

## Emergencias y salud mental

● Las situaciones de emergencia y desastres que en Chile y Los Lagos estamos constantemente expuestos y lo seguiremos estando, como los incendios, generan un daño en la vida de las personas y las comunidades, cuyo impacto es a corto, mediano y largo plazo, lo que podemos mitigar preparándonos con medidas preventivas. Es posible generar respuestas oportunas y procesos de recuperación pertinentes. 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*