

Psychosocial Centre

 International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

AFRONTANDO LA CRISIS

BOLETÍN N° III, 2009

www.ifrc.org/psychosocial

**Asistencia psicosocial
y cambio climático**

**Curando a
través del fútbol**

**“El único lugar
donde nuestras
voces son
escuchadas”**





El cambio climático incrementa la necesidad de asistencia psicosocial 4
Por Hedinn Halldorsson



“El único lugar donde nuestras voces son escuchadas” 6
Asistencia psicosocial a los refugiados iraquíes en Siria
Por Karin Ericksen y Naglaa Rashwan

El cambio climático y sus efectos en el bienestar psicosocial 9
Por Lina Nerlander



“En otros lugares siempre se puede reconstruir...” 11
Entrevista desde Gaza
Por Hedinn Halldorsson

Esperanza, desesperación y transformación 13
El cambio climático y la promoción del bienestar y la salud mental
Por Jessica G. Fritze, Grant A Blashki, Susie Burke y John Wiseman



Curando a través del fútbol 16
Usando el deporte y la actividad física en campañas post-desastre
Por Claudia Stura y Sofian Labbani

Expertos/delegados de asistencia psicosocial

Si usted acaba de empezar como delegado de asistencia psicosocial, ino gustaría hablar con usted! Asimismo, si conoce a otros nuevos delegados de asistencia psicosocial de su región, dígales que se pongan en contacto con el PS Centre para obtener materiales e información. Nuestro objetivo es realizar un mapa actualizado de los delegados de asistencia psicosocial y psicológica de todo el mundo. Regístrese para estar en nuestra lista de contactos y obtener las noticias más recientes sobre asistencia psicosocial. Envíenos un e-mail a: psychosocial.centre@ifrc.org

Editorial: Nana Wiedemann, Hedinn Halldorsson y Carina Sørensen

Foto de portada: Floods in Bangladesh. Photo from IFRC archives.

Descargo de responsabilidad: Las opiniones expresadas pertenecen a los colaboradores y no representan necesariamente las del Centro de referencia de la Federación Internacional para la asistencia psicosocial

¿Le gustaría colaborar? Todas las ideas y artículos son bienvenidos; también los ensayos fotográficos. Puede enviarnos un e-mail a: psychosocial.centre@ifrc.org

Si desea más información sobre el Centro psicosocial (PS Center) y nuestro trabajo, puede visitar: WWW.IFRC.ORG/PSYCHOSOCIAL

Editorial

El impacto humano del cambio climático

Estoy convencida de que muchos de ustedes, igual que yo y mis colegas del PS Centre, son cada vez más conscientes de las consecuencias psicosociales de los cambios climáticos. ¿Qué aspecto tendrá el futuro y cómo afectará a las condiciones de vida de nuestros hijos? ¿Acaso vamos a enfrentarnos a una pesadilla que ni siquiera podemos imaginar?

No hay duda de que los impactos directos del cambio climático provocarán desgarros en el tejido social, tanto a nivel local como a escala mundial, afectando indirectamente a grandes grupos de población que cada vez serán más vulnerables. El futuro augura un rápido crecimiento de la población desplazada, como consecuencia de huracanes e inundaciones. Además, la cada vez mayor variabilidad del clima contribuirá con seguridad a una mayor violencia y al aumento de los conflictos. La población que ya se encuentra en desventaja será la más afectada. Es difícil imaginarse la vida en zonas predispuestas al desastre, siempre temiendo lo peor y sin saber cuándo ocurrirá el próximo desastre. El cambio climático es una amenaza para todos, pero tendrá peores consecuencias para las poblaciones más pobres y vulnerables.

Cientos de personas murieron en las inundaciones del pasado verano, y solo hace unas semanas, un millón de personas fueron

evacuadas debido a las fuertes lluvias que descargó el tifón Morakot en el sudeste de China. Las consecuencias del cambio climático se notan en todas partes, convirtiéndose en una letanía interminable en los noticiarios. A pesar de la creciente atención prestada al cambio climático, pocas noticias tratan sus repercusiones psicosociales. El debate y la literatura mayoritaria se suele centrar demasiado en las consecuencias científicas y económicas, pasando por alto el enorme impacto social que tiene el cambio climático. De hecho, existe la preocupación de un vacío en cuanto a la investigación y la literatura científica, de modo que las consecuencias psicosociales del cambio climático siguen siendo un campo sin investigar.

En este número de Afrontando la Crisis podrán leer una entrevista realizada a un delegado psicosocial en Gaza. Este delegado plantea la siguiente pregunta al lector: "¿Cómo puedes reconstruir tu vida en el aspecto psicosocial si no la puedes reconstruir en lo material?". En un artículo sobre los refugiados iraquíes en Siria, se explica por qué estos acuden a los centros psicosociales, y también encontrarán un artículo sobre el uso del deporte como componente psicosocial en recuperación de desastres. Sin embargo, nuestro tema principal es el cambio climático y la asistencia psicosocial. Esperamos que nuestro



tratamiento del tema incrementa la concienciación y destaque la necesidad de resolver cómo individuos y comunidades pueden llevar a cabo acciones preventivas para preservar el bienestar psíquico en situaciones de desastre. El cambio climático está erosionando los medios de vida, y ello exige una planificación previsora. Dentro de unos meses, en la ciudad de Copenhague (Dinamarca) se celebrará el COP15, la Conferencia de Naciones Unidas sobre el Cambio Climático. Esperamos que en ella se preste una atención adecuada al coste humano y las consecuencias psicosociales, y que estos temas sigan presentes en la agenda tanto en los próximos meses como en años venideros.

Reciban un cordial saludo,

Nana Wiedemann

Nana Wiedemann,
Directora, Centro de Referencia para la Asistencia Psicosocial de la Federación Internacional ■

facebook

¡El PS Centre está en Facebook! Únase a nuestra comunidad online y reciba nuestras últimas noticias y eventos. Solo tiene que buscar PS Centre.

El PS Centre desea agradecer su generosidad y cooperación a:

wealldedit

WeAllEdit.com, que nos ha dado generosamente su permiso para utilizar su software en línea para traducir Afrontando la crisis de manera rápida y eficaz.



La traducción al francés de Afrontando la Crisis ha sido posible gracias a la Cruz Roja Francesa y a la Cruz Roja Belga, mientras que la MENA ha traducido la versión en árabe. Amelia Morales ha contribuido a la traducción en español.

El cambio climático incrementa la ne

Por **Hedinn Halldorsson**

Asesoría de Comunicación del PS Centre

El cambio climático ha sido definido como un multiplicador de los peligros, ya que cataliza una cadena de causas y efectos. Empeora situaciones ya delicadas, pone en riesgo los medios de vida, agranda las desigualdades sociales y amplifica los riesgos de la salud. El cambio climático y sus consecuencias ya están causando preocupación y ansiedad en todo el mundo. Dicha ansiedad puede paliarse mediante la asistencia psicosocial.

Unas 600.000 personas murieron en todo el mundo debido a desastres climáticos en la década de 1990, de las que aproximadamente el 95% pertenecían a países en vías de desarrollo. A menos que se tomen medidas de adaptación, se prevé que el cambio climático doble el porcentaje de personas en riesgo de sufrir hambrunas y otros problemas de salud relacionados hacia el año 2050 (según la OMS). Trece de las 20 ciudades más grandes del mundo se encuentran en zonas costeras, y más de la mitad de la población mundial vive a menos de 60 km del mar.

'Un continuo redoble de tambor'

El cambio climático no es un problema aislado. Bekele Geleta, Secretario General de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, habla de un "redoble de tambor continuo que nos avisa del cambio climático - que todavía, afortunadamente, puede considerarse un 'aviso anticipado'". La investigación en el campo de la salud en relación con el cambio climático se está incrementando, como declara un reciente informe de la OMS, "pero todavía es bastante escasa en relación con la complejidad del tema y la magnitud de los riesgos de salud que podrían derivarse de una respuesta inadecuada". Uno de los campos en los que las consecuencias del calentamiento global todavía no se han tratado adecuadamente es el de la salud mental, aunque cada vez se le presta más atención. Según el Informe de Desastres Naturales de 2008, más de 2.000 millones de personas han sido afectadas en los últimos años por desastres naturales, lo que representa casi un tercio de la población mundial. Asimismo, el Fondo de emergencia para socorro en casos de desastres (DREF) ha crecido casi un 300 por ciento en los últimos cinco años. Los desastres naturales suponen casi el 60 por ciento del dinero otorgado por el fondo.

