

Ciudad

“

Por mucho tiempo me costó dormir, tenía pesadillas, taquicardia y estaba muy nerviosa (...) Ahora de a poco nos estamos levantando y estoy más tranquila, pero una nueva alerta de incendio me hace temblar

”

Julia González, vecina del sector Colico Alto de Santa Juana.

SENAPRED DECRETÓ ALERTA PREVENTIVA

Incendios forestales: Santa Juana se prepara para atender posibles casos de afecciones mentales

Producto de los siniestros ocurridos en 2023 un total de 800 personas de la comuna debieron recibir asistencia psicológica, 300 de ellos quedaron con estrés post traumático. Municipio está elaborando pautas para medir magnitud de los eventos y la forma de enfrentarlos. Afectados recordaron cómo vivieron el siniestro y aseguraron que la sola posibilidad de pensar en una nueva catástrofe les provoca pánico.

Ximena Valenzuela Cifuentes
 ximena.valenzuela@diarioconcepcion.cl

Una Alerta Temprana Preventiva por Incendios Forestales declaró Senapred en Biobío, debido a condiciones climáticas adversas como vientos sobre 30 kilómetros por hora, humedad relativa del aire bajo el 25% y de 6% en el combustible fino muerto, factores que favorecen la ocurrencia de siniestros.

Dicha alerta, según víctimas de los siniestros ocurridos en 2023 -que arrasaron con 200 mil hectáreas en la Región y que cobraron la vida de 26 personas- hace revivir el temor y la angustia que generó el paso del fuego, especialmente, en comunas como Santa Juana en que se perdieron 46 mil hectáreas y 951 viviendas fueron consumidas por las llamas.

Julia González de Colico Alto afirmó que el saber que existe una nueva alerta de incendios forestales le produce mucho miedo y ganas de llorar. “Es que fue terrible ver el fuego avanzando y cómo se quemaba mi casa y cómo se perdía todo mi esfuerzo de años. Arrancamos con lo puesto (...) Por mucho tiempo me costó dormir, tenía pesadillas, taquicardia y estaba muy nerviosa. Recibimos apoyo psicológico y estuve tomando medicamentos para calmarme. Ahora de a poco nos estamos levantando y estoy más tranquila, pero escuchar de una nueva alerta de incendio me hace temblar”.

Inés Olate, productora de merqué del sector Diñico, aseveró que nunca pensó que un incendio forestal llegaría a su casa y a otras 2 de familiares que vivían en el predio. “No quedó nada (...) Teníamos que escapar y tomar los vehículos, que fue lo



FOTO: ARCHIVO / DIARIO CONCEPCIÓN

único que salvamos, nos fuimos a una chacra. Primero sentimos pánico y desesperación al creer que íbamos a morir y luego rabia por todo lo sucedido (...) Fue tanto que no podíamos dormir”.

Aseguró que el impacto psicológico que genera un incendio forestal y el hecho perderlo todo es terrible, que teme mucho a un nuevo siniestro, que no sabe cómo lo enfrentaría y que espera que no ocurra, pues no cree que la comunidad se capaz de

soportar algo similar.

Más de un mes sin volver al campo en el que vivió durante 31 años estuvo Juana Ramírez, vecina de Colico Alto. “Me quedé en la casa de mi nuera en Chiguayante, no me atrevía a volver porque cada pequeña cosa, un libro, una foto que uno encontraba, provocaba nostalgia”.

Comentó que actualmente están arreglando el terreno, para volver a instalarse, “pero con la llegada del verano, el calor, viento y ahora de la

alerta de incendio se siente aún más latente el peligro y el miedo de que todo vuelva a quemarse (...) una es fuerte, saca fuerzas para salir adelante, pero durante mucho tiempo no puede dejar de pensar en lo que pasó”, comentó.

Síntomas clave

Los testimonios de las víctimas dejan de manifiesto, según los especialistas, el daño que los incendios forestales provocaron en su la salud

mental.

