

Afrontando la

Crisis

EDICIÓN 3/2011



Especial sobre:
La recuperación
¿Ayuda realmente?

www.ifrc.org
Salvar vidas, cambiar mentalidades.

Centro Psicosocial



Federación Internacional de Sociedades
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja



Alrededor del Mundo



Noruega tras la tragedia



Especial sobre la Recuperación



Nueva Zelanda tras los terremotos



Mil palabras



Frontera turco-siria

Fotografía de portada: Anthony Kitchener

Esta publicación es producida por el Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial

Junta editorial: Nana Wiedemann y Lasse Nørgaard

Diseño: Reda Sadki. Diagramación: Lasse Nørgaard, Ayo Degett

Exención de responsabilidad: Las opiniones expresadas pertenecen a quienes contribuyen a esta publicación, y no necesariamente coinciden con las del Centro Psicosocial de la FICR.



Gracias por estar ahí

En Noruega, hace unos meses estalló una bomba

y se dio la horrible masacre de jóvenes indefensos que se encontraban en un campamento de verano. Quizá hayan leído sobre la masacre de Utøya.

Estos hechos me afectaron de manera profunda. No solamente pensé mucho en shock y el terror que deben haber experimentado estos jóvenes, sino que también me identifiqué con ellos por lo cercano que me resultaba todo. Pensé que bien podría haberse tratado de mis amigos, familia o parientes. Me interesé por saber si entre los muertos había alguien que yo conociera.

Fue entonces que me di cuenta de lo protegidos que vivimos en Dinamarca, un país en el que tenemos muy poca violencia, crímenes y asesinatos. Ese día sentí que de alguna manera había perdido la inocencia, al darme cuenta de que esto nos puede pasar a nosotros también.

Un filósofo danés dijo una vez que el equilibrio está presente en todo, el ying y el yang. Utilizó mi país natal como ejemplo para decir que si bien en Dinamarca no tenemos terremotos, ni asesinatos relacionados con la mafia ni víboras cascabel, sí tenemos mal tiempo durante diez meses del año.

También podría haber agregado que no tenemos disturbios civiles y golpes de estado, ni guerras, ni masacres ni bombas. En Escandinavia somos extremadamente conscientes de las condiciones inseguras que existen en otros países, pero ¿comprendemos plenamente las consecuencias de vivir en un entorno inseguro, o las consecuencias de los ataques armados y los desastres naturales, cuando nunca lo hemos experimentado realmente?

Los hechos de Noruega ciertamente nos han causado horror y terror, pero también nos han enseñado muchas cosas, y hemos visto cosas impresionantes. Por ejemplo, hemos visto la cooperación que se ha dado entre los profesionales y los voluntarios que ayudan a los sobrevivientes, entre los familiares y todos los afectados, así como la decisión de continuar proporcionando apoyo durante al menos un año. También ha resaltado el importante papel que ha jugado la Cruz Roja y Media Luna Roja, tal como debe ser.

En este número podrán leer acerca de lo difícil que resulta medir el impacto de nuestro trabajo de manera científica. Sin embargo, estamos constantemente en la búsqueda de nuevas y mejores maneras de hacerlo. Mientras tanto, los que nos motiva a seguir son los testimonios y el aprecio que muestran los beneficiarios, tales como los que colocaron flores frente a la Cruz Roja Noruega, y los que han enviado notas que dicen simplemente “gracias por estar allí”.

Nana Wiedemann

Nana Wiedemann

¡Encuéntrenos en Twitter y en YouTube!

Únase a nuestra comunidad en línea y entérese de las últimas noticias y eventos.



IFRC_PS_Centre



psychosocialcentre



¿Desea obtener una copia de **Afrontando?** Puede obtener una cantidad limitada de copias contactando al

Centro Psicosocial. También puede solicitar su copia impresa en línea, o leerla en su tableta utilizando la aplicación MagCloud.

<http://www.magcloud.com/user/IFRC>



¿Cómo participar?

Sus ideas, cartas y artículos son bienvenidos.

Envíenos un correo electrónico: psychosocialcentre@ifrc.org. Para conocer más sobre el Centro Psicosocial y nuestro trabajo, sírvase acceder a: www.ifrc.org/psychosocial.



Nuestro agradecimiento a WeAllEdit.com, por concedernos generosamente su autorización para el uso de su software online para la traducción de la revista de forma rápida y consistente

El apoyo psicosocial alrededor del mundo

Lo más destacado en cuanto a apoyo psicosocial de la labor de las Sociedades Nacionales, basado en los llamamientos, informes, retroalimentación y eventos actuales. Muchas otras Sociedades Nacionales continúan llevando a cabo y ampliando sus actividades psicosociales.

Gran Bretaña

La University of East London está impartiendo una Maestría en línea que ofrece a los trabajadores de socorro un mayor entendimiento de sus condiciones de trabajo, las cuales en ocasiones son desgarradoras. Esta iniciativa única ha sido acogida como la primera en el mundo.

La Maestría Internacional en Consulta Psicosocial Humanitaria (IHPC por sus siglas en inglés), busca promover la sensibilización acerca de los factores psicosociales en el contexto del trabajo humanitario, tanto respecto a las poblaciones afectadas como al bienestar de los trabajadores que brindan apoyo.

Muchos de quienes toman el curso lo hacen a distancia, mientras se encuentran brindando asistencia humanitaria en lugares como Haití y Afganistán.

La Dra. Sarah Davidson MBE, la líder del curso, fue Sub Jefa de la Cruz Roja Británica (CRB), y actualmente es la consejera en asuntos psicosociales para la CRB. "El programa reúne a expertos internacionales que cuentan con una gran experiencia en las áreas de asistencia humanitaria internacional, consultas y psicología", dice. "A los estudiantes se les motiva a colaborar y a compartir sus experiencias, lo cual a su vez ayuda a mitigar en alguna medida el aislamiento que experimentan los trabajadores humanitarios que se encuentran en ambientes difíciles."

Este curso fue anunciado en la edición 1/2011 de *Afrontando la Crisis*.

Colombia

Los puntos focales en materia psicosocial de 18 Sociedades Nacionales, el CICR y la Federación se reunieron por tres días en septiembre en Bogotá, con el propósito de continuar compartiendo conocimientos y fortalecer el grupo regional de referencia, en vista de que casi todas las Sociedades Nacionales

han establecido equipos nacionales de intervención para el apoyo psicosocial en emergencias.



Europa

La Cruz Roja Británica acogerá el foro anual de la Red Europea de Apoyo Psicosocial, que se llevará a cabo en Nueva York en octubre. El título del foro es "La Resiliencia en la Práctica: Explorando los Vínculos con el Apoyo Psicosocial", y se discutirán tanto los principios como las prácticas de la resiliencia. El foro ha invitado a expositores externos, así como a las Sociedades Nacionales de Bélgica, Georgia y Gran Bretaña para hablar sobre sus experiencias. Los seminarios paralelos incluirán la discusión de temas como apoyo familiar, recepción de migrantes y apoyo psicosocial durante la respuesta a desastres. En Centro Psicosocial también hará algunas presentaciones.

La red - EPNS por sus siglas en inglés - tiene más de 10 años de existir, y se invita a todas las Sociedades Nacionales europeas a participar en ella.

Italia

La Cruz Roja Italiana está ampliando sus actividades psicosociales mediante la creación de un Servicio Psicosocial para sus beneficiarios, voluntarios y personal. Esta Sociedad Nacional ya cuenta con Equipos de Apoyo Psicosocial, y este nuevo servicio le brindará apoyo adicional a la misma para responder a las situaciones críticas que se dan todos los

días. Las directrices del nuevo Servicio se inspira en la definición de apoyo psicosocial como un abordaje hacia las víctimas de situaciones críticas que busca mejorar la resiliencia de las personas y las comunidades, teniendo como meta la facilitación de la vuelta a la normalidad y la prevención de las consecuencias potencialmente patológicas de las situaciones traumáticas.

Al mismo tiempo, el nuevo servicio buscará preservar la salud y el bienestar de los voluntarios y el personal mediante la capacitación y el apoyo.