Efectos masivos sobre la salud

Hace un par de meses, The Lancet

publicó un informe sobre los efectos del cambio climático en la salud, basado en 12 meses de reflexiones e investigación de personal académico. El objetivo era poner al cambio climático en la cúspide de la agenda global sobre la salud. Los modelos teóricos del Panel Intergubernamental sobre el Cambio Climático (IPCC) predicen un incremento medio en el nivel del mar de entre 18 y 59 cm para el año 2100. Las predicciones son muy discutidas: algunos científicos las consideran conservadoras, y otros que se quedan cortas. Sin embargo, el resultado de tal aumento en el nivel del mar tendría consecuencias sin precedentes, y supondría el desplazamiento de millones de personas. Además, como dicen los autores de The Lancet, el calentamiento global pondrá en peligro la seguridad alimentaria y la del agua potable, y ningún país estará a salvo de sus consecuencias sobre la salud. Los autores piden más estudios sobre los efectos de salud para planificar las urgentes acciones necesarias.

La divulgación de la información

Comprender las grandes consecuencias psicosociales, los efectos que provoca perder el medio de vida, el hogar o la vida de familiares, y cómo prestar una asistencia adecuada, es algo esencial. Por tanto, es necesaria más información sobre estos asuntos en particular. Para ello, es necesario proporcionar a la gente las herramien-



tas, conocimientos e impulso adecuados para que puedan recuperar el control de su propia vida, en lugar de ser únicamente las víctimas pasivas del cambio climático. Como se describe en el artículo 'Esperanza, desesperación y transformación': "Cuando la gente puede hacer algo para solucionar un problema, es más capaz de olvidar su ansiedad y desesperación, y adquiere un sentimiento de control". Por tanto, es vital disponer de sistemas de información adecuados, para no causar perjuicios innecesarios.

Reaccionar ante la incertidumbre

Ningún suceso climático puede relacionarse directamente con la progresión a largo plazo del calentamiento global. Sin embargo, el cambio climático ha creado sin duda alguna las circunstancias idóneas para que se den con mayor frecuencia tormentas de gran intensidad. En palabras de Bekele Geleta: "Los desastres que puede desencadenar el cambio climático tienen ahora un mayor potencial de destrucción social y de vidas humanas". En 2007, hubo 960 desastres naturales de gran intensidad, la mayor cifra regis-

Necesidad de asistencia psicosocial



Inundaciones en Haití. Foto de los archivos de la IFRC.

trada hasta la fecha. Más del 90% fueron debidos a condiciones climáticas extremas o a sucesos relacionados con el clima, originando el 95% de las 16.000 muertes registradas.

Relaciones entre violencia y conflictos

Un tema recurrente en este debate es el impacto potencial del cambio climático en los conflictos. Los recursos naturales suelen ser el origen de casi todos los conflictos. Aunque simplificando bastante, algunos han calificado el conflicto de Darfur (Sudán) como la “primera guerra del cambio climático”, es decir, que la raíz del problema se encuentra en los periodos de sequía, que causan desplazamientos humanos a gran escala. Un informe de Care de 2008, que identifica las implicaciones humanitarias más probables del cambio climático para los próximos 20 ó 30 años, declara que el cambio climático está agravando los peligros, haciéndolos más frecuentes, menos predecibles y/o más duraderos.

Los perjudicados

La inquietante realidad de que el

cambio climático afectará a la salud global, es que los más perjudicados son aquellos que tienen menos acceso a los recursos. Estas personas tienen más probabilidad de estar expuestos, y las que sufrirán carencias con mayor seguridad a la hora de adaptarse y afrontar las dificultades. Una de las soluciones sería proporcionar a la gente las herramientas necesarias para gestionar estos cambios. La información proporcionada a las comunidades vulnerables debe incrementarse, deben invertirse recursos en previsión de desastres, y debe reforzarse la capacidad de resistencia de individuos y comunidades. Si no queremos que los más vulnerables queden aún en

peor situación, deben atenderse sus necesidades y debe capacitarse a sus comunidades. Hoy en día se acepta generalmente que la asistencia psicosocial está integrada en las respuestas de emergencia, y es un factor crucial en las mismas. Los amplios efectos del cambio climático, su capacidad de alimentar los conflictos, de amenazar los medios de vida y de desplazar a la población a gran escala, supone, por tanto, un gran desafío para el futuro próximo. El desafío que afrontamos es, por tanto, el de poner de manifiesto la gran importancia de la asistencia psicosocial. ■

Fuentes:

- IFRC. World disasters report 2008. Geneva: IFRC, 2008.
- Munich RE. Natural catastrophes 2007: analyses, assessments, positions. Múnich, 2008.
- Intergovernmental Panel on Climate Change - <http://www.ipcc.ch/>
- World Health Organisation - Climate change and human health <http://www.who.int/globalchange/en/>
- World Health Organisation - Protecting Health from Climate Change: Global research priorities WHO 2009
- Humanitarian Implications of Climate Change: Mapping emerging trends and risk hotspots Care/Maplecroft 2008

“El único lugar donde nuestras voces son escuchadas”

Asistencia psicosocial a los refugiados iraquíes en Siria

Por **Karin Eriksen**, delegada de gestión del programa PSP de la Cruz Roja Danesa y **Naglaa Rashwan**, coordinadora PSP de la zona IFRC MENA y la Unidad de asistencia psicosocial de la Media Luna Roja de Siria

Las risas inundan las escaleras de mármol desde el tercer piso. Unos niños, con las mochilas aún colgando de los hombros, corren ansiosos hacia la sala de estudio, mientras otros cuatro hombres sentados en la recepción beben té, charlan y juegan al backgammon. Este es el escenario que se puede observar cuando se entra al centro social en el Damasco rural, uno de los tres centros que la Media Luna Roja de Siria (SARC) inauguró en 2008, con el apoyo de la Cruz Roja Danesa (DRC). Pronto, el origen de las risas aparece bajando las escaleras: se trata de diez mujeres vestidas con burkas negros, los cuales solo dejan entrever sus ojos. Acaban de salir de la clase de alfabetización.

La lucha de los refugiados

En la actualidad Siria acoge un millón de refugiados iraquíes, los cuales han huido de la guerra en Irak desde el año 2003. Entre 2.000 y 3.000 nuevos refugiados continúan llegando cada mes a Siria, un número que excede en demasía el número de refugiados que regresan a Irak. Se calcula que un 80% de los refugiados reside en apartamentos situados en las áreas suburbanas más empobrecidas del Damasco rural, mientras que el resto se haya repartido en otras principales ciudades de Siria. Los refugiados luchan ahora con las memorias de la guerra de Irak, junto con los efectos de la prolongada vida como refugiados, donde los recursos son rápidamente mermados y las redes de apoyo social inexistentes.

A los refugiados iraquíes les son concedidos permisos de residencia, pero no les es permitido trabajar. Debido a las crecientes limitaciones financieras que los refugiados tienen que afrontar, cada vez más familias comparten apartamentos de dos habitaciones y muchos de ellos optan por vender parte de su comida para poder así hacer frente con sus dificultades económicas.

La historia de Samir

El recuerdo de las atrocidades que siguieron a la guerra de Irak permanece aún vívidamente presente en la mente de muchos refugiados. Samir, un usuario del centro social del Damasco rural, sentado en la cafetería cuenta la historia de cómo conduciendo con su hermano e hija de diez años en Basra, unos hombres armados salieron al paso de su coche y abrieron fuego a través de las ventanas. Samir no recuerda absolutamente nada de los 15 días que siguieron. Se despertó del coma en una cama de hospital donde se le comunicó que ni su hija ni su hermano habían podido sobrevivir al ataque. Samir huyó de su país a toda prisa, llevándose consigo a su familia, a su hermana y a los tres hijos de esta.

La necesidad es alarmante

La historia de Samir no es única. El 75% de los refugiados iraquíes en Siria han perdido a algún familiar cercano y más de la mitad han sido testigos de bombardeos, tiroteos, violencia y persecución, incluyendo amenazas contra sus vidas. Los efectos de estas experiencias son claramente visibles. Depresión, ansiedad, ira, pérdida de confianza en el futuro y un aumento de violencia doméstica son frecuentes. Como un iraquí nos cuenta: “Cuando entro en casa me pongo nervioso, golpeo a mi mujer cuando se olvida de despertarme (para ir a trabajar), después me arrepiento y le pido disculpas”. Las mujeres, en particular, son las mayores afectadas, esforzándose por mantener la familia unida, criando los niños y luchando contra el sentimiento de haber perdido sus vidas. Llorar, suprimir sus sentimientos, ver la televisión para olvidarse de sus problemas, únicamente saliendo de casa cuando la situación en casa se vuelve insostenible, son estrategias habituales entre los refugiados iraquíes. La necesidad de ayuda psicosocial de los refugiados iraquíes es alarmante y crece a medida que su situación económica no hace más que empeorar.