Crisis ansiosa, confusión, temor, miedo, dificultad para conciliar el sueño son, según Lorena Valeria, psicóloga de la Unidad de Paciente Crítico del Hospital Guillermo Grant Benavente, parte de los síntomas que presentan personas que han vivido eventos traumáticos como los incendios forestales.

“Reviven el trauma una y otra vez, incluyendo síntomas como pesadillas y pensamientos aterradorantes



que causan problemas cotidianos en la vida de las personas. Síntomas de evasión, tratan de mantenerse alejados del lugar o de objetos que les recuerden el incendio, tienen sentimientos distorsionados como culpa o remordimiento. Pierden interés en actividades placenteras".

Valeria, que trabaja en Servicio de Quemados del HGGB, aseveró que durante la temporada de incendios de 2023 sólo en la mencionada área 30 personas recibieron atención de salud mental derivada de la catástrofe.

El tratamiento, dijo, debe estar orientado a evitar la aparición de síntomas como ansiedad, alteraciones neuro psiquiátricas y la aparición del trastorno por estrés post-traumático.

Preparación

Las complicaciones en la salud mental que las catástrofes como los incendios forestales provocan en la comunidad afectada deben ser abordadas con anticipación, aseguró Javiera Muñoz, psicóloga referente del programa de Salud Mental municipio de Santa Juana.

Y es que, según afirmó, durante la catástrofe de 2023 pudieron palpar la gran magnitud que tienen dichos eventos en la salud mental de las personas. "Vimos que muchas personas tenían angustia, pánico, incertidumbre, crisis de pánico".

De hecho, sostuvo que, según el informe elaborado por el Programa de Salud Mental del municipio, producto de la catástrofe atendieron a 800 personas que presentaron problemas de salud mental, de las que 300 resultaron con trastorno de estrés posttraumático.

"Muchas personas, al perderlo todo entraron en crisis y quedaron con trastorno de estrés post traumático. Escuchaban los helicópteros y las sirenas de Bomberos y eso les provocaba mucho estrés".

Por ello, la profesional recalco que es vital estar preparados para atender lo antes posible a posibles víctimas de siniestros y entregarles una primera atención psicológica. De ahí la importancia, afirmó, de que los municipios estén organizados para dar respuesta temprana en caso de incendios, no sólo para combatirlos, sino también para abordar los problemas de salud mental que se puedan generar entre la comunidad.

"Que se intervenga la crisis en primera instancia porque la gente estaba en shock, con primeros auxilios psicológicos, que se de contención, se generen estrategias de apoyo, se activen las redes, además, del correspondiente despliegue de personal a

los diversos sectores afectados", comentó.

Para lograrlo de buena forma, según detalló la psicóloga, se requiere de planificación. Por ello, ya sostuvieron "una reunión de coordinación con los encargados de Emergencia y Desastres del municipio, así como a nivel del departamento de Salud y municipal en general para determinar las eventuales acciones que vamos a tener que tomar de forma preventiva, entendiendo que se podrían ocasionar incendios donde los principales afectados serían las personas".

Además, según dijo, se está elaborando una pauta para determinar las acciones a tomar dependiendo la magnitud del evento.

La psicóloga afirmó que ya están coordinados en caso de que ocurra un incendio forestal, "en cuanto al plan de prevención que se va a realizar, los turnos que vamos a hacer que vamos a tomar".

Comentó que ya sostuvieron reuniones con el Servicio de Salud Concepción para solicitar apoyo a la unidad de Psicotrauma en caso de emergencia y, que también están coordinados con el referente de Sa-

lud Mental del Hospital de Santa Juana para que presten apoyo.

Asimismo, indicó la psicóloga, en caso de ser necesario se solicitará apoyo a voluntariado, ya sea local o internacional como ocurrió en 2023. "Siempre tuvimos atención de salud mental 24/7, incluso, con voluntarios que de forma telemática podían dar contención a los afectados a los usuarios que lo requerían", dijo.

Equipo de Psicotrauma

Los incendios forestales, según explicaron desde el departamento de Salud Mental del Servicio de Salud Concepción, SSC, pueden provocar síntomas mentales transitorios, asociados a la situación vivida.