Israel y Palestina

Seis paramédicos y supervisores del Magen David Adom (MDA) en Israel fueron invitados a participar en el curso Internacional sobre Apoyo Vital Avanzado en Trauma (ITLS por sus siglas en inglés), el cual fue dictado por instructores y médicos de la Sociedad de la Media Luna Roja Palestina (SMLRP).

A pesar de que ambas organizaciones cooperan de manera efectiva en torno a



los servicios ambulatorios de emergencia, esta fue la primera vez que miembros del personal de la SMLRP fungieron como instructores para personal de MDA. El curso aborda el tratamiento avanzado para un paciente de trauma en el entorno pre-hospitalario, y se llevó a cabo en el barrio Sheik Jerakh de Jerusalén durante 4 días.

Aunque son diestros en muchos aspectos del tratamiento del trauma, los paramédicos y los supervisores del IMDase beneficiaron mediante el aprendizaje de



las distintas maneras en que la SMLRP trata a los pacientes. El Dr. Djani, director médico del curso, junto con su equipo de instructores provenientes de Jerusalén oriental, Ramala, Nablús y Kalkilla, brindó charlas acerca de los distintos tipos de lesiones, su interconexión y el manejo pre-hospitalario de un paciente de trauma. Los últimos dos días del curso fueron dedicados a ejercicios prácticos.

Japón

Los Centros de apoyo psicosocial de las prefecturas de Miyagi e Iwate aún se encuentran operando a cuatro meses del desastre.

A partir del 22 de julio, 543 de miembros del personal que trabajan en el programa de AP se han desplazado a las áreas afectadas de las prefecturas de Iwate, Miyagi y Fukushima.

Se han beneficiado 12,858 personas por la acción de los equipos de AP de la Cruz Roja Japonesa.

Norte de África y Medio Oriente

Las Sociedades Nacionales del Norte de África y el Medio Oriente siguen brindando apoyo psicosocial durante los disturbios que se han dado en varios países de la región. Este apoyo se lo han ofrecido no solamente a las víctimas de la violencia y sus familiares, sino también al personal y los voluntarios, lo cual a menudo deben hacer en circunstancias extremadamente difíciles. Un ejemplo de ello es que tanto en Libia como en Siria, los conductores de ambulancias y los voluntarios que trabajan en salud han sido blancos.

Tanto la Media Luna Roja Libia como la Media Luna Roja Árabe Siria han ampliado su apoyo psicosocial con nuevos programas que reciben el apoyo financiero de la Cruz Roja Danesa. En Libia, dicho programa se centra más que todo en ayudar a las personas que sobrevivieron en las áreas donde ocurrieron las batallas más feroces, mientras que en Siria el programa se dirige inicialmente

hacia en personal y los voluntarios que trabajan en las áreas de conflicto.

Nueva Zelanda

La Cruz Roja de Nueva Zelanda está pasando de hacer distribuciones inmediatas de asistencia y proporcionar subsidios, a asistir a los afectados a reconstruir sus vidas y comunidades luego de que tres terremotos afectaran a Christchurch en Canterbury. Se ha establecido un Grupo de Trabajo para la Recuperación, mismo que tendrá a su mando esta transición mediante el desarrollo e implementación de un marco para la recuperación que cumpla con las necesidades a mediano y largo plazo de los afectados, fortalezca la resiliencia y fortalezca sus capacidades.

El marco, que busca traer a Canterbury las mejores prácticas de recuperación posibles y asegurar que todos los neozelandeses estén mejor preparados para desastres futuros, utiliza las prácticas recomendables que existen a nivel global y las principales lecciones aprendidas de otros desastres tales como las inundaciones de Queensland y el terremoto y tsunami de Japón.



Una de las necesidades principales identificadas mediante el marco es el apoyo psicosocial. Mediante el respeto a la independencia, la dignidad y los mecanismos de afrontamiento de los individuos y las comunidades, el apoyo psicosocial promueve la restauración de la cohesión social. La Cruz Roja de Nueva Zelanda capacitará a sus voluntarios y personal en primeros auxilios psicosociales básicos y en comunicación para

brindar apoyo. De esta manera podrán apoyar al proceso y servir de mejor manera a las personas afectadas.

Noruega e Islandia

Ambos países serán sede de talleres y capacitarán a los participantes en el uso del componente psicosocial de la Unidad de Intervención en Urgencias en salud. Noruega y Canadá están organizando juntos un taller, mientras que Islandia y Suecia cooperarán para el segundo taller.

El componente psicosocial UIU se desplegó por primera vez durante el terremoto de Haití. Se efectuó una evaluación en tiempo real, y el componente sigue desarrollándose.

En el taller también habrá participantes del CICR para crear vínculos más cercanos entre los delegados de las UIU y los colegas que trabajan en el restablecimiento de los vínculos familiares durante los desastres.

Paquistán

Durante una reunión mensual de las agencias que se encuentran trabajando en la provincia de Sindh luego de las inundaciones, el señor Kanwar Wasem, secretario de la provincia, destacó que el programa de apoyo psicosocial de Dadu es extremadamente útil y exitoso. El señor Wasem instó a que el apoyo psicosocial se integre a todas las respuestas de emergencia en el futuro.

Rusia

El bote de dos niveles "Bulgaria" se vio atrapado en una tormenta en Tatarstan el domingo 10 de julio de 2011. Fuentes oficiales han confirmado el rescate de al menos 78 personas. Las autoridades locales confirmaron que al menos 63 personas han muerto, pero más de 60 continuaban desaparecidas. Muchos de los sobrevivientes se hallaban en un profundo estado de shock y requerían apoyo psicosocial. Veinte voluntarios serán capacitados para proporcionar apoyo psicosocial a al menos 200 familias.

Había 2 ovejas mirándose de manera hostil...

Francis Markus,
Gerente de Comunicaciones de
la FICR para el Este de Asia

Saltan haciendo los ejercicios de calentamiento, tratan de identificar compañeros de capacitación con pasatiempos similares, se apiñan en torno a las mesas haciendo dibujos juntos. Para más de 20 maestros y varios voluntarioEste es el comienzo de una formación de dos días en apoyo psicosocial de la Cruz Roja.

En mayo se cumplirán tres años del terremoto de 8 grados que sacudió a la provincia china de Sichuan y áreas circundantes, causando la muerte de más de 87,000 personas. En vista de que ha pasado tanto tiempo del desastre, sería lógico pensar que el Programa de Apoyo Psicosocial estaría terminando su trabajo poco a poco.

Pero ese definitivamente no es el caso. Durante la pausa, Liu Yin, una de las maestras que trabaja en una escuela primaria de la localidad, comenta que los métodos que aprendió en las capacitaciones de APS le han ayudado en su manera de abordar los temas que sus estudiantes enfrentan en sus vidas. Cuenta lo siguiente acerca de un dibujo que hizo un niño recientemente.



Niños en una escuela primaria de Suining utilizando las artes visuales para expresar su agradecimiento por todo el apoyo que han recibido de sus padres, maestros y el estado. Esto se considera parte integral del proceso de seguir con sus vidas luego del desastre.

“Había dos ovejas mirándose de manera hostil, y había cierta distancia entre ellas.”

“Cuando hablamos con el niño acerca de su dibujo, resultó que las ovejas representaban a sus padres, quienes discutían mucho y se habían divorciado.”

Las deudas significan separación

Junto a ella estaba sentada Qin Sanxia, un estudiante voluntario. Él comentó que quería participar en esta capacitación para ayudar a los hijos de los trabajadores migrantes que se quedan al cuidado de

sus abuelos. Este problema ha cobrado mucha relevancia en vista de las deudas que las familias tienen que pagar luego de reconstruir sus hogares destruidos por el terremoto. Es un fenómeno que se da en toda China, no solamente en esta región. “Necesitan mayor atención dado todos los prejuicios que enfrentan”, dijo. La capacitación que están recibiendo actualmente, estaba originalmente parte de un programa psicosocial establecido luego del terremoto que devastó la provincia de Sichuan en mayo de 2008.



Experiencias útiles

Sin embargo, a tres años del desastre, las técnicas y prácticas aplicadas en las escuelas de la región para lidiar con muchos niños conmocionados y traumatizados están siendo integradas en los programas de la Sociedad de la Cruz Roja China, donde se pueden aplicar de distintas maneras para abordar temas sociales en curso.