La respuesta de la Media Luna Roja Siria

Como respuesta a sus necesidades, la Media Luna Roja de Siria, apoyada por la Cruz Roja de Dinamarca, inauguró en 2008 tres centros de apoyo psicológico en el área rural de Damasco, Aleppo en el norte



Sarah, an Iraqi volunteer working in rural Damascus Social Centre, reading to the children. Photo by Dy Robin Ahrenkiel El-Tanany / Danish Red Cross.

y Qamishli en frontera noroeste con Irak. Los centros han sido un éxito arrollador desde el día de su apertura en octubre de 2008 y a día de hoy los centros han recibido más de 46.000 visitas por parte de iraquíes y sirios de las comunidades cercanas. Los centros ofrecen una amplia variedad de actividades cuyo elemento base es el apoyo psicosocial, tales como grupos de apoyo psico-educativos destinados a mujeres y hombres, talleres de habilidades para la vida dirigidos a adolescentes y grupos de juegos para niños, con el objetivo de ayudarlos a asimilar sus sentimientos y mejorar su capacidad de recuperación. Talleres de ayuda al estudio están abiertos a los estudiantes para ayudarles con las tareas de la escuela en Siria, y se ofrecen clases de inglés, alfabetización e informática para proporcionar a los adultos nuevas habilidades y conocimientos útiles. Áreas de juego al aire libre y destinadas a la juventud, ofrecen a niños y adolescentes la oportunidad de socializar y jugar con sus compañeros. En la recepción, los voluntarios ofrecen información sobre los servicios disponibles para los refugiados, tales como servicios médicos y comida gratuitos, mientras que en la cafetería los usuarios pueden relacionarse entre sí o hablar con los voluntarios. Los centros también organizan actividades recreativas, donde las familias tienen oportunidad de participar en eventos sociales como celebraciones, excursiones y jornadas de puertas abiertas para las comunidades locales. La multitud de actividades, todas ellas destinadas a diferentes grupos con diferentes necesidades, garantizan que las familias puedan visitar los centros juntas, aunque cada uno trabaje individualmente. Esto hace de los centros un medio efectivo para ayudar a los refugiados, al tiempo que se refuerza la colaboración social en las comunidades iraquí y siria.

“Por eso vengo al centro”

Aunque aún es pronto para medir el impacto de los centros, múltiples indicios evidencian que ya están ayudando a mejorar la capacidad de recuperación y el bienestar psicosocial de los refugiados. Como una de las usuarias de uno de los centros dijo: “La percepción que tengo de mí misma ha mejorado, mi vida ha cambiado... Incluso mi forma de vestir ha cambiado”. Las refugiadas iraquíes viven a menudo prácticamente aisladas y confinadas en sus apartamentos. Para muchas mujeres, los centros son el primer lugar donde han podido relacionarse con otros compatriotas fuera de casa. Una mujer explicaba la diferencia entre estar en casa y en el centro: “En casa me pongo nerviosa



La puerta principal del Centro Social del Damasco rural, en Seiday Zaynab. Esta área es una de las que tiene mayor concentración de refugiados iraquíes. Los adolescentes visitan mucho el centro. Foto de la Media Luna Roja Árabe de Siria

y me estreso, sin embargo aquí me siendo aliviada y segura”. Los hombres hablan sobre el impacto de los centros en su vida cotidiana. Uno de ellos nos explicaba que el centro le hace sentirse otra vez orgulloso de ser iraquí, mientras que otro nos expli-

necesitan ayuda...Por eso vengo al centro”.

El compromiso de los voluntarios

Los centros son dirigidos por las delegaciones locales de la SARC y las actividades de apoyo son desarrolladas por

Con el apoyo del Ministerio de Asuntos Exteriores danés, la Media Luna Roja en Siria y la Cruz Roja Danesa extenderán el apoyo a los refugiados iraquíes en Siria. Este otoño dos centros más abrirán sus puertas en la región noroeste y en Damasco. El programa estará financiado hasta finales de 2011. La SARC y la DRC han cooperado juntas desde 2005. Como consecuencia de la crisis en Líbano en 2006, el principal objetivo de dicha colaboración ha sido el apoyo psicosocial y el desarrollo organizativo. La Media Luna Roja Árabe de Siria también brinda apoyo psicosocial a refugiados iraquíes a través de cinco espacios infantiles y cuatro equipos multidisciplinares puestos en práctica en colaboración con UNICEF.

caba su impresión de no sentirse fuera de su país, sino en su propia casa asistiendo al centro. La preocupación por las reacciones y la alteración del comportamiento de sus hijos está también afectando a los padres y el apoyo que los centros ofrecen a los niños es muy valorado. Una madre nos habla de que sus hijos, en Irak, veían cadáveres de camino al colegio: “Mi hijo fue secuestrado y eso afectó enormemente a mis hijas... Ellas permanecen conmigo en casa, pero

voluntarios iraquíes y sirios. El enfoque de los voluntarios ha sido un factor clave en el éxito de los centros. Como uno de los usuarios expresa: “Los centros son el único lugar donde nuestras voces son escuchadas”. Los voluntarios organizan diariamente las actividades de los centros, juegan con los niños y están disponibles para charlar sobre la vida cotidiana o los problemas de los usuarios. Todo el mundo es recibido con una sonrisa y los voluntar-

¿Su Sociedad nacional presta apoyo psicológico o psicosocial a las víctimas del tráfico de personas?

Uno de los mayores problemas humanitarios de Europa es la nueva forma de esclavitud denominada "tráfico de personas". Mujeres, niños y hombres son vendidos como esclavos. Se les atrae con falsas promesas de trabajo, matrimonio y unas mejores condiciones de vida, pero en lugar de ello se les obliga a ser esclavos, privados de su documentación y de libertad de movimientos, y se les fuerza a practicar la prostitución, la mendicidad, el robo o al trabajo sin remuneración.

Las consecuencias del tráfico de personas son gravísimas. Una de ellas son los perjuicios para su bienestar psicosocial. Estas personas necesitan asistencia psicosocial para ayudarlas en sus momentos de preocupación y dificultad, y para que puedan tener unas relaciones humanas positivas que les ayuden a recuperar su autoestima y a superar la ansiedad y su desesperación.

La oficina de la Zona Europea de la IFRC está trabajando con las Sociedades nacionales para atender las necesidades de las víctimas del tráfico de personas, y está creando una red para toda la Zona Europea, por lo que nos gustaría ponernos en contacto con las Sociedades nacionales que traten el tema del tráfico de personas o que trabajen con sus víctimas mediante actividades psicosociales. Pónganse en contacto con Lars Linderholm, persona de contacto para actividades relacionadas con el tráfico de seres humanos en la Oficina de la Zona Europea de la IFRC en Budapest, en la dirección: lars.linderholm@ifrc.org, o llamando al teléfono: +36 70 953 7729

ios conocen a casi todo el mundo por su nombre de pila. Los niños enseñan a los voluntarios canciones populares iraquíes y las zonas dedicadas a los más pequeños son siempre una burbuja vibrante de colores, canciones y risas. El compromiso de los voluntarios en los centros es un factor clave para el éxito. Sarah, una de las voluntarias iraquíes que trabaja en el Damasco rural dice: "Ayudo porque esta gente está sobrecargada de historias horribles. Lo más importante para los niños es sentirse seguros de nuevo, pero es algo muy difícil cuando uno tiene que huir a un país extranjero. Cuando los niños hablan, no solamente les escucho, sino que puedo entender cómo se sienten". Sara huyó de la guerra de Irak con su madre y su hermano pequeño, después de que su padre fuera asesinado. Los 70 voluntarios iraquíes y sirios que trabajan en los tres centros sociales han sido formados con el apoyo de especialistas locales y regionales en apoyo psicosocial dirigido a la comunidad y en formación especializada en grupos de apoyo, supervisión técnica y gestión.

