

## **Emergencia, desastres y salud mental**

● Las situaciones de emergencia y desastres a los que en Chile y en La Araucanía estamos constantemente expuestos y lo seguiremos estando, como los incendios y tormentas, generan un daño en la vida de las personas y las comunidad, cuyo impacto es a corto, mediano y largo plazo, lo que podemos mitigar preparándonos con medidas preventivas, de respuesta y de recuperación. Tenemos que ver los recursos destinados a la salud mental como una inversión para lograr un proceso virtuoso de crecimiento post traumático, con estrategias que nos permitan potenciarnos como comunidad en situaciones de estrés emocional. Existen muchas intervenciones con evidencia para estos fines.

*Esteban Ricke Ortega, médico  
psiquiatra*