“Estamos viendo ahora que el paquete de herramientas que produjimos luego del terremoto está siendo usado para brindar apoyo a una amplia gama de grupos y temas,” dice el Dr Jeyathesan Kulasingam, el delegado Psicosocial de la FICR en Sichuan.

Además de los hijos de los trabajadores migrantes, también existen huérfanos del terremoto, y comunidades de niños provenientes de comunidades pobres y vulnerables. Sin embargo, aún sigue siendo debatido el tema de cuál es la mejor manera de brindar apoyo a la recuperación psicológica de las personas locales luego del desastre, aún cuando hacia afuera el panorama se ha transformado de una escena de destrucción a una vista hacia comunidades nuevas y pulcras.

Aún en las conversaciones informales que se dan entre trabajadores de socorro de la Cruz Roja y Media Luna Roja, algunos opinan que “las personas chinas no necesitan programas de apoyo psicosocial, son muy fuertes.” Otros argumentan que “no deberíamos imponer las prácticas occidentales a los chinos.”

Las personas aún se derrumban

Para Kulasingam, estas respuestas contradicen lo que ve en el terreno. “Aún a estas alturas, no es inusual ver a personas derrumbarse en llanto. Por lo tanto, no se trata de imponer algo a las personas desde afuera” Sin lugar a dudas, el tono que establecieron los medios estatales y las autoridades cuando el país marcó el tercer aniversario del desastre, es el de motivar a los sobrevivientes a enfrentar el futuro con optimismo y a dejar atrás la tragedia.

En el pueblo de Beichuan, en Sichuan, cerca del epicentro del terremoto, donde murieron más de 15,000 personas por esa causa, el funcionario Mu Guangzhou muestra una plácida sonrisa casi todo el

tiempo y habla acerca de las escenas de absoluto shock y devastación que echaron abajo la aldea.

Él perdió a su esposa y a otros miembros de su familia, y vive en un alojamiento temporal antes de mudarse a un nuevo hogar.

El viejo pueblo de Beichuan, con sus edificios derrumbados y sus escombros se mantiene como un homenaje a quienes murieron.

Es casi como si su función fuese la de servir como repositorio de los sentimientos de dolor.

“Las personas pierden la sonrisa cuando van al pueblo viejo. La gente no quiere regresar allá,” explica Yang Liming, Vice-Presidente de la Cruz Roja de la ciudad vecina de Mianyang.

Varias escuelas de Sichuan han comenzado a utilizar el paquete de herramientas de APS desarrollado por la FICR y la Sociedad de la Cruz Roja de China para abordar temas emocionales que enfrentan muchos de los estudiantes. Los materiales han sido traducidos al chino.



Huo Qingdong, de 12 años, es uno de los millones de niños chinos que están al cuidado de sus abuelos, mientras sus padres trabajan como trabajadores migrantes en provincias lejanas. Su abuela Ran Shuzhen cuida de él, pero no es fácil para ninguno de los dos.

Estar ahí

May Myat Swe, Oficial de Informes,
Cruz Roja de Myanmar y Lasse
Norgaard, Centro PS

“¡Mamá! ¿Ya llegamos? Cuando llegemos, ¿puedo comerme un plato entero de tallarines fritos?” me preguntó mi pequeño hijo, a lo que yo respondí “¡Espérate hijo mío! Te prometo que será lo primero que hagamos cuando llegemos a la orilla.”



Cruz Roja de Myanmar



Cruz Roja de Myanmar

San San Lwin recuerda claramente la última frase que le dijo a su hijo. Era la tempestuosa noche del 2 de mayo, hace más de tres años, cuando un ciclón llamado Nargis asoló el Delta del Ayerawady en Myanmar con una fuerza feroz. Más de 130,000 personas murieron o se encuentran aún desaparecidas, entre ellas el esposo y el hijo de San San Lwin.

Ella sobrevivió.

Durante las siguientes semanas, buscó noticias sobre su familia en muchas aldeas y en todos los tableros de anuncios. Un día, en el punto de distribución de socorro de la Cruz Roja de Myanmar en Labutta, la gerente del centro, San San Maw, divisó a la afligida madre que sufría y la invitó a hablar sobre lo que había pasado. Los minutos que siguieron fueron de gran sufrimiento y agonía, mientras que San San Lwin relataba la historia de aquella terrible noche. Ese primer encuentro fue capturado en video, y afectó a todos quienes lo vieron, aún cuando no podían entener lo que decía San San Lwin, ya que lloraba y hablaba al mismo tiempo.

Jugar, cantar, reír y hablar

La gerente del centro de la Cruz Roja no abandonó a San San Lwin después de eso, sino que la invitó a la oficina a ayudar con distintas tareas, para distraerla del llanto y la constante búsqueda. Se quedaron cerca de San San Lwin, y la invitaron a participar en el programa integral de apoyo psicosocial, que fue implementado por la Cruz Roja de Myanmar luego del desastre, con el apoyo de la FIGR.

Este programa se dirigió a miles de beneficiarios en cientos de aldeas, organizó eventos para estudiantes y comunidades, así como charlas individuales para los sobrevivientes que habían perdido familiares. El programa afectó a los voluntarios y al personal, quienes a menudo estaban también entre los afectados, pero su éxito también radicó en que le permitió a las personas expresar su gratitud por poder volver a jugar, cantar, reír y hablar. Luego de varios meses, la Cruz Roja de Myanmar había recibido solicitudes de parte de



San San Lwin perdió a sus esposo y a su hijo durante el ciclón Nargis. Ha luchado para recuperar una vida en la que pueda mirar hacia el futuro, y no solamente al pasado. Surgió una buena amistad personal entre ella y la gerente local de la Cruz Roja, y ambas han conversado mucho.

monjes, funcionarios locales y maestros de escuela que querían recibir formación psicosocial, ya que todos debían brindar apoyo a sobrevivientes para sanar profundas heridas mentales luego del ciclón.

Alguien con quien compartir

San San Lwin se convirtió en voluntaria de la Cruz Roja, y poco a poco comenzó a sentirse mejor. Aún estallaba en llanto cuando veía fotografías o películas de niños de la edad de su hijo, lo cual le quitaba el apetito y el sueño por muchas noches, pero en general se podía desenvolver por sí misma cada vez más.

Un día, ella conoció a un pescador que había perdido a su esposa e hijos durante el ciclón. Ambos comprendían el dolor del otro. Comenzaron a frecuentarse, y eventualmente comenzaron a vivir juntos. Mediante el apoyo del programa de medios de subsistencia, que también organiza la Cruz Roja, la nueva pareja recibió una lancha para pescar y comenzar una nueva vida productiva. San

San Lwin ayuda a su nuevo esposo con la pesca, y también tiene una pequeña finca con cerdos, lo que le proporciona un ingreso adicional.

Un largo camino por recorrer

Más de tres años después de haberse conocido, las dos mujeres se mantienen en contacto. San San Maw continúa en Labutta, donde ha estado a cargo de brindar ayuda a miles de sobrevivientes en el pueblo y sus alrededores, pero tiene un vínculo especial con su "casi-tocaya". San San Lwin a menudo expresa cuán agradecida se siente, pero no ha olvidado a su familia, no los horrores de esa noche de mayo de 2008. Sin embargo, hace mucho tiempo decidió seguir adelante.

"Trato de no llorar por la muerte de mi hijo. El estar triste no me ayuda. Sé que tengo aún un largo camino por recorrer, pero aún tengo que cuidar de mis padres, y debo vivir mi propia vida", dice.



Entrevista con el Dr Jeyathesan Kulasingam

Por: Francis Markus, gerente regional de comunicaciones, Pekín

P: ¿En su opinión, cuál es el principal logro del Programa de Apoyo Psicosocial en Sichuan?

El que hayamos podido llegar a cerca de 30,000 estudiantes en 20 escuelas, ayudándoles a adaptarse a la situación luego del desastre. Y el que los maestros que hemos capacitado han incorporado las herramientas en su plan de enseñanza regular. Asimismo, el fortalecimiento de las capacidades del personal y los voluntarios de la Cruz Roja China le permitirá a la Sociedad Nacional incluir actividades de apoyo psicosocial en las respuestas futuras.