Desarrollando capacidades

El apoyo psicosocial es todavía un área de trabajo nueva para la Media Luna Roja Siria. Ampliar la experiencia y reforzar los recursos de los voluntarios de la SARC para implementar las diferentes actividades en los centros ha sido esencial. Los expertos locales, la Media Luna Roja Palestina y el coordinador de la zona IFRC MENA han contribuido con su experiencia y han formado voluntarios iraquíes y sirios en sus áreas de especialidad. Para Siria, con su localización geográfica y su tradicional política de fronteras abiertas en situaciones de desastre humanitario, la preparación para afrontar futuros desastres es también un elemento vital.

Para desarrollar la capacidad del personal y los voluntarios de la SARC en el área del apoyo psicosocial, la herramienta principalmente utilizada ha sido el Manual IFRC de Apoyo psicosocial dirigido a la comunidad. Los recursos de formación del IFRC en apoyo social dirigido a la comunidad proporcionan a los voluntarios información actualizada y basada en hechos, así como conocimientos que los ayudan a prestar un apoyo efectivo y profesional. La SARC se encuentra entre las primeras sociedades nacionales del mundo a la hora de formar a sus voluntarios con el nuevo modelo formativo, publicado por el Centro de Referencia para Asistencia Psicosocial de la IFRC. La SARC ha formado recientemente a 45 personas para formar a nuevos voluntarios en los centros, así como para reforzar la capacidad de las delegaciones locales en caso de futuras necesidades de carácter psicosocial. En los próximos años, el desarrollo del potencial del voluntariado continuará a través de cursos, y los voluntarios de los centros recibirán el apoyo de instructores y directores de equipos técnicos.

Tomando té

En la cafetería de uno de los centros del Damasco rural, Samir charla con otros dos usuarios mientras toman té. Están esperando a que sus hijos terminen su jornada de juegos estructurados en grupo y poder así volver a casa para cenar. Samir levanta su taza de té humeante y dice: "Esto significa más para mí que nada que se pueda comprar con dinero... Necesito a alguien con quien poder hablar, si no, esto se hace insostenible". Los voluntarios de la Media Luna Roja de Siria no podrían recibir mejor valoración sobre el resultado de su trabajo. ■



Una niña iraquí en el Centro Social del Damasco rural. Foto de Johanne Brix Jensen / PS Centre.

El cambio climático y sus efectos en el bienestar psicosocial

Por Lina Nerlander

Especialista de salud en el Centro del Clima de la Cruz Roja y Media Luna Roja

¿En qué coinciden el trabajo sobre el cambio climático y la asistencia psicosocial? ¿Cómo se entremezclan ambas disciplinas? ¿Incrementará el cambio climático la necesidad de asistencia psicosocial? Y lo que es más importante, ¿pueden ayudar las herramientas de predicción meteorológica para reducir la sensación de indefensión? Estos son algunos de los asuntos tratados en el siguiente artículo del especialista en Salud del Centro del Clima de la IFRC.

El cambio climático es un problema que afecta a varios campos. Los efectos psicosociales de los desastres naturales son conocidos e innegables, por lo que la Cruz Roja y Media Luna Roja hace un gran trabajo en esta área. El cambio climático provocará una mayor frecuencia e intensidad de fenómenos extremos, y cuando las Sociedades nacionales deban planear cómo gestionar los efectos de estos desastres, deben tenerse en cuenta las necesidades psicosociales.

¿De 'la negación a la desesperación'?

Los efectos del cambio climático azotarán desproporcionadamente a las poblaciones más frágiles, que tienen las mínimas capacidades de adaptación. Este es un desafío que el Movimiento debe abordar necesariamente. En la Conferencia Internacional de 2007, el cambio climático fue reconocido como una de las cuatro áreas principales de trabajo para el Movimiento de la Cruz Roja y Media Luna Roja¹. Las acciones sobre el cambio climático fueron en principio confrontadas con la negación en cuanto a si era 'provocado por el hombre', pero a medida que se han aportado más evidencias, el debate se modificó. Ahora este se centra principalmente en cómo actuar lo mejor posible para evitar un mayor cambio climático en el futuro, y cómo afrontar mejor sus consecuencias. Es esencial que evitemos pasar "de la negación a la desesperación", ya que podemos hacer mucho para limitar las consecuencias humanitarias del cambio climático. Ayudar a la gente a realizar acciones y tomar el control puede ser, en sí misma, una herramienta para mitigar la sensación de indefensión.

Hay importantes áreas que se solapan entre el trabajo sobre el cambio climático y la asistencia psicosocial. El cambio climático incrementará probablemente la necesidad de varios tipos de asistencia psicosocial. Ambas áreas de trabajo deben integrarse en los programas regulares, y ambos campos pueden enseñarse cosas mutuamente en cuanto a las mejores prácticas. El cambio climático también origina nuevos tipos de desafíos para individuos y comunidades, y comprendiendo mejor cómo funcionan las redes de asistencia social, podemos entender mejor

a las comunidades para usar sistemas de alerta temprana, es una manera de hacerlo. También existe una necesidad de evaluar qué aspectos de la vulnerabilidad están relacionados con el bienestar psicosocial de los individuos y comunidades, para saber cómo aumentar su resistencia. Si una comunidad tiene una fuerte red social, será capaz de afrontar los problemas conjuntamente, y es importante estudiar mejor estos aspectos. En las áreas urbanas, las redes sociales y comunitarias son diferentes, y a medida que una mayor proporción de la población mundial



Centro de Evacuados Chishan, Sur de Taiwán. 15 de agosto de 2009. El tifón Morakot provocó en Taiwán las peores inundaciones en décadas. Foto de Pichi Chuang / REUTERS.

cómo reducir la vulnerabilidad dentro de las comunidades.

Redes sociales

Reducir la vulnerabilidad de las comunidades es esencial para abordar los desafíos del cambio climático. Capacitar

vive en ciudades, necesitamos saber más sobre cómo aumentar la resiliencia de dichas comunidades. A nivel individual, los ancianos en comunidades con redes sociales débiles están más expuestos, por ejemplo, a los efectos de las olas de calor,



De izquierda a derecha: (1) Equipo de rescate intentando recuperar a un hombre, arrastrado por la inundación, a medida que tifón Morakot se acerca a Shangai (China) el 1 de agosto de 2009. Stringer/REUTERS. (2) Jeseník nad Odrou (República Checa) 25 de junio de 2009. Equipos de rescate y voluntarios evacúan a una mujer de su casa inundada. Petr Josek/REUTERS. (3) Estado de Amazonas (norte de Brasil), 18 de mayo de 2009. Las inundaciones y corrimientos de tierras tras meses de intensas lluvias desplazan a más de 300.000 personas de su hogar y matan al menos a 44. Bruno Kelly-A Critica/REUTERS.

y también debemos atajar este tipo de vulnerabilidades en el contexto del cambio climático.

Alerta temprana - acción temprana

El concepto de “alerta temprana - acción temprana” describe cómo las predicciones meteorológicas pueden ayudar a planificar desastres como inundaciones o sequías. Las predicciones de cambio climático, como las de posibles



Un pueblo de montaña en el condado de Chiayi, al sur de Taiwán, rodeado de inundaciones tras el tifón Morakot, el 18 de agosto de 2009. Foto de REUTERS.

Las inundaciones, provocadas por las intensas precipitaciones, han provocado muchas pérdidas en todo el mundo en los últimos meses. Este verano, los corrimientos de tierras e inundaciones han sido el peor desastre ocurrido en Taiwán en más de cincuenta años, causando cerca de 500 muertos. Las inundaciones del noroeste de Pakistán han empeorado la crisis de los refugiados que provocaron inicialmente los combates en la región. Estas inundaciones, que han afectado a más de 80.000 personas, han sobrecargado aún más los esfuerzos de las ya vulnerables agencias humanitarias. Lo mismo ocurrió en agosto en Sri Lanka, donde los campos de refugiados resultaron inundados repentinamente. Unas fuertes inundaciones también sembraron el caos en Europa Central en junio de 2009.

sequías en ciertas regiones en las próximas décadas, pueden ayudar a la planificación estratégica a largo plazo, mientras que los pronósticos estacionales pueden ser útiles para la planificación operativa. En la preparación de desastres, dicha información puede permitir a los gestores de desastres la recaudación anticipada de fondos, incluso antes de que el desastre ocurra. Un pronóstico estacional fue útil en la época de inundaciones de África Occidental en 2008. El pronóstico, emitido en mayo, predecía altas probabilidades de precipitación extrema en la zona para los tres meses siguientes. La Federación Internacional lanzó una llamada de emergencia a donantes internacionales, basándose por primera vez en un pronóstico. Ello permitió la recopilación de abastecimientos, el desarrollo de planes de contingencia, la movilización de voluntarios, la alerta a comunidades y la atención a posibles problemas psicosociales (Para otros ejemplos, ver capítulo 3 “atajos temporales” del Informe de Desastres Naturales de 2009 - www.ifrc.org/publicat/wdr2009/).

