

Guía práctica de salud mental en situaciones de desastres

Serie Manuales y Guías sobre Desastres No. 7

Editores:

Jorge Rodríguez
Mônica Zaccarelli Davoli
Ricardo Pérez
OPS/OMS



**Organización
Panamericana
de la Salud**

Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud

Área de Preparativos para Situaciones de
Emergencia y Socorro en Casos de Desastre

Washington, D.C. • Agosto 2006

Biblioteca Sede OPS - Catalogación en la fuente

Rodríguez, Jorge - ed

Guía práctica de salud mental en situaciones de desastres

Washington, D.C.: OPS, © 2006. 189 p.

(Serie Manuales y Guías sobre Desastres)

ISBN 92 75 32665 7

I. Título II. Serie

III. Zaccarelli Davoli, Mônica IV. Pérez, Ricardo

1. DESASTRES NATURALES
2. SALUD MENTAL
3. PLANIFICACIÓN EN DESASTRES
4. APOYO SOCIAL
5. IMPACTO PSICOSOCIAL
6. GUÍA (TIPO DE PUBLICACIÓN)

NLM WA 295

© Organización Panamericana de la Salud, 2006

Una publicación del Área de Preparativos para Situaciones de Emergencia y Socorro en Casos de Desastre y la Unidad de Salud Mental y Programas Especializados/Área de Tecnología y Prestación de Servicios de Salud de la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud.

Las opiniones expresadas, recomendaciones formuladas y denominaciones empleadas en esta publicación no reflejan necesariamente los criterios ni la política de la Organización Panamericana de la Salud.

La Organización Panamericana de la Salud dará consideración favorable a las solicitudes de autorización para reproducir o traducir, total o parcialmente, esta publicación, siempre que no sea con fines de lucro. Las solicitudes pueden dirigirse al Área de Preparativos para Situaciones de Emergencia y Socorro en Casos de Desastre de la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 525 Twenty-third Street, N.W., Washington, D.C. 20037, EUA.

La realización de esta publicación ha sido posible gracias al apoyo financiero de la División de Ayuda Humanitaria, Paz y Seguridad de la Agencia Canadiense para el Desarrollo Internacional (CIDA), la Oficina de Asistencia al Exterior en Casos de Desastre de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (OFDA/AID) y el Departamento para el Desarrollo Internacional del Reino Unido (DFID).

Edición del texto: Carlos Arturo Hernández y Martha Rodríguez J.

ÍNDICE

Introducción	v
I. Los problemas psicosociales en situaciones de desastres y emergencias: marco general de referencia	1
II. Evaluación de daños y análisis de necesidades en salud mental en situaciones de desastres	9
III. Principales problemas psicosociales y principales pautas para su atención	43
IV. El manejo de grupos en situaciones de desastre	73
V. Atención psicosocial a la infancia y la adolescencia	97
VI. Primera ayuda psicológica	127
VII. Protección de la salud mental en los equipos de respuesta	137
VIII. La salud mental y el desplazamiento forzado	153
IX. La comunicación social en el manejo de los problemas psicosociales en situaciones de desastres	169
X. Conclusiones	185



INTRODUCCIÓN

Los desastres naturales tienen la posibilidad de presentarse en cualquier país del mundo. Sin embargo, por múltiples razones, los países pobres sufren mucho más el impacto de los mismos: tienen menos recursos económicos y tecnológicos para su prevención y reconstrucción, y hay viviendas que se construyen en zonas de alto riesgo y son estructuralmente más frágiles. Además, usualmente existen altos índices de desnutrición y malas condiciones sanitarias y ambientales que incrementan la vulnerabilidad ante estos eventos traumáticos.

Los efectos de los desastres sobre la salud física suelen ser bastante conocidos, con secuelas a corto, mediano y largo plazo. En cambio, no siempre se han reconocido de igual manera los efectos sobre la salud mental, a pesar de haberse demostrado que, en situaciones de desastres y emergencias complejas, se produce un incremento de los signos de sufrimiento psicológico, como la aflicción y el miedo; se puede aumentar en cierta medida la morbilidad psiquiátrica y otros problemas sociales. Se estima que entre una tercera parte y la mitad de la población expuesta (según la magnitud del evento y otros factores) sufre alguna manifestación psicológica; aunque debe destacarse que no todas pueden calificarse como patológicas, la mayoría debe entenderse como reacciones normales ante situaciones

de gran significación o impacto. También, se ha demostrado que, después de la emergencia propiamente dicha, los problemas de salud mental en los sobrevivientes requieren de atención durante un periodo prolongado, cuando tienen que enfrentar la tarea de reconstruir sus vidas.

Sin embargo, en este contexto, son muchos los países de América Latina y el Caribe que presentan una baja cobertura y una pobre capacidad de respuesta de los programas y servicios de salud mental.