P: ¿Qué certeza tiene de que la población local realmente se ha apropiado del programa, y de que el mismo perdurará?

La única amenaza para el efecto a largo plazo del programa es la tendencia de las filiales locales a depender del financiamiento externo. Sin embargo los maestros locales y los voluntarios del programa nos han indicado muchas veces que estarían dispuestos

El Dr Jeyathesan Kulasingam con algunos niños en Shifang, en noviembre de 2008, durante una formación psicosocial que se llevó a cabo en salones de clase temporales prefabricados. Todas las escuelas ya han sido reconstruidas, pero la caja de herramientas de APS se ha integrado cada vez más a los planes de estudios.

a tomar iniciativas para continuar, aún sin financiamiento de la Sociedad de la Cruz Roja de China; lo incorporarían a sus programas escolares regulares y conseguirían los fondos de las autoridades o de otros donantes.

P: Las autoridades hacen mucho énfasis en que los estudiantes dejen atrás el desastre y aprecien o sean agradecidos con China - ¿qué efecto tiene esto en la mentalidad de los niños?

Esto es similar al objetivo general del programa de apoyo psicosocial: permitir que los niños se re-adaptan a la situación cambiante. En el programa actual, incluimos un módulo en el que maestros y niños llevan a cabo estas actividades de apreciación centradas en maestros, padres, escuela y nación. Los niños deben poder avanzar y 'recuperarse' readaptándose a la nueva situación. Esta suerte de camino de recuperación les permitirá ser más resilientes, haciendo a los jóvenes más fuertes y más capaces de manejar los retos futuros.

retos futuros.



Q: ¿Cree usted que las necesidades psicosociales del personal y los voluntarios de la Cruz Roja están siendo abordadas?

Aún no, porque el apoyo psicosocial y la mentalidad subyacente aún está evolucionando en China, tal como en muchos otros lugares. Parte del reto que hay en China es que el discurso general del país tiende a hacer énfasis en guardar las apariencias y en 'ser fuerte y no sentir dolor'. De manera que es más difícil contar con un abordaje integral, y el apoyo psicosocial enfrenta un camino cuesta arriba en tanto que la política gubernamental apoya más a la psicología clínica. Mirando lo positivo, el gobierno chino reconoció por primera vez en el 2011 a la salud mental como un área asegurable, lo cual definitivamente constituye un paso hacia adelante. Sin embargo, aún debe hacerse más incidencia en el tema del apoyo psicosocial.

P: Usted ha participado en ocho operaciones por terremotos en todo Asia- en distintos puestos. ¿Le decepciona ver que aún se sigue debatiendo si el apoyo psicosocial es realmente necesario?

Sí, pero el problema es que los resultados no pueden medirse tan fácilmente como la cantidad de tiendas de campaña entregadas. El apoyo psicosocial no es visible como los es un edificio, pero es más importante que la fortaleza de un edificio. Cuando un pescador pierde su lancha y todas las pertenencias en un desastre, el apoyo psicosocial es parte de la recuperación que requiere. No basta con darle una lancha y decir "cuando tenga hambre, pescará". Él necesitará la fortaleza mental para recuperarse, comenzar nuevamente a pescar, construir una nueva vida y creer en el futuro.

El Dr Jeyathesan Kulasingham es un médico originario de Malasia que fue movilizado a Sichuan luego del terremoto como delegado de salud y AP para asistir a la Sociedad de la Cruz Roja de China a fortalecer el amplio



El trabajo continuará después de Nargis

Entrevista con el Dr Hla Pe, Secretario Honorario de la Cruz Roja de Myanmar

Por: Daw Shwe Cin Myint, Jefe de Comunicaciones, Cruz Roja de Myanmar

P: ¿Cómo calificaría usted los efectos del programa psicosocial?

Me gustaría destacar dos cosas: El apoyo psicosocial es una de las actividades de respuesta con la mayor efectividad, y es impresionante. A largo plazo, la Cruz Roja de Myanmar debe fortalecer la capacidad de los voluntarios, especialmente en las áreas propensas a desastres.

P: ¿Y cuál ha sido la retroalimentación de las comunidades?

¡Ha sido increíble! Las comunidades le han dado la bienvenida al programa psicosocial, se han comprometido y han participado desde el inicio.

P: ¿Podría por favor decirnos más acerca del apoyo psicosocial que se brinda actualmente en las áreas afectadas por el ciclón Nargis?

Actualmente apoyamos a los niños, los jóvenes y a las personas de mediana edad que sufrieron traumas a causa del ciclón Nargis. Hemos estado ayudando a los niños a jugar y estudiar; hemos organizado algunas actividades comunitarias para que las personas se ocupen y se comuniquen entre ellos como lo hacían antes del ciclón Nargis. A pesar de que queremos extender el apoyo psicosocial de la Cruz Roja a los ancianos, no hemos tenido éxito aún y tenemos que vencer algunos retos.

P: ¿Las actividades psicosociales continuarán luego de la operación del ciclón Nargis, en vista de que la misma está casi terminando?

La Cruz Roja de Myanmar continuará prestando programas de apoyo psicosocial en todo el país, ya que nos hemos dado cuenta de que es una parte necesaria e integral de la asistencia que se le brinda a los sobrevivientes de un desastre o crisis.



Ståle Wig/Cruz Roja Noruega



Ståle Wig/Cruz Roja Noruega



Desesperación y Dignidad

“Si un hombre es capaz de causar tanto dolor, imaginen cuánto amor podemos crear juntos”. Estas fueron las sabias palabras de Helle Gannestad, una estudiante noruega de 18 años, luego de la doble tragedia que afectó a Noruega el 22 de julio. Dichas palabras encarnan la noble respuesta de una nación que se unió para llorar a los muertos por el estallido de bomba y tiroteo ocurridos en la isla de Utøya. Los voluntarios de la Cruz Roja Noruega ayudaron en el rescate de los sobrevivientes que huían del tiroteo, y luego participaron en la búsqueda de los cadáveres. 40 voluntarios psicosociales estuvieron trabajando cerca de la isla para ayudar a los sobrevivientes y sus familiares, y las filiales locales se movilizaron por todo el país para apoyar a quienes regresaban, así como a otros afectados. La Princesa Heredera y el Ministro de Salud, así como ciudadanos que colocaron flores frente a las oficinas centrales, agradecieron los esfuerzos de los voluntarios. La rosa, que era anteriormente el símbolo de un partido político, se convirtió en símbolo nacional de un país que respondía con dolor, solidaridad y dignidad.



Seguiremos ayudando

Continúa el apoyo a los sobrevivientes, los familiares y otros afectados por el estallido de la bomba y el tiroteo en Noruega. La Cruz Roja Noruega ha jugado un papel vital en el trabajo de socorro, y ahora es tiempo de mirar las lecciones aprendidas y centrarse en las necesidades cambiantes de los afectados, incluyendo los voluntarios y personal de la Cruz Roja.

Por Ayo Degett
Centro Psicosocial de la FICR

Inmediatamente después del estallido de la bomba en el centro de Oslo y del tiroteo de Utøya el 22 de julio, la Cruz Roja Noruega desplegó a ambos lugares a su personal y voluntarios para brindar asistencia. Los equipos de búsqueda y rescate de la Cruz Roja utilizaron sus lanchas para transportar a las personas desde la isla hacia el Hotel Sundvollen en tierra firme, donde también había voluntarios recibiendo y consolando a los sobrevivientes y a sus familiares. En los días siguientes, equipos de la Cruz Roja buscaron en el agua los restos de quienes murieron tratando de huir del pistolero. La señorita Merete Mihle, punto focal para apoyo psicosocial de la Cruz Roja Noruega, no tiene dudas de que aunque no es fácil medir el impacto, el personal y los voluntarios jugaron un papel importante. “Esto

no tiene precedentes, y todos se encontraban profundamente horrorizados y conmovidos, pero pudimos ver el gran impacto que tuvieron el personal y los voluntarios. No todos habían recibido formación en primeros auxilios psicológicos, pero sí contaban con algunas destrezas y conocimientos básicos adquiridos durante su estancia en la Cruz Roja, lo que les permitió brindar asesoramiento para-profesional de gran importancia”, dice. Añade que “Estos acontecimientos definitivamente nos han mostrado que la preparación es importante. Esto incluye la formación en primeros auxilios, que no solamente habilita al personal y a los voluntarios para brindar un importante apoyo, sino que también les ayuda a manejar sus propias reacciones, y a identificar quién de entre ellos mismos pudiera estar en problemas.”