Una herramienta de capacitación

Con el cambio climático, las comunidades deberán acostumbrarse a vivir con una mayor variabilidad climática. Las experiencias del pasado pueden no ser suficientes para explicar el presente o predecir el futuro. Esta incertidumbre, por sí misma, tiene consecuencias para el bienestar psicosocial, y puede provocar el sentimiento de no controlar la propia vida. Los agricultores ven que sus cosechas se pierden debido a la alteración de los patrones climáticos, y los medios tradicionales de predecir el clima ya no son válidos. Los patrones de precipitación cambian, y pueden inundarse áreas que anteriormente no se habían visto afectadas. Las presentes y futuras herramientas meteorológicas

El Centro del Clima de la Cruz Roja y Media Luna Roja

El Centro del Clima de la Cruz Roja y Media Luna Roja fue creado en 2002 por la IFRC y la Cruz Roja Holandesa. Es un centro de referencia que ayuda al Movimiento a entender y abordar las consecuencias humanitarias del cambio climático y los desastres provocados por el clima extremo. La clave es integrar las cuestiones del cambio climático en los planes y programas regulares, en todas las áreas relevantes, y no considerar al cambio climático en un programa independiente y vertical. El Centro del Clima también trabaja en desarrollo de capacidades, mediación, movilización de recursos, desarrollo de programas y cooperación académica.

nos permitirán predecir algunos de estos cambios con semanas e incluso meses de antelación, permitiendo una planificación y actuación anticipada. Esto puede incluir efectos psicosociales de un desastre inminente, a través de la formación de voluntarios para prestar asistencia. Por sí mismo, el hecho de que personal, voluntarios y comunidades puedan prepararse con anticipación puede ser una herramienta para reforzar la resiliencia y, por extensión, para el bienestar psicosocial. En el trabajo con comunidades, para ayudarlas a mitigar los efectos del cambio climático, el Centro del Clima busca maneras de comunicar, del mejor modo posible, el mensaje de que el clima está cambiando, sin que la población caiga en la desesperación. Esta comunicación debe crearse cuidadosamente, e incluir el mensaje de que las comunidades tienen el poder de abordar el problema. Esta puede ser una de las muchas áreas en las que podemos aprender de la labor realizada en asistencia psicosocial².

Notas:

(1) Esta conferencia reúne al Comité Internacional de la Cruz Roja, la Federación Internacional de Sociedades la Cruz Roja y la Media Luna Roja, las Sociedades nacionales de la Cruz Roja y la Media Luna Roja y a los gobiernos de los países firmantes de la Convenciones de Ginebra.

(2) Ebi KL, Semenza JC: Community-based adaptation to the health impacts of climate change. *Am J Prev Med.* 2008 Nov;35(5):501-7. Review.

“En otros lugares siempre se puede reconstruir...”

Entrevista desde Gaza

Por Hedinn Halldorsson

Zara Sejberg, delegado psicosocial, plantea desde la franja de Gaza la siguiente pregunta: “¿Cómo puedes reconstruir tu vida en el aspecto psicosocial si no la puedes reconstruir en lo material?”. “En otros lugares siempre se puede reconstruir, pero aquí no”. Al describir las circunstancias desde el lugar, la necesidad de asistencia psicosocial resulta muy evidente. Un consorcio de Sociedades de Cruz Roja y Media Luna Roja, liderado por la Sociedad de Cruz Roja de Palestina (PRCS), lleva varios años desarrollando proyectos psicosociales en Cisjordania, y acaba de abrir cuatro centros más en Gaza.

“Ya pasados varios meses desde la guerra, el sentimiento general es de desesperanza. La mayoría de gente considera que la situación es funesta, son pesimistas y, de hecho, creen que va a estallar otra guerra”.

El informe del CICR “Gaza: un millón y medio de personas presas de la desesperación”, publicado en junio de 2009, explica que esta pequeña franja costera está aislada del resto del mundo, y la mayoría de personas se esfuerzan en favorecer el entendimiento, sin poder reconstruir sus vidas. El motivo es la severa restricción del movimiento de personas y mercancías. Hay una grave escasez de agua potable, y hay cortes diarios del suministro eléctrico.

“Debido al cierre, no podemos traer instructores a Gaza. Nos vemos en una situación en la que tenemos nuevo personal con poca experiencia. Hemos trasladado a personal desde el centro que abrimos en primer lugar a los otros tres centros, para que aporten su experiencia”.

Zara cuenta las distintas maneras en que afectan las limitaciones.

“Una de las dificultades es la imposibilidad de traer material de construcción, mobiliario y material de oficina a la franja de Gaza, así que tras el cierre, todo pasa por los túneles entre Egipto y Gaza. En las dos últimas semanas han muerto 12 personas que trabajaban en los túneles. Es un negocio muy lucrativo. Mucha gente está ganando mucho dinero importando cosas a Gaza a través de los túneles. Por eso nos debatimos entre la necesidad de comprar material localmente, sabiendo que personas pobres arriesgan su vida arrastrando materiales a través de los túneles”.

Llegaste a Gaza a principios de julio de 2009, seis meses después de que terminara el conflicto. ¿La situación era mejor o peor de lo que esperabas?

“Había trabajado antes en Cisjordania, pero solo llevo en Gaza un par de semanas. Mis colegas locales dicen que nunca habían visto nada igual. Esta vez, la gente

tiene muchas dificultades para volver a remontar. Intentan regresar a la normalidad, pero para ello necesitan cubrir sus necesidades básicas y acceder a servicios que sencillamente no existen. Queremos prestar un servicio psicosocial de calidad, pero no nos es posible hacerlo. Debido a las limitaciones, no podemos trabajar como podríamos hacer en otras circunstancias. Creo que uno de los factores principales del sentimiento de desesperación es el cierre de fronteras y todas las limitaciones de la vida diaria. La situación está pasando factura”.

¿Cómo afecta exactamente la situación a la población?

“Los principales síntomas que percibo en los adultos son los típicos de la depresión, como desesperanza, dolores físicos, dificultad para la concentración, ansiedad, etc. En niños, apreciamos un riesgo de desarrollar síntomas a largo plazo si no se les presta asistencia. Muchos niños tienen miedo de salir de casa, recuerdos recurrentes, ansiedad, enuresis y





Antecedentes

El 27 de diciembre de 2008, en respuesta a los continuos ataques de cohetes de Gaza al sur de Israel, las fuerzas israelíes llevaron a cabo una operación militar terrestre y aérea en la franja de Gaza. Además de causar daños significativos en infraestructuras y edificios, la operación provocó gran sufrimiento en las personas. Según la Oficina para la Coordinación de Asuntos Humanitarios (OCHA), la operación dejó 1.440 muertos en la población palestina, entre ellos 431 niños y 114 mujeres. Resultaron heridas 5.450 personas. Una evaluación inicial de las necesidades sanitarias realizada por la OMS el 29 de enero de 2009, constató que las operaciones militares habían deteriorado las condiciones de seguridad en Gaza e incrementado los problemas sociales y psicológicos.

Jabaliya, a unos 4 km al norte de la ciudad de Gaza, una de las áreas más golpeadas durante el conflicto. El equipo psicosocial de la Luna Roja Palestina comenzó su intervención inmediatamente después del final de la guerra. Para comenzar, se desarrollaron actividades al aire libre para niños que habían perdido su hogar y que vivían en tiendas, pero hoy existe un centro psicosocial. Foto de la Luna Roja Palestina.

sentimientos de culpa tras perder a un amigo o hermano. Estas circunstancias se expresan, por ejemplo, en actitudes repetitivas. Y, por descontado, hay un aumento de la violencia. En un reciente taller, los niños dibujaron destrucción, “mártires” y cadáveres en posición de enterramiento. Y se les pidió que dibujaran diferentes emociones. Por supuesto, a veces copian unos de otros, pero aun así resulta preocupante que hubiese pocos dibujos “felices”. Los hombres también sienten una gran desesperanza, debido a la alta tasa de desempleo y a la imposibilidad de reconstruir sus casas. Es difícil trabajar con ellos debido a su cultura, en la que el hombre debe ser fuerte. Los ejercicios de relajación practicados en los centros son muy útiles, y muchos adultos lloran cuando asisten a ellos. No de un modo histérico, sino en calma, es su modo de liberar la tensión y el dolor interior”.