Entre el 5 y el 7% de los afectados, indicaron, podrían cursar algún desorden mental, principalmente, quienes estuvieron en una condición más vulnerable, por ejemplo, en riesgo de morir, con dificultades para huir durante la evacuación o que fueron testigos de la muerte de un ser querido.

Lo anterior, hace relevante que las víctimas reciban apoyo de equipos especializados como el de Psicotrauma del SSC, encargado de dar res-

puesta en salud mental para emergencias y catástrofes, unidad que se centra en asistir durante las primeras horas o días de sucedidas las catástrofes, dónde se ha visto superada la capacidad de respuesta de los servicios sanitarios locales, y en las que muchas veces, afirman, también los funcionarios de salud son víctimas.

En 2023 en Santa Juana dicho equipo, compuesto por 10 profesionales de salud mental, entre psicólogos, psiquiatras y trabajadores sociales, atendió a 641 personas por problemas de salud mental derivados de los incendios forestales.

"La unidad se despliega y comienza a realizar estrategias de atención de salud mental en emergencias incorporando aspectos de salud pública, asesoría a tomadores de decisiones locales, asistencia en aspectos comunicacionales para la gestión de desastres, atención de afectados en calidad de víctimas primarias y secundarias principalmente, además de atención de funcionarios de salud afectados", indicaron desde el departamento de Salud Mental del SSC.

Además, frente a la necesidad de

mayor recurso humano en el contexto de catástrofes muy masivas o que requieren intervenciones prolongadas, dijeron, convocan a otros profesionales de la red de salud local que luego e una capacitación acompañan en la intervención a los integrantes del equipo.

Afirmaron que ante una emergencia la unidad, por instrucción de la dirección del SSC se despliegan hasta las zonas afectadas, realizando un levantamiento de la información con todas las fuentes disponibles, análisis territorial, contacto con autoridades locales, verificación de niveles seguridad y servicios básicos en el área de despliegue, así como del funcionamiento de los centros de salud del área afectada, entre otros.

Atención médica

El coordinador regional de Emergencias y Desastres de la Seremi de Salud Biobío, Iván Cárcamo, aseveró que, ante un siniestro o una emergencia, se debe poner atención a signos como la ansiedad, miedo, rabia, tristeza, insomnio y falta de apetito que presenten los adultos, indicios que pueden ser manejados con estrategias de autocuidado y redes de apoyo.

Sin embargo, indicó, que hay que hay que pedir ayuda especializada ante reacciones de mayor intensidad, como temblores, sensación de debilidad permanente, dificultad para comunicarse, uso excesivo de alcohol y/o drogas, e ideas de autolesiones.

"En el caso de menores de edad, los signos de alerta que deben conducir a buscar ayuda médica corresponden a dolor de estómago, vómitos, llanto sin motivo, pesadillas e irritabilidad", comentó.

OPINIONES

Twitter @DiarioConcepcion
 contacto@diarioconcepcion.cl

Recomendaciones

Pamela Zambrano, jefa del sub departamento de Protección de la Salud de las Personas, afirmó que las sugerencias para cuidar la salud mental para los afectados por incendios forestales son buscar compañía y hablar de lo sucedido, organizar el tiempo y mantenerse ocupado, además de hacer cosas que les hagan sentir útiles.

"En el caso específico de niños y niñas, es vital promover un ambiente de confianza y diálogo, explicar lo que está ocurriendo de forma simple y clara, además de aceptar sin juicio lo que los niños sienten y piensan, intentando dar con-

tinuidad a las costumbres habituales", dijo.

Recomendó a familiares y amigos de los afectados promover la ayuda y solidaridad, fortalecer vínculos, comprender y aceptar el enojo y otros sentimientos de los afectados, y evitar comparaciones sobre los daños sufridos.

Ahora bien, respecto a personas mayores, principalmente con demencia, la autoridad sanitaria recomienda mantener sus rutinas, evitar situaciones para que no se angustie, disminuir el ruido exterior, y si preguntan lo que sucede, contárselo, pero evitando detalles que lo puedan alarmar.