La Cruz Roja Noruega se encuentra sopesando el que los primeros auxilios

psicológicos formen parte obligatoria de la formación para todos los voluntarios y el personal, ya que saben por experiencia que todos los implicados en el trabajo de socorro requerirán herramientas para comunicarse con los afectados de una emergencia. Reconocen que las acciones más tempranas son saludables, aunque puedan parecer extrañas y poco familiares. Puede tratarse de reacciones normales ante situaciones anormales. De hecho, en algunas emergencias el sostener una mano o escuchar a los sobrevivientes o a los familiares puede ser más necesario que desempeñar primeros auxilios ordinarios.

Necesidades cambiantes

La familia Real, el Ministro de Salud, y muchas de las personas afectadas por los acontecimientos han agradecido públicamente la asistencia brindada por la Cruz



Roja. Dicha asistencia no acabó en el hotel. A lo largo del país abrieron sus puertas muchas casas de Cruz Roja para los sobrevivientes y los familiares, incluso para otras personas que sentían la necesidad de reunirse y compartir sus experiencias y pensamientos. Las autoridades pidieron a los voluntarios de la Cruz Roja que formaran grupos de dos con los sobrevivientes y los dolientes cuando éstos visitaron la isla al cumplirse un mes del tiroteo. De acuerdo con Sara Johansson, quien cuenta con una maestría en psicología del trauma y ahora trabaja en el centro de referencia sobre apoyo psicosocial de la FICR, esta fue una buena iniciativa: “A menudo el contacto personal constituye no es óptimo cuando al hablar del apoyo a largo plazo y el seguimiento. A menudo, cuando los titulares se disipan también lo hace el apoyo. El contar tu historia una y otra vez también puede causar mucho dolor, por lo cual la posibilidad de tener contacto a largo plazo con el mismo voluntario puede ser una iniciativa excelente”, dice.

Buena iniciativa

Sara Johansson fue una de las personas a quienes se les solicitó asistir a la Cruz Roja Noruega en el establecimiento del apoyo a largo plazo. Muchos de los sobrevivientes regresaron a sus lugares de origen, y se les solicitó a las filiales locales de la Cruz Roja continuar con el apoyo social en caso de ser necesario, y cuando fuera necesario.

“Uno de los retos es establecer cuán proactivos debemos ser. Al adelantarse y contactar a los afectados sin que ellos nos contacten, ¿estamos brindando apoyo, o estamos siendo una molestia? ¿Cómo hallamos el punto justo, con qué frecuencia debemos hacerlo?”, dice. Utilizando las experiencias que adquirió luego del incendio en una discoteca en Gotenburgo, su ciudad natal, y del tsunami del Océano Índico – donde murieron muchos ciudadanos suecos – así como su formación académica, Sara Johansson compartió algunas de las lecciones aprendidas durante una entrevista telefónica con las filiales locales: “Es importante dialogar con los sobrevivientes, los familiares y los que brindan apoyo. ¿Cuáles son sus necesidades en este momento? Y es importante que nos adaptemos conforme sus necesidades cambien. El apoyo que brindamos no debe encasillar a una persona como “el sobreviviente” por el resto de su vida. Es muy importante infundir

una sensación de normalidad y cohesión social, lo cual a la vez está estrechamente ligado a la promoción de una sensación de dignidad y esperanza”.

Ayudar a quienes ayudan

Un psicólogo noruego lo expresó de manera ligeramente distinta, al declarar a una estación internacional de noticias que aunque el evento nunca desaparecerá de las mentes de quienes estuvieron allí, las reacciones psicológicas al mismo pueden verse reducidas con el transcurrir del tiempo con el apoyo adecuado.

A pesar de que los mayores esfuerzos están dirigidos a ayudar a los sobrevivientes y a los afectados por los hechos violentos, la Cruz Roja Noruega también se preocupa por el bienestar de quienes brindaron apoyo en el trabajo de socorro. Los 560 voluntarios y miembros del personal que participaron serán parte de un programa de seguimiento de un año de duración, en el que se ofrecerán grupos de apoyo como plataforma para discutir sus experiencias y sentimientos, y donde ellos mismos podrán acceder al apoyo psicosocial. La Cruz Roja Noruega también compartirá sus experiencias con otras Sociedades Nacionales que hayan estado en situaciones similares.



Ståle Wig/Cruz Roja Noruega

Olav A. Sæltanes/Cruz Roja Noruega



Kine Eilertsen (izquierda) y Ellen Marie Røed están entre los cientos de voluntarios de la Cruz Roja que brindaron su apoyo en las primeras horas, días y semanas luego del tiroteo y matanza de los jóvenes de un campamento de verano en las afueras de Oslo, la capital de Noruega.

Por: Maureen Mooney

Cubriendo los vacíos tras los terremotos

¿Qué es lo que funciona ahora? y cuál será la prioridad para los siguientes seis meses? En Christchurch, las cicatrices mentales que quedaron tras los repetidos terremotos son de moderadas a severas, pero las autoridades y las agencias intentan abordarlas y aprender de su trabajo para construir una capacidad de respuesta incluso mejor de cara a los desastres futuros.

Entre el 4 de septiembre de 2010 y junio de 2011, el pueblo de Christchurch y la circundante región de Canterbury en Nueva Zelanda, experimentaron tres grandes terremotos y una gran cantidad de réplicas. El segundo gran terremoto, en febrero, causó la muerte de 181 personas, y ha habido 15 réplicas de más de cinco grados en la escala de Richter, y aún continúan sintiéndose. Este desastre en curso ha sido el segundo con más muertes registradas en la historia de Nueva Zelanda, y por mucho el desastre natural más costoso hasta el momento.

La Cruz Roja de Nueva Zelanda, así como muchas otras organizaciones llegaron rápidamente al terreno para asistir a los heridos y a los sobrevivientes. Sin embargo, como suele ser el caso, el lidiar con las

pérdidas, las lesiones, el dolor y la pena durante mucho tiempo, también afectó a quienes brindaban ayuda. Esta situación fue reconocida, por lo cual se hicieron los trámites necesarios para ofrecerles apoyo.

En la Universidad de Massey, en Wellington, el Centro de Investigación en Desastres estableció un grupo asesor en materia psicosocial. Dicho grupo fue integrado por experimentados académicos, quienes pudieron reflexionar acerca de la estrategia y

señalar hallazgos importantes de la investigación basados en la evidencia para que los mismos fueran compartidos con los Ministerios y los Consejos locales. Estos hallazgos también fueron compartidos con grupos de base que operaban en el terreno.

Lo importante fue la disponibilidad, flexibilidad y el proporcionar material basado en la evidencia a quien necesitase información, y el grupo asesor realizó contribuciones tanto a la estrategia como a los materiales de formación y monitoreo.

¿Cuáles son los costos?

Los Ministerios que lideraban los esfuerzos de recuperación, así como los respondedores locales, se preguntaron: ¿Qué es lo que funciona? ¿Cuáles son las prioridades en este momento, y en seis meses? ¿Cuáles son los costos de las intervenciones psicosociales y de salud mental, o cuál sería el costo si estas actividades no se presupuestaran? Las preguntas gozaban de legitimidad y eran serias, ya que las mismas tenían consecuencias para una población afectada

y afligida, y para el bienestar de toda una región. Entonces ¿de qué manera respondimos? Trabajamos juntos para unir nuestro conocimiento y nuestros estudios en una respuesta integral que hiciera intervenciones que fuesen un reflejo de lo que había demostrado mayor efectividad.

A la fecha, el grupo

habla sobre la literatura investigativa pertinente, teniendo en cuenta que la recuperación psicosocial implica el alivio de las dificultades psicológicas de los individuos, familias y comunidades - así como la construcción y el reforzamiento del bienestar social y psicológico. Hemos producido documentos y aportes acerca de las estrategias nacionales y locales.