¿Qué puedes decirme del personal y el voluntariado de la Cruz Roja y Media Luna Roja? ¿Cómo lo superan?

“Dicen que a veces se sienten tristes, incluso deprimidos, al escuchar todas estas historias. También ellos tienen

sus historias personales. Todos necesitan más oportunidades de desahogarse. Por ejemplo, cuando les pregunté cómo estaban esta mañana a los miembros del equipo de Gaza, ya que sabía que hablarían contigo, incluso dijeron que el simple hecho de preguntar cómo estaban les resultaba de ayuda. La mayoría dicen que lo que les hace seguir adelante es la capacidad de recuperación y la alegría que expresan los niños durante las actividades. Ellos

son la fuente de inspiración y la energía que les hace continuar para ir a trabajar cada mañana. Pero superar lo que han visto esos niños es un gran desafío. Una vez me contaron la historia de un niño de Gaza que llegó a uno de nuestros centros. Había perdido los brazos y las piernas en una explosión. Insistía en jugar a la pelota, y le pedía al monitor que le lanzara el balón hacia la cabeza”.

¿Qué tal los voluntarios y el personal, reciben algún tipo de atención?

“Mi impresión es que no se reconoce la seriedad de la situación, muchos ni siquiera piensan que necesitan asistencia, y siguen trabajando hasta un punto sin retorno, en el que acaban quemados. Ahora hemos empezado las sesiones de asistencia psicosocial para el personal médico, porque era el más afectado, y también planeamos un repliegue del personal de la PRCS y de los voluntarios, para que puedan pasar un día con sus familias relajándose y divirtiéndose junto al mar.

Lo que me impactó nada más llegar fue una excursión con el coordinador de Jabaliya, al norte de la ciudad de Gaza, uno de los lugares más golpeados por los ataques aéreos de enero de este año. Mientras avanzábamos en coche, veíamos hileras de casas totalmente derruidas. Lo que para mí solo eran casas en ruinas, para él eran las casas de personas conocidas. Elevando el tono, hablaba cada vez más deprisa hasta que el conductor no pudo traducir lo que decía suficientemente rápido, y contaba cómo murió esa gente y sacaron sus cadáveres de entre los escombros. Se apreciaba mucho dolor en su voz, y ojalá el viaje hubiese sido más largo para que se hubiese sacado de dentro todo aquello. Entonces me di cuenta de que todo el mundo tenía una historia similar, que mi colega no era distinto al resto de personas con las que trabajo.” ■

Asistencia psicosocial para la población de Gaza

El principal grupo al que se dirige el proyecto son los miembros de la comunidad, y en segundo lugar al personal y los voluntarios de la PRCS. El objetivo es mejorar la calidad de vida de los afectados por el conflicto, mejorar su bienestar y capacidad de recuperación psicológica e incrementar la capacidad de prestar asistencia de la Sociedad de la Media Luna Roja Palestina. El proyecto es desarrollado por las Sociedades nacionales de Cruz Roja y Media Luna Roja de Palestina, Dinamarca, Islandia, Italia y Francia. Los cuatro nuevos centros de Gaza disponen de un coordinador y cuatro psicólogos o trabajadores sociales cada uno. Las principales actividades desarrolladas en los centros son talleres y cursos, asistencia al bienestar emocional, desarrollo personal y capacidades sociales, para mejorar la autoconfianza y los mecanismos para sobrellevar sus síntomas. Los centros también son lugares relativamente seguros para que los niños expresen sus sentimientos a través de juegos, arte, música y deporte.

Esperanza, desesperación y transformación

El cambio climático y la promoción del bienestar y la salud mental

Por Jessica G. Fritze, Grant A Blashki, Susie Burke y John Wiseman

El cambio climático afecta al bienestar psicosocial de varias maneras. Los impactos del clima extremo tienen consecuencias inmediatas en la salud mental, mientras que la continua cobertura mediática del cambio climático y sus consecuencias fomenta el miedo y la ansiedad, afectando al bienestar del individuo. Y además, el cambio climático está causando trastornos en los lazos sociales y en los factores ambientales que favorecen la salud mental.

Existen tres áreas de preocupación creciente en lo referente al cambio climático y su relación con la salud mental. En primer lugar, es muy probable que los impactos directos del cambio climático, como los fenómenos climáticos extremos, tengan consecuencias inmediatas en la salud mental. En segundo lugar, la población vulnerable empieza a experimentar trastornos en los factores sociales, económicos y ambientales que favorecen la salud mental. Por último, cada vez se comprenden más las maneras en que el cambio climático, en tanto que supone una amenaza medioambiental global, puede crear ansiedad sobre el futuro.



Víctimas de la inundación rescatadas y transportadas en barca por las calles principales, Bangladesh. Foto de los archivos de la IFRC.

Impactos mentales inmediatos del cambio climático

Gran cantidad de datos demuestran que los fenómenos climáticos extremos pueden producir consecuencias psicológicas asociadas a las pérdidas, trastornos y desarraigos, así como otros impactos acumulativos sobre la salud mental derivados de la exposición repetida a desastres naturales^{1,2,6}. Los impactos sobre la salud mental varían según el tipo, la brusquedad y las dimensiones de la catástrofe, y según el contexto social, histórico y cultural en el que se esta se produce⁷. Independientemente de las variantes culturales e individuales en los diferentes países, la población siempre muestra unos

patrones comunes de respuesta psicosocial a los desastres³. El estrés traumático agudo es la respuesta más común después de un desastre, y sus síntomas persisten una vez restablecidas las condiciones de seguridad y protección⁸. Algunos supervivientes siguen experimentando estrés post-traumático crónico (PTSD), así como otros problemas relacionados con el estrés, como aflicción, depresión y ansiedad⁹. Los niños suelen mostrar dificultades más severas que los adultos¹⁰.

El impacto del cambio climático en los factores sociales y económicos que determinan la salud mental

Mientras algunas comunidades están más expuestas a los impactos del cambio climático en función de su ubicación (por ejemplo, áreas costeras) otras tienen una capacidad de adaptación limitada debido a la pobreza, a la baja fiabilidad de los servicios e infraestructuras y a la dependencia económica de sus vulnerables ecosistemas¹². Algunas comunidades son vulnerables por ambos motivos, y es en estas comunidades donde es más probable que los efectos económicos y sociales del cambio climático sean más severos.



Inundaciones en Bangladesh. Foto de los archivos de la IFRC.

Exclusión social y efectos del desplazamiento

La exclusión social es la falta de conexión multidimensional con las actividades de la comunidad en general, y conlleva una falta de participación económica, social y de acceso a los servicios¹³. Además de sus efectos sobre dicha participación económica, es probable que el cambio climático provoque una fractura de las redes sociales y de la cohesión comunitaria, mediante un desplazamiento cada vez mayor de las comunidades vulnerables, debido a una emigración tanto económica como forzada.

No hay duda de que tanto los efectos del cambio climático a largo plazo como los asociados a fenómenos climatológicos extremos provocarán el desplazamiento de grandes grupos humanos, probablemente las comunidades que ya son vulnerables. Se prevé que el efecto conjunto de los fenómenos climatológicos, el aumento del nivel del mar, la destrucción de las economías locales, la escasez de recursos y los conflictos asociados,

desplazará a millones de personas de todo el mundo en el próximo siglo. La cifra más barajada en las previsiones de desplazamiento de personas debido al cambio climático es de 200 millones para el año 2050^{14,15}.

Los impactos negativos en la salud mental de la migración forzada son muy significativos, aunque varían en gran medida según las circunstancias individuales¹⁶. La pérdida de conexión con un lugar y el sentimiento de desarraigo asociados al desplazamiento también pueden socavar la salud mental¹⁷. La mayor exposición a la discriminación cultural y racial en las comunidades receptoras también es un factor de riesgo. Este riesgo es mayor si los inmigrantes son considerados una amenaza cultural o unos competidores por los recursos naturales y económicos, cosa probable en caso de modificaciones climáticas¹⁵.

