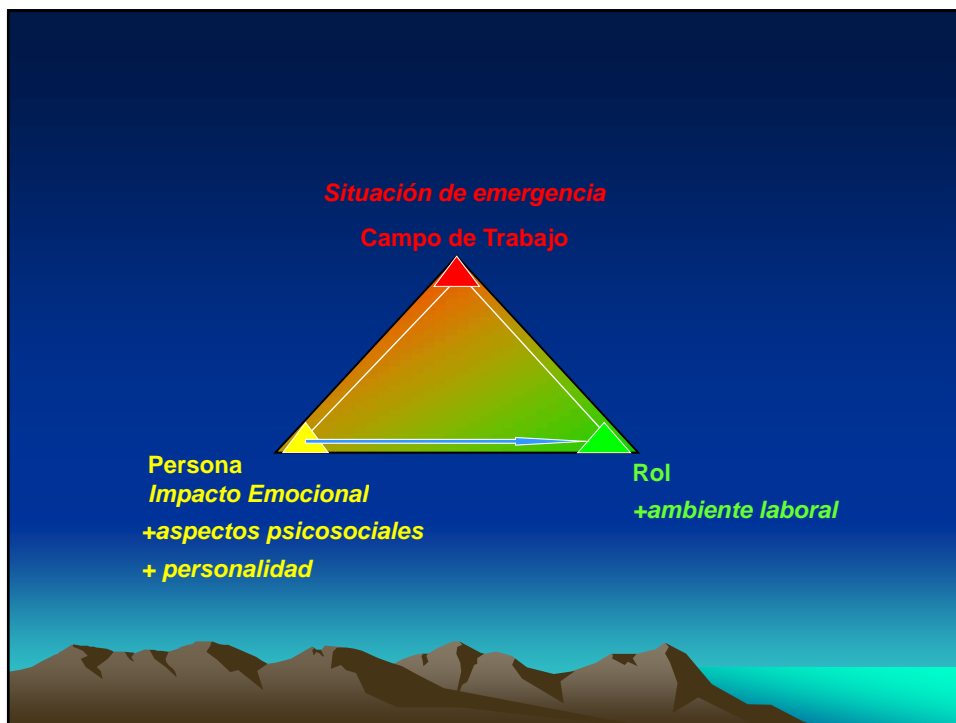


# El impacto cotidiano de la Tarea en el equipo de emergencias

Dra. Susana M. Sainz Universidad Nacional de Rosario

2° Encuentro Latinoamericano de Psicología en Emergencias y  
Desastres; "Latinoamérica, escenario de gestión en emergencias  
y desastres".  
Chile 3, 4 y 5 de Dic./2009



### PERFIL DEL ROL DEL TRABAJADOR DE EMERGENCIAS

- Tarea técnica, inmediata; con funciones y límites definidos. Organización clara, con entrenamiento permanente, para manejar la situación y los riesgos.
- El riesgo y la muerte son parte del trabajo cotidiano.
- Víctimas de 3º nivel: servicios de rescate y cuidados físicos.
- 3 factores que producen impacto: -Pérdida de personal.  
-Estímulos traumáticos -Fracaso de la misión.

### PERFIL DEL ROL DEL TRABAJADOR DE EMERGENCIAS

- Reacciones **durante**: físicas/fisiológicas en su mayoría
- **después**: psicológicas
- **Sintomatología** del emergencista: diferente del damnificado, por función y capacitación. Sin embargo, el Impacto Emocional suele ser similar.
- Habitual en grandes desastres: la *hiperactividad*.
- Excepcionalmente: por "proximidad psicológica" puede quedar *paralizado*.