La respuesta institucional en el campo de la salud mental es compleja, ya que no solamente se trata de atender las consecuencias emocionales directas del evento (miedo, ansiedad, tristeza, rabia, etc.), sino, también, otros efectos indirectos en la dinámica interpersonal y social, así como en el entorno de las víctimas, en la medida en que se produce un deterioro del tejido social y una desestructuración de la vida familiar.

Todo este conjunto de efectos repercute extensamente en las condiciones y los proyectos de vida individuales y colectivos, alimenta el sufrimiento emocional de los sobrevivientes y, frecuentemente, establece círculos viciosos de violencia.

Por fortuna, en los últimos años ha aumentado el interés por el impacto de los desastres en la salud mental de las poblaciones afectadas y actualmente se ha hecho evidente la necesidad de un abordaje integral que trascienda la atención a la enfermedad y la reparación de los daños materiales.

En el año 2002, la OPS/OMS publicó el manual *Protección de la salud mental en situaciones de desastres y emergencias*, de especial utilidad como guía de planificación para el “qué hacer” en situaciones de emergencia. El presente libro busca complementarlo y servir de compendio práctico de los procedimientos para la identificación y el manejo de las diferentes manifestaciones psicosociales (patológicas o no) que pueden presentar las víctimas de los desastres.

Los diferentes capítulos tienen un enfoque amplio e integral, con pautas prácticas de actuación, que facilitan el “cómo hacer” de los trabajadores de la salud que laboran en situaciones de emergencia. Se tienen en cuenta los elementos individuales y colectivos que deben conocerse al planear e implementar acciones concretas de intervención.

El *primer capítulo* presenta los elementos conceptuales básicos sobre el impacto psicosocial que producen los desastres en las personas.

El *segundo capítulo* aborda los elementos básicos para la evaluación de daños y el análisis de necesidades en salud mental de las poblaciones afectadas por desastres o emergencias. Se describe una guía para la evaluación rápida en

las primeras 72 horas y un procedimiento más amplio que desarrolla el equipo especializado en el primer mes después del suceso.

En el *tercer capítulo* se describen las principales reacciones psicológicas y trastornos mentales que pueden aquejar a las víctimas de desastres. Se definen criterios para el reconocimiento de los trastornos psíquicos más comunes y se recomiendan las pautas para la atención individual, así como para la remisión de quienes requieren asistencia especializada.

En el *cuarto capítulo* se profundiza en las herramientas para el trabajo grupal. Se hace referencia a los diferentes tipos de grupos y se describen con más detalle los grupos psicoeducativos y de apoyo emocional, muy necesarios en situaciones de desastres y en cuya conducción deben estar entrenados los trabajadores de salud y otros agentes de ayuda humanitaria. También resulta importante la formación de grupos de ayuda mutua, sobre los cuales se hace una breve referencia.

El *quinto capítulo* profundiza en la descripción y las características más importantes de los problemas psicosociales de la infancia, y las pautas para su manejo individual y de grupo.

En el *sexto capítulo* se proponen técnicas y procedimientos para la primera ayuda psicológica que el personal de los equipos de respuesta debe brindar y son la primera línea de contacto con las víctimas directas.

El *séptimo capítulo* aborda el importante y crucial problema de la protección de la salud mental de los miembros de los equipos de respuesta; describe los problemas más comunes que los pueden afectar y recomienda pautas de actuación para su prevención y control.

En el *octavo capítulo* se abordan los problemas especiales que viven los desplazados y los sobrevivientes de los conflictos armados, y se hace énfasis en los elementos de ayuda humanitaria como pilar fundamental en los planes de ayuda psicosocial. También se hacen algunas consideraciones breves sobre el complejo tema del terrorismo.

El *noveno capítulo* contiene pautas y recomendaciones para el desarrollo de una buena estrategia de comunicación social como elemento fundamental para disminuir la ansiedad y contribuir a la estabilidad emocional de la población. También aporta elementos prácticos de cómo organizar reuniones grupales de tipo informativo.

Finalmente, se ha incluido un *décimo capítulo*, a manera de conclusiones, que resume las líneas generales de acción en un plan de atención en salud mental

en emergencias, los principios generales de actuación y las peculiaridades que tiene la atención de niños. Incluye algunas recomendaciones sobre el uso de las pruebas de tamizaje y concluye con algunas consideraciones de crucial importancia.

El libro está dirigido al personal que trabaja en los equipos de respuesta en situaciones de desastres y emergencias; en especial, nos parece importante para los trabajadores de atención primaria en salud y los agentes de ayuda humanitaria. Puede resultarle útil a las instituciones del sector salud y a otras de la sociedad civil que prestan apoyo psicosocial a las comunidades afectadas por eventos traumáticos. Esperamos que esta obra pueda constituirse en una herramienta práctica para el desempeño y en material básico para los procesos de capacitación.