Exposición a la violencia

En este punto, existen visiones controvertidas sobre si existe una relación directa entre el cambio climático y los conflictos violentos¹⁹. En cualquier caso,

Bibliografía:

1. Few R: Health and climatic hazards: framing social
2. Halpern J, Tramontin M: Disaster Mental Health: T
3. Weiss M, Saraceno B, Saxena S, van Ommeren M: M
4. Raphael B: When Disaster Strikes: How individuals
5. Peek LA, Mileti DS: The history and future of disaster
6. Myers D: Disaster Response and Recovery: A handbook
7. Ozer E, Best S, Lipsey T, Weiss D: Predictors of post
8. Silove D: The best immediate therapy for acute stress
9. Silove D, Steel Z: Understanding community psych
10. Kuo C, Tang H, Tsay C, Lin S, Hu W, Chen C: Prev
11. Reser J: The experience of natural disasters: psych
12. Brooks N: Vulnerability Risk and Adaptation: A co
13. Saunders P, Naidoo Y, Griffiths M: Towards New I
14. Brown O: Migration and Climate Change Geneva:
15. Myers N: Environmental Refugees: An emergent se
16. Bhugra D: Migration and mental health. Acta Psych
17. Fullilove M: Psychiatric implications of displacem
18. World Health Organisation (WHO): World Report
19. Nordas R, Gleditsch N: Climate change and conflict
20. Barnett J, Adger N: Climate change, human securit
21. Hendrix C, Glaser S: Trends and triggers: climate,
22. Eckersley R: Nihilism, fundamentalism or activism

es probable que el cambio climático reduzca la seguridad de la población por el mejor acceso a los recursos naturales esenciales para el sustento... del modo de vida²⁰. La mayor competencia por recursos escasos, especialmente el agua, se ha visto relacionada en el pasado con conflictos¹⁸, y migraciones forzosas.

Problemas emocionales relacionados con la percepción del cambio climático como amenaza global

El impacto del cambio climático en la salud mental a largo plazo procede de la cada vez mayor conciencia de la población sobre los peligros globales del cambio climático, y no de las experiencias reales sufridas. A medida que la gente percibe cómo avanza el cambio climático, este tiene más probabilidad de afectar a su bienestar social y emocional. Hay una relación compleja entre el cambio climático y la percepción que tiene la gente sobre el mismo, y con su respuesta a la amenaza medioambiental. Desde el punto de vista psicológico, es probable que los sentimientos y pensamientos que provoca tal amenaza sean “gestionados” mediante sistemas adaptativos de protección de la motivación, y modificados mediante la comparación social

con otros individuos y la exposición selectiva a la información¹¹.

Sin embargo, para muchas personas, las emociones resultantes suelen ser la angustia y la ansiedad. La gente puede sentir miedo, tristeza, depresión, indefensión, desesperanza, frustración, ira y aturdimiento. A veces, si la información que reciben sobre el cambio climático es demasiado inquietante, y las soluciones parecen demasiado complicadas, la gente puede optar por la solución de negar el problema.

El impacto psicosocial del cambio climático como fenómeno global también tiene un aspecto relacionado con la edad. Los niños y jóvenes que crecen con un futuro incierto en el que no tienen capacidad de decisión, pueden experimentar la amenaza del cambio climático de modo muy distinto a sus padres y abuelos.

Salud mental y cambio climático: implicaciones y desafíos políticos, prácticos y de investigación

Reducir los impactos sobre la salud mental del cambio climático exige una base sólida de investigación. La investigación debe dar respuesta a cuestiones esenciales, como cuáles son los principales factores de fomento de la salud mental y las implicaciones de los escenarios más probables de cambio climático. ¿Qué implicaciones hay para zonas deter-

minadas y para los grupos de población más vulnerables y excluidos? Y por último, ¿cuáles son los efectos clave para la promoción de la salud mental de las estrategias propuestas de adaptación y mitigación del cambio climático?

Cambio climático, esperanza, desesperación y transformación

A largo plazo, la esperanza y la moral de la población respecto al cambio climático está íntimamente relacionada con el fomento de la salud mental. Para que las comunidades sean menos pesimistas respecto al futuro, es necesario tener una comprensión realista de lo que significa el cambio climático y lo que podemos hacer al respecto. En un momento en el que las predicciones de nuestros científicos más reputados son cada vez más catastrofistas, el personal implicado en la promoción de la salud mental debe prestar gran atención a la relación entre evidencias, esperanza y acción.

Extracto del artículo publicado en *The International Journal of Mental Health Systems* en septiembre de 2008. El artículo completo puede consultarse en: <http://www.ijmhs.com/content/2/1/13> ■

research on vulnerability, response and adaptation. *Global Environmental Change* 2007, 17:281-295.

theory and practice Belmont, CA: Thomson; 2007

Mental health in the aftermath of disasters: consensus and controversy. *Journal of Nervous and Mental Disease* 2003, 191:611-5.

s and communities cope with catastrophe. Nueva York: Basic Books, 1998.

ter research. In *A Handbook of Environmental Psychology* Edited by: Bechtel RB, Churchman A. Nueva York: John Wiley; 2002:511-524.

book for mental health professionals Washington, DC: Department of Health and Human Services; 1994.

t-traumatic stress disorder and symptoms in adults: a meta-analysis. *Psychological Bulletin* 2003, 129:52-73.

ss is social. *Bulletin of the World Health Organisation* 2003, 83:75-6.

osocial needs after disasters: Implications for mental health services. *Journal of Postgraduate Medicine* 2006, 52: 121-125.

valence of psychiatric disorders among bereaved survivors of a disastrous earthquake in Taiwan. *Psychiatric Services* 2003, 54:249-251.

hological perspectives and understanding. In *International Perspectives on Natural Disasters: Occurrence, mitigation, and consequences* Edited by: Stoltman
emic; 2004:369-384.

conceptual framework. Working Paper 38 Norwich: Tyndall Centre for Climate Change Research, University of East Anglia; 2003.

indicators of Disadvantage: Deprivation and social exclusion in Australia Sydney: Social Policy Research Centre, University of New South Wales; 2007.

International Organisation for Migration; 2008.

security issue, 13th Economic Forum, Praga; 2005.

hiatrica Scandinavica 2004, 109(4):243-258.

ent: contributions from the psychology of place. *American Journal of Psychiatry* 1996, 153(12):1516-1523.

ct on Violence and Health. Geneva: World Health Organisation; 2002.

. *Political Geography* 2007, 26(6):627-638.

ty and violent conflict. *Political Geography* 2007, 26(6):639-655.

climate change and civil conflict in Sub-Saharan Africa. *Political Geography* 2007, 26(6):695-715.

n: three responses to fears of the apocalypse. *The Futurist* 2008, January/February:35-39.

Curando a través del fútbol

Usando el deporte y la actividad física en campañas post-desastre

Por **Claudia Stura**, coordinadora del proyecto, y **Sofian Labbani**, directora del proyecto en el ICSSPE (Consejo Internacional de Ciencias del Deporte y Educación Física)

¿Qué tienen en común unos chicos que practican karate en Bam, otros montando a caballo en Beslán, o un equipo de voleibol femenino de Darfur? Todos se benefician de los recientes programas psicosociales deportivos, destinados a mitigar los sentimientos de ansiedad, aflicción y desesperanza psicosocial derivados de conflictos armados y desastres naturales. La facilidad de aplicar programas de deporte y actividad física en distintos entornos culturales, la capacidad de llegar a grandes grupos de personas y el poder unificador del deporte, amplían el ámbito de intervención en el campo humanitario y en el contexto de la asistencia psicosocial.

El uso del deporte y de la actividad física en programas psicosociales, como herramienta para aliviar los efectos traumáticos en poblaciones afectadas por desastres, gana cada vez más reconocimiento, debido a un abandono de las estrategias unidimensionales y en favor de otras más holísticas e integrales. Existen varios ejemplos de éxito de programas recientes. La Liga Infantil ha desarrollado programas en el norte de Uganda, utilizando el fútbol para reintegrar en la comunidad a los niños de las zonas afectadas por el conflicto. En Zambia, la organización Grassroots Soccer lleva a cabo varias actividades que permiten a los jóvenes aprender cómo llevar una vida sana. El deporte puede jugar un papel importante para ayudar a las víctimas de desastres, especialmente en las primeras etapas de actuación. Ayuda a superar los traumas y a gestionar el estrés, y supone un modo inigualable para atender las necesidades psicosociales.

