

Experta de UME destaca la importancia de que los damnificados por catástrofes sientan "apoyo social"



Pilar Bardera (UIMP)

■ SANTANDER, 23 (EUROPA PRESS)

ECO	Poca actividad social ¿QUÉ ES ESTO?	0	— —	0		

EUROPA PRESS. 23.07.2016

La comandante y jefe de Psicología de la Unidad Militar de Emergencia (UME), Pilar Bardera, ha afirmado que "lo más importante" en el trabajo de los servicios de Emergencias es que los damnificados por catástrofes "no se vean solos y vean que hay un apoyo social" a su alrededor.

Así, ha insistido en la necesidad de "fomentar las redes de apoyo" porque es "importantísimo" y ha recordado que los organismos internacionales "que hablan mucho de fomentar la resiliencia en los ciudadanos en estas situaciones, en realidad" se refieren precisamente a "fomentar las redes de apoyo".

Igualmente, en cuanto a la situación psicológica en la que se encuentran las víctimas de este tipo de situaciones, ha concretado que

hay "alrededor de un 20 por ciento de gente que tendrá conductas inadaptadas, otro 20 por ciento que parece que lo tiene todo muy bien localizado y luego el grueso de la población que están un poco desorientados y en ese momento hay que ubicarles".

"Las primeras 24 ó 48 horas, psicológicamente, son muy confusas", ha señalado en una entrevista concedida a Europa Press durante su presencia en el encuentro 'Nuevos enfoques para una respuesta integral a los riesgos de protección civil' en los Cursos de Verano de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP).

Además de incidir en que "la primera ayuda temprana en la población es muy importante para que las personas afectadas por una catástrofe o por una situación de emergencia desarrollen patologías", he insistido en la importancia de que los militares se formen en colaboración y comunicación.

Bardera, que ha apuntado que la UME está "muy bien considerada" a nivel internacional y que ha intervenido en situaciones de emergencias como el terremoto de Ecuador, el de Haití o en Nepal, también

ha destacado que "lo más estresante, el incidente crítico más marcado para todos en todos los intervinientes emergencias es la pérdida de un compañero".

Preguntada, en este sentido, sobre si la sociedad está concienciada de los riesgos a los que se enfrentan también los servicios de emergencias cuando hay rescates en zonas montañosas, la comandante de la UME considera que "obviamente, no están pensando en que van a poner en peligro a otras personas".

"Son accidentes que ocurren en la vida y que son muy difíciles de controlar, son multifactoriales. No creo que sean conscientes de esto ni que en ese momento estén pensando en ello", ha manifestado Bardera, al tiempo que recomienda a los grupos de montañeros y alpinistas que "no haya exceso de confianza". No obstante, ha asegurado que los grupos de montañeros son "muy buenos profesionales, están psicológicamente muy cohesionados".

EMERGENCIAS REQUIERE "UNA FORTALEZA EMOCIONAL IMPORTANTE"

Acerca del entrenamiento psicológico al que se someten los militares de la UME, ha precisado que se parte de la base "de que no todo el mundo está preparado para todo y trabajar en emergencias requiere de una fortaleza emocional importante", por lo que "se pone mucho hincapié en los procesos selectivos".

El siguiente paso, tal y como ha explicado, se trata de realizar cursos básicos que toda la UME, formada por unos 3.600 militares, lleva a cabo porque el entrenamiento psicológico "está engarzado con el resto de entrenamiento" en un triángulo formado por los aspectos técnico, físico y psicológico.

Esto se debe a que "trabajar en este tipo de situaciones tiene un impacto, un rastro psicológico importante", por lo que, tal

como ha insistido, el militar debe aprender la "autogestión de estrés". "Uno tiene que saber identificar su nivel de estrés en cada momento", ha apostillado, ya que, si "se dispara, tiene efectos muy negativos".

IDENTIFICACIÓN DE NIVELES DE ACTIVACIÓN DEL ESTRÉS

Por ello, ha explicado que la instrucción sirve para que "conozcan toda la dinámica del estrés, para que sepan identificar sus niveles de activación en todo momento y también para que sepan bajarlos". Y, además de esta instrucción, hay un segundo nivel "muy especializado" y un tercero "más transversal, que sirve para todos, como el liderazgo o la comunicación de malas noticias".

Finalmente, preguntada sobre el anuncio del consejero de Presidencia de Cantabria, Rafael de la Sierra, de revisar la Ley 1/2007 de Protección Civil en esta región par "atender" las modificaciones introducidas por la ley nacional en este ámbito en aspectos como la formación y el entrenamiento de los efectivos, Bardera ha recordado que la UME tiene regulado internamente el entrenamiento de los efectivos.

De esta forma, ha indicado que cada año hay unos Planes generales de preparación e instrucción, en los que se engarza el entrenamiento psicológico. "Es verdad que no existe un Real Decreto, pero a nuestro nivel, esto está perfectamente institucionalizado", ha concluido.