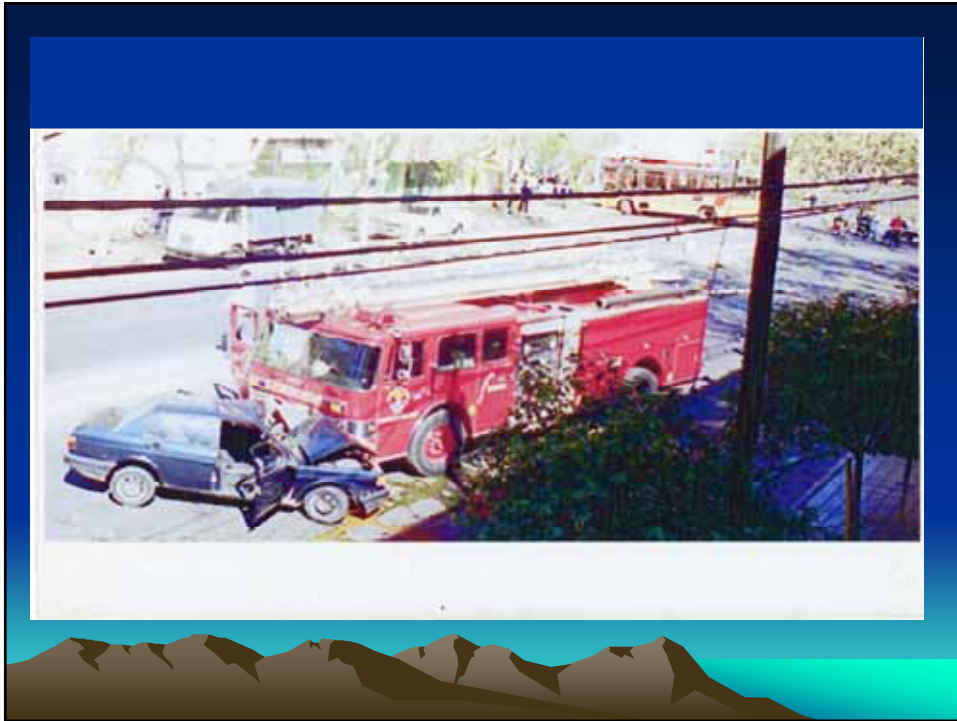
### SEMIOLOGÍA DEL ESCENARIO

- Insuficiencia de información previa .
- La sorpresa (situación inesperada).
- Incertidumbre (en la escena).
- Falta de recursos en el lugar.
- Agresiones y robo a ellos.
- Pérdida de personal.
- Falsa emergencia.
- Contacto agudo con la muerte.
- El Entorno .

### Impacto emocional

- **Fuerte repercusión psico-bio-social**
- **producida por una emoción intensa y breve**
- **Generada por una *situación significativa* para el sujeto y/o grupo humanos**
- **Con manifestaciones:**    -psíquicas;  
                                  - neurofisiológicas;    - interaccionales
- **Incide NEGATIVA o POSITIVAMENTE en funciones:**  
                                  - adaptación corporal; - comunicación social  
                                  - registro cognitivo.

II Encuentro Internacional de Psicología en Emergencias y Desastres  
Santiago de Chile, Diciembre 2009



II Encuentro Internacional de Psicología en Emergencias y Desastres  
Santiago de Chile, Diciembre 2009



## Estrategias de Afrontamiento

### (Espontáneas) INDIVIDUALES:

- Proyección en otros.
- “Ser un héroe”.
- “Bancárselas”... solo.
- Aislamiento temporal.
- “Dominar las emociones” (Disociación instrumental)  
→ “Volverse más frío”.
- Represión intencional.
- Adicciones.

## Estrategias de Afrontamiento

### (Espontáneas) GRUPALES:

- “...De eso no se habla...”.
- Entusiasmo compartido.
- Uso del Humor.
- Advertencias evitativas.
- Hablar de logros.
- “Aprender de los errores”.
- “Mostrarse como un duro”.
- “Hablarlo con un emergencista amigo”.
- Hablar / expresar en el viaje de regreso. → en la guardia / base.
- Adapt. Activa a necc. Grupales (coop./ perten.) → solidaridad.
- Aceptación de limitaciones.
- “Acovacharse”.

## Estrategias de Afrontamiento

### ORGANIZACIONALES:

- Casa = contención.
- Tiempo de recuperación.
- "El 08" (20' para comer).
- Sueldo Vs. Producción.

## Secuencia habitual de estados emocionales

- **Alerta ante el llamado.**
- **Aumento de Ansiedad durante el viaje de ida.**
- **La escena que encuentren.**
- **Posibilidad de IMPACTO EMOCIONAL por:**  
-Escena -Subjetividad -interacc. Equipo.
- **VIAJE DE VUELTA: intercambio de impresiones, vivencias de la "salida".**

### Estrategias Perjudiciales “iatrogénicas”:

- **Distanciamiento acumulativo:**  
“vida de emergencista” – “vida cotidiana”.
- **“Adictos” a la adrenalina.**
- **Lo “importante” = Urgente, en juego la vida de otros.**
- **Lo “insignificante”= vida familiar, amistades, lo cotidiano, en comparación con...**

### Estrategias Defensivas

- **“Acovacharse”= pretextos operativos para evitar otra salida y recomponerse del Impacto Emocional vivido.**
- **Ocultar el estado emocional por temor a desvalorizaciones y/ o sanciones.**
- **Adicciones -ocultadas- (son estrategia defensiva y también efecto acumulativo del I. E.)**

## Estrategias de Afrontamiento saludables

- **Pertenencia al equipo de trabajo: confianza, posibilidad anticipatoria de actitudes de los compañeros, etc.**
- **Cooperación permite en la interacción, contrarrestar dificultades, errores, recursos y limitaciones.**
- **Viaje de regreso en que expresan verbal, gestual y corporalmente, las vivencias que les generó la escena de la emergencia.**

## HUMOR

### Constructivo

Promueve

- **Conservar la Confianza** en el **sentido** de la vida
- **Transformar el dolor** oculto en digerido e integrado en la vida
- **Aceptarnos** cualidades y flaquezas
- **Restablecer** y reforzar vínculos. Es incluyente.
- “Juegos de palabras” “doble sentido” “disparates descargadores de tensión” “risa”

### Destructivo

Promueve

- **Destruir la confianza**
- **Exacerba lo incongruente se burla de la distancia entre Ideal---real**
- **Desprecia la realidad vivida**
- **Rompe los vínculos, hiere, divide**
- “sarcasmo” “ironía” “burla” “cinismo”

“ humor-> <-Negro”

II Encuentro Internacional de Psicología en Emergencias y Desastres  
Santiago de Chile, Diciembre 2009