Un terreno seguro

El deporte y la actividad física puede atender tanto las necesidades sociales como psicológicas, de manera moderada y no intrusiva; puede ayudar a evaluar, expresar y resolver de manera no verbal las dificultades de los afectados por los desastres. Ello es posible gracias a la posibilidad de resolver los problemas de una manera menos violenta, cosa que no podrían hacer en otra situación. Dado que, después de un gran desastre, los problemas se manifiestan

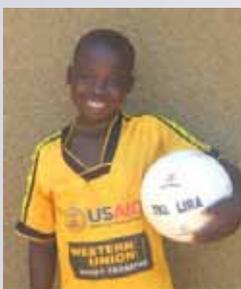
principalmente en las relaciones sociales y el comportamiento, la actividad física proporciona breves periodos de relajación, y el deporte en equipo tiene la capacidad de alejar la atención de las experiencias de pérdida y recuperar una sensación de seguridad y estructura en un terreno neutral y seguro.

en un entorno de desastre pueden influir positivamente en la mejora de la capacidad de recuperación, facilitar la estabilización emocional y social, y la adquisición de nuevas aptitudes y capacidades.

Dado que la reconexión social (el restablecimiento de las relaciones con los semejantes y la apertura de nuevas oportunidades de autoexpresión) es crucial para



Samuel, de 14 años, es de Kitgum (Uganda). Fue secuestrado por los rebeldes en 2003 y pasó más de un año en la selva. Samuel fue entrenado para ser soldado, participó y fue testigo de atrocidades. Pudo escapar en 2005. Samuel era solitario y no tenía amigos. Se unió a la Liga Infantil y terminó caminando 10 km diarios para jugar al fútbol. Samuel ha tenido sus primeros amigos y contactos sociales gracias al deporte. En su tercer partido, marcó un gol y le abrazaron por primera vez en su vida.



Robert, de 12 años, es de Lira (Uganda). Fue secuestrado por los rebeldes en 2003 y escapó en 2006. Tenía pesadillas horribles. Se unió a la Liga Infantil ese mismo año y ahora puede dormir de un tirón. Su sueño es jugar a fútbol contra Brasil.

Foto: The Kids' League / T- Dudley

Creando confianza

Los beneficios sociales, incluso en los contextos más graves, incluyen el fomento de espíritu de equipo y la creación de confianza. Los programas de deporte y juegos

el desarrollo de los mecanismos para sobrellevar los síntomas, muchos programas psicosociales están introduciendo programas y actividades físicas para niños en situaciones de emergencia.



El pronto restablecimiento de actividades culturales, como juegos y otras actividades físicas, puede suponer una contribución inmediata a la estabilización de la situación.

Respondiendo a una necesidad

La necesidad de un seminario de formación para profesionales sobre cómo aplicar programas deportivos en situaciones post-desastre es cada vez más evidente. Por tanto, el Consejo

Internacional de Ciencia Deportiva y Educación Física (ICSSPE) ha desarrollado un paquete formativo integral para el personal de intervención desastres, con la intención de dotarles de las capacidades y conocimientos necesari-

os para organizar programas deportivos y de actividad física en las primeras fases de intervención. ■

El Consejo Internacional de Ciencia Deportiva y Educación Física (ICSSPE)

El Centro de Referencia para la Asistencia Psicosocial de la IFRC y el ICSSPE están trabajando en una mayor colaboración para el futuro. El Consejo Internacional de Ciencia Deportiva y Educación Física tiene como actividad principal la promoción y comunicación de los resultados y descubrimientos realizados en el campo de la ciencia deportiva y su aplicación práctica en contextos culturales y educativos. El ICSSPE aporta los conocimientos de sus expertos y facilita el intercambio de información entre sus miembros y socios, organizando y dando publicidad de conferencias y seminarios en sus publicaciones y su sitio web. Actualmente el ICSSPE está formado por 320 organizaciones e instituciones. En 2008 celebró su 50º aniversario. El Consejo lleva trabajando las últimas cinco décadas para alcanzar una mayor concienciación sobre los valores inherentes al deporte, la actividad física y la educación física en todo el mundo, contribuyendo a la paz y al desarrollo social sostenible, creando lazos y fomentando la tolerancia.



"El deporte en la intervención post-desastre. Tercer seminario internacional"
2-8 de noviembre de 2009, Rheinsberg (Alemania)

Este seminario aborda temas como la psicología en intervenciones de emergencia, la enseñanza y el aprendizaje en zonas de crisis, actividades y juegos inclusivos, los aspectos culturales de la actividad física, las dificultades de la actividad física en una zona en crisis, aspectos de la cooperación civil-militar y ejemplos de buenas prácticas. Los participantes también recibirán formación sobre cómo formar a otras personas en la aplicación de programas deportivos y de actividad física en su trabajo humanitario. Para más información e inscripciones, visite: www.icsspe.org.

Psychosocial Centre



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

El Centro de referencia para asistencia psicosocial (PS Centre) fue inaugurado en 1993 y funciona como delegación de la Federación Internacional de las Sociedades de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, albergado por la Cruz Roja danesa y con sede en Copenhague, Dinamarca. Su función principal como "Centro de Excelencia" es desarrollar conocimientos de importancia estratégica y las mejores prácticas que servirán de referencia en operaciones futuras de la Federación y las Sociedades nacionales.

El centro fue establecido para fomentar, guiar y reforzar las iniciativas de asistencia psicosocial desarrolladas por las Sociedades nacionales de la Cruz Roja y la Media Luna Roja a nivel mundial. El Informe sobre política de asistencia psicológica de la Federación Internacional, adoptado en mayo de 2003, sentó las bases de la intervención de la Cruz Roja y la Media Luna Roja en operaciones de respuesta ante situaciones de emergencia y en la implementación de programas de desarrollo a largo plazo. Dentro de esta política, la responsabilidad del PS Centre es canalizar la asistencia psicosocial en todas las Sociedades nacionales. Tal como se establece en la consulta sobre centros y redes de la Sociedad Nacional delegados por la Junta de Gobierno de la Federación Internacional en marzo de 2007, el centro aporta una estructura potencialmente flexible y creativa para desarrollar y divulgar los conocimientos técnicos adquiridos.

Socios de investigación:



Alojado y asistido por:



Y asistido por:



Federación Internacional

Centro de referencia para asistencia psicosocial

c/o Danish Red Cross
Blegdamsvej 27
Postbox 2600
2100 Østerbro
Copenhague
DINAMARCA

Tel: +45 3525 9200

E-mail: psychosocial.centre@ifrc.org

Internet: <http://www.ifrc.org/psychosocial>



Los Siete principios fundamentales

Proclamados en Viena en 1965, los Siete principios fundamentales vinculan la labor de las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, el Comité Internacional de la Cruz Roja y la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y la Media Luna. Garantizan la continuidad del Movimiento de la Cruz Roja y la Media Luna Roja y su trabajo humanitario.

Humanidad

El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, nacido con el deseo de prestar asistencia sin discriminación a los heridos de los campos de batalla, se afana en su labor internacional y nacional, para prevenir y aliviar el sufrimiento humano allí donde pueda encontrarse. Su objetivo es proteger la vida y asegurar el respeto por el ser humano. Promueve el entendimiento mutuo, la amistad, la cooperación y la paz duradera entre todos los pueblos. Lea más acerca del principio de Humanidad.

Imparcialidad

La Cruz Roja no hace ninguna discriminación respecto a nacionalidad, raza, creencias religiosas, clase social u opiniones políticas. Se esfuerza por aliviar a las personas que sufren, guiándose solo por las necesidades de aquellas, y dando prioridad a los casos más urgentes. Lea más acerca del principio de Imparcialidad.

Neutralidad

Para continuar contando con la confianza de todos, el Movimiento no tomará partido por ningún bando en enfrentamientos ni entrará en controversias de índole política, racial, religiosa o ideológica. Lea más acerca del principio de Neutralidad.

Independencia

El Movimiento es independiente. Las Sociedades nacionales, aunque son auxiliares a los servicios humanitarios de sus gobiernos y están sujetas a las leyes de sus respectivos países, siempre deben mantener su autonomía de modo que sean capaces en todo momento de actuar de acuerdo con los principios del Movimiento. Lea más acerca del principio de Independencia.

Servicio voluntario

Se trata de un movimiento de ayuda voluntaria sin ningún tipo de ánimo de lucro. Lea más acerca del principio del Servicio voluntario.

Unidad

Solo puede haber una Sociedad de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja por país. Debe estar abierta a todos y debe desarrollar su labor humanitaria en su territorio. Lea más acerca del principio de Unidad.

Universalidad

El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, en el que todas las Sociedades tienen el mismo estatus y comparten las mismas responsabilidades y deberes para ayudarse unas a otras, es mundial. Lea más acerca del principio de Universalidad.