfrentar de manera positiva el duelo", recuerda Romero Herrera (Rafael López).

Más información:
Teléfono: 56-22-23-21
Correos electrónicos: alvjorge17@hotmail.com, jalvarez@servidor.unam.mx

siguenos en facebook en el grupo KIOSKO-ELUNIVERSAL