Las iniciativas deben evolucionar

Desde nuestro punto de vista, la recuperación psicosocial se sitúa en el contexto de muchas dimensiones de recuperación interconectadas como son la cultural, psicológica, social, económica, ecológica y física. Todas estas forman parte de la regeneración de la comunidad.

A medida que los procesos de recuperación psicosocial se desarrollan, las iniciativas psicosociales iniciales deberían evolucionar en conjunto con las necesidades, y así cubrir cualquier fisura en la estructura de respuesta. Por ejemplo, habían surgido centros locales de apoyo, pero el personal requería de más formación para proporcionar el apoyo psicosocial multi-dimensional a las familias e individuos que enfrentaban temas a mayor plazo.



De hizo evidente que los gerentes requerían apoyo y descanso, ya que tenían que responder a solicitudes adicionales, trabajar más horas y en condiciones de trabajo difíciles; niños en situación de riesgo a menudo debían trasladarse, y resultaba crucial que las agencias pudieran darles seguimiento y apoyo.

Para poder abordar todo esto, la planificación debe ser a largo plazo, e incluir apoyo constante y un diseño apropiado del trabajo en todos los equipos, grupos y recursos humanos.

La mayoría lo puede afrontar

A menudo, los recursos son abrumadores, y luego no hay presupuesto para el esfuerzo a largo plazo que requiere la recuperación. El grupo de asesoría se encuentra trabajando para asegurar que estas necesidades a largo plazo se tomen en cuenta y sean cumplidas por las agencias, ya que la evidencia nos dice que la mayor parte de una población afectada podrá afrontar la situación si tienen a su disposición algún tipo de apoyo y ayuda práctica. De igual manera, debe apoyarse de manera continua el empoderamiento comunitario mediante la participación en el proceso de recuperación, ya que el mismo es un aspecto vital del diseño de la recuperación en todos los niveles.

Este apoyo inmediato debe ser efectivo, organizado y presupuestado. Raphael, en 1986, definió este apoyo inmediato como: 'Cuidados básicos, no intrusivos, centrados en escuchar, pero no forzar a hablar; evaluar las necesidades y asegurar que las necesidades básicas sean llenadas; motivar sin forzar buscar la compañía de seres queridos; y proteger de daños mayores.'

Aunque la mayor parte de una población afectada se recuperará con el tiempo, habrá que darle seguimiento a una parte de ella. Esto también debe organizarse como parte del esfuerzo de recuperación.

Reubicar mediante la participación

El grupo de asesoría subrayó y apoyó los cinco elementos efectivos de Hobfoll et al (ver p.18 del artículo). Sin embargo, es necesario no solamente promover estos elementos una vez que ha pasado la fase de respuesta, sino hacer monitoreo y evaluación de lo que funciona. De igual manera, es necesario anclar las actividades en curso en la apropiación local para optimizar la sostenibilidad de la respuesta. La manera en que se aborden los temas prácticos tales como los problemas financieros luego del desastre, vivienda y educación, puede realmente impactar la recuperación. En vista de que algunos suburbios han sido construidos sobre manglares que ahora se encuentran licuificados, las escuelas, barrios y negocios ahora tienen que reubicarse, y el tema central es el uso de la tierra. Se estableció un organismo central para volver a planificar algunas áreas de la ciudad y un intento real de participación comunitaria está en ejecución: actualmente se desarrollan varios talleres comunitarios en el lugar donde se encuentra el plan para el "nuevo pueblo de Christchurch", donde se aceptan sugerencias de la población local.

No basta con explicar

Para lograr un abordaje integral de la recuperación, es necesario que las principales agencias trabajen juntas en muchos ámbitos de pericia: el económico, la construcción, el medioambiental, educación, salud y la ingeniería infraestructural. Sería beneficioso para la recuperación psicosocial que los ámbitos anteriormente mencionados tomen en consideración los factores comunitarios e individuales que existen en sus áreas de intervención.

En Christchurch, los ingenieros civiles se han dado cuenta de que no basta explicar que una casa, una calle o una escuela local ya no son seguras. También tienen que escuchar y consultar a las personas que habitan estas estructuras antes de poder seguir adelante con las reubicaciones. Esto sucede en algunas partes de la región. Un innovador ayuntamiento en Kaipoi coordina a los ingenieros, las agencias de empleo, los directores de las escuelas y al apoyo psicosocial en reuniones de consulta abiertas con la población local para volver a planificar su suburbio.

Tomarse el tiempo

Algunas de las lecciones aprendidas nos dicen que debemos planificar a largo plazo, y no solamente hacer una buena respuesta en la fase inmediata. Debemos realmente poner en práctica y activar el empoderador y colaborativo enfoque de la participación comunitaria durante la recuperación, y debemos incluir dentro del presupuesto la recuperación del bienestar mental de las personas y todo lo que esto conlleva, no solamente la construcción de sus albergues y artículos materiales.

De igual manera, las necesidades en los desastres a menudo son abrumadores, y los conflictos de interés deben ser manejados por un cuerpo de gobierno o de coordinación que medie y que pueda trabajar junto con la población de manera creativa.

La recuperación continúa en Christchurch y Canterbury, así como el trabajo de monitorear, ajustar, proporcionar literatura de apoyo y facilitar reuniones y formaciones. Parte de este trabajo, y que a menudo se deja de lado, es tomarse un tiempo esencial para ver qué está funcionando, qué funcionó y qué se puede mejorar para la próxima adversidad.

Maureen Mooney es psicóloga, y ha trabajado en apoyo psicosocial con la Cruz Roja Francesa y en otros entornos internacionales durante 10 años. Mientras estaba de sabático en su natal Nueva Zelanda, le solicitaron ayuda para analizar cuáles intervenciones psicosociales funcionaban y de qué manera planificar para desastres futuros.

18 Recuperación: hacer o no hacer

Al no existir pruebas de cómo funcionan las intervenciones psicosociales, ¿deberíamos **no hacer nada** para asegurarnos de que no hacemos ningún daño? ¿O deberíamos **actuar** basándonos en las necesidades y de acuerdo con nuestro principio humanitario? **Tal es:**



Leslie Otte Grebst

EL DILEMA PSICOSOCIAL

Por Ferdinand Garoff

La evidencia no es concluyente en cuanto a que una intervención psicosocial dirigida a todos poco después de un evento traumático puede reducir los síntomas e salud mental. Nadie ha probado de manera científica los efectos de alguna intervención tras un desastre o hecho violento masivo.

¿Entonces, debemos no hacer nada?

Si interpretamos de manera estricta nuestro principio de “No Hacer Daño”, no debemos hacer intervenciones que no

tengan un fuerte respaldo de evidencia científica, ya que no podemos estar seguros de que no causaremos daño. Sin embargo, la mayoría de los expertos están de acuerdo en que el no hacer nada conlleva el riesgo de promover una sensación de falta de apoyo social, lo que a su vez puede generar efectos psicosociales negativos.

De manera que es necesario hacer algo, a pesar de la falta de evidencia científica de los efectos de tales acciones. El hacer algo

también va de acuerdo con el imperativo humanitario, que es el derecho de recibir y dar asistencia. De suerte que ¿cómo abordar la situación de no saber exactamente qué funciona y por qué, sabiendo que hacer algo es mejor que no hacer nada?

Existen evidencias claras de que las personas en efecto tienen necesidades psicosociales luego de los desastres y de las situaciones donde hay pérdidas humanas masivas. Asimismo, dentro



del Movimiento de la CRMLR crece el reconocimiento de que debemos responder a esas necesidades. A pesar de que se puede esperar que la psicopatología disminuya de manera significativa en la población general con el pasar del tiempo, algunos grupos mantienen un alto nivel de vulnerabilidad y cargan la parte más pesada de los efectos psicosociales negativos, con sus consecuencias sociales y económicas

Son muy complejos los factores que determinan si el resultado será peor para una persona o para otra, y es muy difícil resumirlos, y aún más medirlos o predecirlos. Los mismos tienen que ver con el hecho en sí, con la manera en que las personas fueron afectadas, con las pérdidas secundarias a raíz del hecho, con la respuesta de la sociedad, los recursos disponibles para la recuperación, la historia personal, los significados que se le atribuyen al hecho, etc. Cada persona se ve afectada de manera distinta y por distintos motivos, por lo que no a todas las situaciones se puede aplicar el mismo modelo de intervención.

