



PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN
**PERSONAL
INTERVINIENTE**

1 NECESIDADES ESPECÍFICAS DE LA POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDA LA INTERVENCIÓN

Las personas intervinientes en la emergencia también son vulnerables al impacto psicológico negativo de las labores de la propia emergencia, por lo que es importante que reciban el apoyo necesario para minimizar las consecuencias derivadas del estrés que pueda haber generado la intervención en la que han participado.

Entre las necesidades más inmediatas podemos encontrar:

- > **Información** sobre lo ocurrido.
- > Un **lugar físico para el descanso**, siendo ese lugar la base de todas las personas componentes del grupo (cercano al lugar de los hechos).
- > **Primeros auxilios** psicológicos.
- > Atención a las **necesidades básicas** del personal interviniente: agua, comida, descanso, etc.

2

QUÉ EVALUAR

El objetivo es prevenir el síndrome de desgaste por empatía, burnout o trastornos por estrés agudo y postraumático en personal interviniente, para ello es importante identificar la existencia de factores de riesgo que puedan desencadenarlo, identificando sus necesidades básicas y psicológicas para darles respuesta.

Para esto se elaborará una ficha personal de identificación de profesionales intervinientes que están trabajando en la situación de catástrofe y emergencia, en la cual se deberá recoger la siguiente información:

- > Datos personales
- > Grupo de intervención al que pertenece
- > Tiempo de intervención (horas, turnos, etc.)
- > Nivel de agotamiento físico
- > Nivel de agotamiento mental-psicológico: recoger cómo se sienten los intervinientes, sus pensamientos y sentimientos
- > Verbalizaciones a tener en cuenta

3

LA COMUNICACIÓN

Nos acercaremos a las personas presentándonos y expresando que nos gustaría hablar con ellas, y que se van a formar pequeños grupos para informar y hablar de lo ocurrido y que, si así lo desean, se pueden unir.

A estas personas se les debe informar de lo ocurrido (ya han intervenido) e informar de la situación general de la catástrofe.

4 PAUTAS BÁSICAS DE LA INTERVENCIÓN: QUÉ HACER/QUÉ NO HACER

Es importante prestar atención a las posibles manifestaciones de estrés. Si se detecta que algún profesional está afectado, se propone seguir la siguiente secuencia:

EN EL TERRENO Primeros auxilios psicológicos para aquellas personas intervinientes que se desestabilicen.

- Reducción de la estimulación separando al interviniente del lugar.
- Aceptación de la crisis: que describa racionalmente qué ha estado haciendo, evitando la ventilación emocional si tiene que volver a su trabajo (sus mecanismos de defensa se verían debilitados).
- Comprensión de la crisis: está experimentando reacciones normales a situaciones anormales.
- Afrontamiento de la situación
- Restauración de capacidades básicas. Cuando el interviniente está sufriendo un episodio de estrés agudo y no se logra reducir su vulnerabilidad con los pasos anteriores, hay que pedir su reemplazo y buscar un enlace (compañero, amigo, familiar, centro de salud) de apoyo a nuestra intervención.

DESPUÉS DEL TURNO DE TRABAJO O FIN DE JORNADA, antes de irse a casa el personal interviniente: Intervención de Descanso, Información y Transición (RIT).

- Espacio de descanso y recuperación de energía.
- Sesión informativa de afrontamiento de estrés:
 - > Descripción de la intervención RIT
 - > Reflexión sobre presentación de síntomas de estrés y Normalidad
- > Afrontamiento estrés
- > Invitar a búsqueda de apoyo emocional
- > Agradecer y reforzar
- > Proporcionar tiempo de descanso, rehidratación y nutrición

DURANTE LA INTERVENCIÓN QUE SE ALARGA

Reunión de información a los equipos como elemento de intervención en crisis.

→ Agrupación de personas que han vivido el evento crítico.

→ Explicar al grupo los hechos ocurridos con el fin de controlar rumores y reducir ansiedad, a la vez que aumenta el control.

TRAS FINALIZAR EL TRABAJO

→ **DEFUSING** con el fin de ventilar las emociones. Es un apoyo inmediato en grupo homogéneo. La reunión es estructurada y dirigida para centrarles en los hechos y no en las críticas a los fallos ambientales (medios con los que han contado, críticas a

otros profesionales...), ya que esto provoca pensamientos negativos cuando vuelven a sus casas. Uno de los objetivos del Defusing es que en casa no "sufran" su trabajo, sino que vayan "descargados" emocionalmente.

→ Trabajar con sus responsables los beneficios del Debriefing dos o tres días después y realizarlo con los que acudan de forma voluntaria.

5 COORDINACIÓN CON OTROS INTERVINIENTES

- > **La persona coordinadora del Grupo, que estará en el Puesto de Mando Avanzado (PMA), será la que establezca los puntos a seguir:**
 - > Recoger información sobre lo ocurrido y trasladarla a los profesionales del equipo presentes a través de los medios con los que cuenten.
 - > Recordar el papel de apoyo de este Grupo a los diferentes mandos operativos en el PMA para cuando lo consideren necesario.
 - > Informar y/o proveer de un lugar físico para el descanso del personal interviniente, siendo ese lugar la base del grupo, que será cercano al lugar de los hechos.
 - > Pedir información a responsables en el PMA para conocer el número de operativos y su organización (turnos, descansos...) para su recepción en el lugar de descanso.

6 FINAL DE LA INTERVENCIÓN

- > **Una vez terminado el turno o acabadas las labores de rescate y/o intervención en la situación crítica, y después de haber dado toda la información necesaria:**
 - > Entregar al personal interviniente un folleto con pautas de autocuidado.
 - > Facilitar nuestro contacto por si necesitan contactar posteriormente y/o animar a pedir ayuda si así lo consideran necesario.
 - > Una vez informado el final de la intervención con el equipo, completar el registro y ordenar la información acerca de la intervención.
 - > Comentar brevemente cómo ha ido con la persona coordinadora del equipo.
 - > Tomarse un descanso. Comer y beber algo e iniciar las pautas de autocuidado.



Colegio Oficial de Psicología de Navarra
Nafarroako Psikologiaren Elkargo Ofiziala

Grupo de Intervención Psicológica
en Emergencias y Catástrofes

GIPEC NAVARRA