El estándar de oro

Algunas investigaciones anteriores han tenido como objetivo establecer un “estándar de oro” que se pueda aplicar de manera universal y que conduzca a mejorar la salud mental para todos. Sin embargo, estos intentos han producido productos insuficientes, tanto con respecto a lo universal de su aplicabilidad como a la falta de evidencia de sus efectos positivos sobre la salud mental.

Los efectos sobre la salud mental no han mejorado de manera confiable, y las intervenciones han resultado ser sensibles ante la influencia de factores relativos al entorno del desastre y de los grupos afectados. Adicionalmente, algunas intervenciones en particular podrían requerir de proveedores con un alto nivel de pericia, lo cual limitaría su aplicabilidad general.

También se reconoce que una gama de situaciones relacionadas y de factores socio-demográficos, tales como el nivel de exposición, o experiencias traumáticas anteriores, podrían influir en los resultados en la salud mental de ciertos individuos o poblaciones.

Por razones como las anteriores, las necesidades psicosociales podrían variar mucho, y por ende también varía la intervención apropiada. Una respuesta diferenciada podría ser la solución a este problema, tal como se describe en la pirámide de intervención que se presenta en las directrices para la salud mental y el apoyo psicosocial del Comité Permanente entre Organismos (IASC, 2007). Dicha pirámide toma en consideración que los distintos grupos reaccionan de distintas maneras, y que los individuos dentro de cada grupo reaccionan de manera distinta. El nivel inferior de la pirámide incluye los servicios básicos y la seguridad que se le proporciona a todos los afectados por una crisis, mientras que el siguiente nivel incluye el apoyo de la comunidad y la familia. Los niveles superiores incluyen el apoyo focalizado, no especializado dirigido a un porcentaje pequeño que requiera ser referido a tratamiento profesional, y el cuidado para trastornos psiquiátricos severos.



Reducir el estrés inicial

Por lo tanto, volviendo a la pregunta y al dilema, podríamos concluir que la búsqueda de una intervención aplicable a todos por igual ha sido inútil. Podríamos decir que también ha sido el caso de la búsqueda de la evidencia de los efectos positivos sobre la salud mental, ya que establecer la relación causal entre un evento y el síntoma particular de salud mental puede resultar difícil, pero es más difícil aún establecer el vínculo entre una intervención y un efecto positivo en particular. Otro abordaje podría ser el pensar en las necesidades psicosociales en otros términos, no solamente en el ámbito de la salud mental.

Las opiniones de los expertos actualmente convergen en torno a los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) como la “intervención aguda preferida”. Los PAP están diseñados para ayudar en el período subsiguiente a un desastre o a un ataque armado de gran escala. El enfoque ya no se centra tanto en abordar el complejo problema de los efectos sobre la salud mental, sino en reducir el estrés inicial causado por eventos traumáticos, y en promover el funcionamiento adaptativo y el afrontamiento, tanto a corto como a largo plazo.

Directrices universales

Sin embargo, los PAP son solo una intervención aguda, y conforme pasa el tiempo después de un desastre nos enfrentamos nuevamente con la contradicción entre el imperativo humanitario por abordar las necesidades psicosociales y el principio de No Hacer Daño que nos indicaría no hacer nada a falta de evidencia. En 2007, Stevan Hobfoll, Profesor y Director del Departamento de Ciencias del Comportamiento del Rush Medical College y sus colegas, llegaron a la conclusión de que es poco probable que la evidencia súbitamente se halle evidencia científica que abarque las diversas



Foto: Otilio Gräbst

circunstancias de los desastres y la violencia de masas, y que es probablemente este problema no desaparecerá en el futuro cercano.

Para sortear este problema, Hobfoll y sus colegas decidieron montar un panel mundial de expertos para extrapolar evidencia de campos de investigación relacionados, y para llegar a un consenso sobre los principios que deben guiar las intervenciones.

Cinco puntos a promover

El grupo identificó cinco principios de intervención fundados en evidencia que deben ser utilizados para guiar y fundamentar los esfuerzos de intervención y prevención en las etapas tempranas y a la mitad del período (de unas horas a varios meses) luego de un desastre o en situaciones de violencia de masas.

Los principios promueven lo siguiente:

- una sensación de seguridad
- la calma
- una sensación de eficiencia tanto de la persona como de la comunidad
- conectividad y
- esperanza

Estos principios presentan la ventaja de que son de fácil comprensión, y por lo tanto pueden servir como principios rectores para la planificación y para la conducción de intervenciones psicosociales.

El énfasis se hace en la resiliencia y la recuperación, más que en la patología, lo cual fomenta el empoderamiento y la eficacia sobre el intervencionismo y utilización de la perspectiva médica. En alguna medida podemos evitar la trampa potencialmente perniciosa de la no intervención por temor a hacer daño mediante la observación de un conjunto de principios fundamentados en evidencia. Estos pueden servirnos de guía en un complejo terreno en el que falta evidencia exhaustiva.

Apegarnos a estos principios también nos permite converger en torno a un consenso fundamentado en principios, y evitar el acalorado debate que rodea a algunas intervenciones o modelos particulares. De esta manera también se puede aclarar el rol del profesional en apoyo psicosocial.

Ferdinand Garoff es un psicólogo finlandés que se ha desempeñado como coordinador de formación en el Centro de Referencia para el apoyo psicosocial de la FICR. En este momento se encuentra redactando su Doctorado, pero sigue como consultor del Centro.



Un gran cambio para un niño pequeño

**Por: Ea Suzanne Akasha,
Delegada Psicosocial, Paquistán**

Ilyas Khan, el Secretario General de la Sociedad de la Media Luna Roja Paquistaní, SMLRP, entrega

un certificado a Huriras Khan como reconocimiento de su participación. El Sr. Khan está a punto de darle unas palmaditas en la cabeza a Huriras, de 12 años, cuando el niño le hace señas: quiere dirigirse a los oficiales, líderes comunitarios, escolares, maestros, voluntarios y personal de programas reunidos.

Huriras es pequeño en estatura, pero su voz se escucha el todo el salón: “Antes de participar en este programa, en mi cabeza escuchaba el sonido de las ametralladoras. De noche y de día, escuchaba el ruido sin pausa. Ahora soy libre para jugar. Antes del programa no podía expresar mi opinión a mis padres, familiares o maestros. Ahora me siento confiado y puedo hablar libremente. Todo esto gracias al programa.”

Huriras está de pie frente a todos los participantes en el taller de Lecciones Aprendidas organizado por la Cruz Roja Danesa. Su declaración toca profundamente a los presentes, y el Secretario General se queda sin palabras durante unos segundos. Se encuentra maravillado – al igual que yo – de que un programa de 20 sesiones que se lleva a cabo en escuelas tenga un impacto tan profundo en las vidas de los escolares, los padres y los maestros.

Me encuentro en un hotel de Islamabad luego de participar en un taller de dos días para los Niños Afectados por Conflictos Armados (NACA), llevado a cabo por la Media Luna Roja Paquistaní y la Cruz Roja Danesa en la región de Swat, al norte de Paquistán. Swat estuvo bajo un régimen muy violento durante más de dos años, por lo que toda la población quedó presa del temor. Los niños se vieron muy afectados por el severo gobierno y los combates, las clases fueron suspendidas y la mayoría de los habitantes del lugar tuvieron que huir debido al secuestro, la extorsión y las amenazas. Durante los meses de los combates más intensos, muchos estuvieron como desplazados internos.

Este taller está diseñado para reunir a todas las partes interesadas para mirar los éxitos, los retos y los resultados del programa. Uno de los resultados esperados es que una gran cantidad de estudiantes ya se han matriculado en las siete escuelas incluidas. Esto ha significado un mayor reto para todos, ya que ahora hay más de 50 estudiantes por clase, lo que hace difícil la dirección de las sesiones. Otro reto – que también es una oportunidad – es que los miembros más viejos de las comunidades le han solicitado al programa que amplíe la escolarización para que ellos puedan ser incluidos.



Ea Suzanne Akasha

El Poder de Brindar Cuidados

Como tributo a más de 1,000 voluntarios que proporcionan cuidados y apoyo emocional, la Cruz Roja de Suráfrica ha lanzado un libro y un DVD que contiene los perfiles de algunos de estos voluntarios, sus opiniones y su impacto. Los voluntarios de todas las partes del país, han llegado a más de 45,000 beneficiarios afectados por pérdidas, enfermedades, violencia, y desastres naturales y causados por el hombre. Cuentan qué los motiva y cómo sienten que han marcado la diferencia.

“Ustedes son la personificación del tema y el evento de hoy, ‘El Poder de Brindar Cuidados’, en virtud de los muchos sacrificios que hacen para cuidar de los demás, de acuerdo con el verdadero espíritu del principio de Humanidad. Ustedes ciertamente son la personificación del primer Principio Fundamental de Humanidad – Ubuntu, Botho – aliviar el sufrimiento humano en todas sus formas”, dijo el Vicepresidente de la SCRSA, Mothibedi Panyane, en el lanzamiento.



Diversión en la tierra de la incertidumbre

Por Petek Akman, psicóloga,
Media Luna Roja Turca

Desde hace ya dos meses he estado llevando a cabo actividades psicosociales en los campamentos que albergan a ciudadanos sirios que han huido a Turquía, y siento que se ha desarrollado un fuerte vínculo entre los residentes de los campamentos y yo. Esta relación, cimentada en la confianza y el amor, probablemente brota de sus percepciones sobre mí. Desde el primer día, ni los niños ni los adultos me han visto como un extraño, sino que me han tratado como parte de su familia. Esto les ha facilitado compartir sus historias, y me ha ayudado a comprender mejor lo que han vivido realmente. Paso cada día con los residentes en diferentes campamentos. Deseo el momento en que entro a un campamento, me rodean los niños. Ya todos me conocen y siempre quieren jugar y pintar. Las mujeres me invitan a sus tiendas y me ofrecen café. También me invitan a Siria y me dicen que me recibirán en casa cuando todo regrese a la normalidad.

Un nuevo lenguaje

ada vez que me reúno con mis amigos sirios, hacemos todos los esfuerzos necesarios para vencer la barrera del idioma. Tratamos de expresarnos utilizando lenguaje corporal, yo digo un par de

palabras en árabe y ellos dicen algunas palabras en turco. Pasan unos momentos, especialmente para los niños, antes de que se den cuenta de que en realidad no les entiendo. Sin embargo, la motivación para comunicarse con alguien que ellos creen les tiene cariño y les puede resolver sus problemas, de alguna manera destruye la barrera del lenguaje. Las mujeres encuentran otras maneras de comunicarse, por ejemplo le abrazan o me besan, y siento que ninguna palabra podría expresar mejor el amor y la gratitud.

Supongo que a los niños les parece divertida la manera en la que hablo y actúo, ya que actúo distinto a los otros adultos a su alrededor. Sin embargo, entienden de manera inmediata mi cariño por ellos, y siempre compiten entre ellos por darme la mano o tomarme de ella.

Un nuevo lugar

Me parece que la adaptación al nuevo entorno es más fácil para los niños. Ellos juegan con sus amigos, corren y hacen bromas. Mientras que sus padres se preocupan por su futuro, ellos ven el sitio como un lugar nuevo por explorar, y se sienten felices pasando todo su tiempo en el campo de juego. Recuerdo lo fascinado



que estaba con el campo de juego un niño acabado de llegar. Lo miraba sin parar al caminar a la tienda. En ese momento, probablemente no estaba pensando en que había dejado su hogar para venir a un sitio lleno de tiendas y personas extrañas, y su única preocupación era cuándo podría ir a jugar.

Las actividades de apoyo psicosocial son un instrumento para normalizar las nuevas condiciones de vida, especialmente para los niños. Por lo tanto, se organizan muchas actividades como pintar, manualidades, teatro, lectura y escritura, que le ayudan a los niños a expresar sus sentimientos. El hogar es el tema más dibujado y mencionado, y son en especial los niños mayores los que expresan añoranza por su hogar y dicen que quieren regresar. Llevamos a cabo actividades psicosociales para cada grupo etario y para personas con necesidades especiales, buscando motivarlos no solamente a pasar su tiempo de manera más eficiente, sino también permitirles adquirir nuevas destrezas e incrementar sus conocimientos. Se ofrecen tanto a jóvenes como a adultos actividades de medios de vida, tales como cursos de costura, manualidades e inglés, así como partidos de algún deporte, grupos de escritura y formaciones sobre higiene y estrés. La formación en manejo del estrés les proporciona una atmósfera segura en la que pueden compartir libremente los sentimientos y pensamientos, y los adultos que requieren asistencia psicológica son referidos a psicólogos y psiquiatras. Además, las actividades de grupo ayudan a establecer los vínculos entre el grupo nuevo, o a fortalecer las relaciones existentes.

Una nueva rutina diaria

Durante el primer mes, los residentes del campamento estaban tratando de adaptarse a las nuevas condiciones de vida. Sin embargo, conforme se iban acostumbrando a vivir en los campamentos, los motivábamos a tomar un papel más activo,

así como ciertas responsabilidades en cuanto a la gestión del campamento y las actividades psicosociales, ya que la participación comunitaria hace a los residentes del campamento sentir que tienen nuevamente control sobre sus vidas, y les permite pasar el tiempo de manera útil.

Los campamentos ahora tienen sus propias rutinas. Luego del desayuno, mientras las mujeres limpian, las niñas acuden a curso de costura, otros niños hacen actividades de teatro, los varones juegan fútbol y los hombres miran la televisión o conversan debajo de un árbol. Luego de la cena, los residentes del campamento se reúnen para tomar café o mirar películas en cines al aire libre.

artículos como kits de higiene, ropa y juguetes, que son distribuidos de manera regular. Funcionan todas las instalaciones esenciales, tales como clínica, jardín de infantes, escuelas, lavandería y barbería. También se cuenta con instalaciones como tienda de campaña psicosocial, campos de juego, canchas de basquetbol y fútbol, para que los residentes vivan de manera un poco más cómoda. Sin embargo, sabemos que un campamento no puede ser nunca como el hogar, y los residentes del campamento expresan su deseo por regresar a sus casas cada vez que converso con ellos. Por ejemplo, los elementos de estrés más mencionados en la formación de manejo del estrés son el clima – ya que hace mucho calor en este época del año – , preocupa-



Ansiando regresar a casa

Dentro de los campamentos, todas las necesidades físicas y psicológicas son resueltas casi de manera inmediata, además de alimentos, leche, comida de bebé y muchos

ción por los seres queridos que se quedaron en Siria, lo que deparará el futuro y más que todo las ansias de regresar a casa. Los residentes del campamento tratan de acostumbrarse a vivir en los campamentos, pero los sentimientos asociados con el hogar, y los pensamientos acerca de regresar, hacen muy difícil el lidiar con la incertidumbre.

EN EL PRÓXIMO NÚMERO: LOS VOLUNTARIOS EN LAS EMERGENCIAS - ¿PUEDEN ELLOS AFRONTARLAS? ¿PODEMOS NOSOTROS AFRONTARLAS?



Ekho Suhadi/Sociedad de la Cruz Roja de Indonesia

Psychosocial Centre

 International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

Socios de
investigación

Y apoyado por

Alojado y asistido por

El Centro Psicosocial de la Federación
Internacional de
Sociedades de la Cruz Roja y la Media
Luna Roja
c/o Danish Red Cross
Blegdamsvej 27
PO. BOX 2600
2100 Østerbro
Copenhage
Dinamarca

Tel: +45 3525 9200
E-mail: psychosocial.centre@ifrc.org
Internet: <http://www.ifrc.org/psychosocial>



 Norwegian Red Cross

 RödaKorset

Danish Red Cross 

 Finnish Red Cross

 Icelandic Red Cross

 croix-rouge française

 Canadian Red Cross

 Japanese
Red Cross Society