

## **COMUNICADO DE SEPADEM EN RELACIÓN A LA CRISIS DEL CORONAVIRUS**

**24 de marzo de 2020**

En estos momentos en los que una crisis sanitaria declarada oficialmente como pandemia por la Organización Mundial de la Salud, es decir, extendida a nivel global, que en nuestro país está incidiendo de forma muy significativa llegando a extremos de exigencia personal y social hasta ahora no vistos, pero que también ha creado una corriente creciente de involucración por parte de nuestra sociedad para intentar revertir en el menor tiempo posible las consecuencias negativas de esta crisis, SEPADEM no podía permanecer al margen de esta corriente mayoritaria de lucha contra el enemigo común, el Covid19.

Sin embargo, en los momentos difíciles es cuando más necesaria es la calma, la tranquilidad y la reflexión a la hora de tomar decisiones.

Nos encontramos ante una situación totalmente novedosa y excepcional que requiere un proceso de adaptación rápido, antes de que la situación desborde las posibilidades de afrontamiento de nuestra sociedad. En esta situación todos somos necesarios en todos los ámbitos.

En su faceta organizativa esta emergencia tiene como aspecto distintivo de otras emergencias precedentes "que se va a prolongar en el tiempo". Es imprescindible, por lo tanto, hacer una adecuada gestión de recursos humanos y materiales.

Podemos correr el riesgo de tener a nuestros profesionales de primera línea fuera de servicio, por haber rebasado con creces el punto de ruptura físico y/o psicológico.

En nuestra opinión es necesario tener presente conceptos básicos que muchas veces pasamos por alto por la urgencia de la situación:

1. **Mando único de la gestión de la crisis:** Es necesario que no se dupliquen actuaciones, que por cada zona sólo haya un servicio coordinado y cohesionado. Por este motivo, SEPADEM ha preferido que sus socios se integren en los operativos autonómicos de apoyo y no gestionar un servicio propio a nivel nacional, que sólo serviría para detraer personal necesario en otros operativos que ya están dando servicio. No obstante, por comunicación interna hemos estado trabajando en una serie de áreas y escenarios, fundamentalmente en el de apoyo y asesoramiento entre Psicólogos.
2. **Centralización de los diferentes apoyos:** Para lo cual, los profesionales deberían estar organizados e integrados en un propósito general, siempre con la premisa de la no duplicidad de esfuerzos en algunas zonas y en otras la ausencia total de apoyo.
3. **Gestión de la información:** Teniendo en cuenta que es esencial en momentos de crisis, pero también que la reiteración de la información puede generar alarma social en lugar de tranquilizar, ya que no se puede exponer continuamente a la población a un bombardeo informativo sin posibilidad de huida, creando la sensación de indefensión adquirida.
4. **Lucha constante contra el bulo y el rumor:** En situaciones de crisis el rumor y el bulo son uno de los principales enemigos de la gestión de la crisis, porque requiere tener personal dedicado en todo momento a su lucha. Si seguimos la formula general de la extensión del rumor:  $R = A \times I$ , siendo R: la capacidad de arraigo en la población del Rumor, A: la Ambigüedad de las fuentes e I: Importancia, capacidad de inhabilitación personal de la amenaza; en estos momentos la mayoría de los bulos que circulan por la red y sus fuentes son ambiguas y se mezcla en el mismo comunicado y, además, el poder incapacitante de la información que se trasmite es máximo para las personas, ya que atenta directamente contra la integridad personal.

No es objeto de este comunicado ser un documento prolijo, sino solo señalar desde nuestra perspectiva, como profesionales de la Psicología de

Emergencias, de aquellos aspectos fundamentales que a lo largo de nuestra historia más reciente se han venido sucediendo en cuantos eventos excepcionales de carácter traumático para la sociedad que se han producido, por ejemplo, el 11-M o el accidente de Spanair, por no citar más.

Desde SEPADEM hacemos la siguiente propuesta para aplicar en todas las Comunidades Autónomas, en resumen, en todo el territorio español, según las competencias correspondientes.

**Propuesta:**

I. **Crear un servicio de intervención psicológica** en la modalidad de atención telefónica; con teléfono **único/centralizado** por autonomía (o como mucho por provincia en caso de Comunidades Autónomas pluriprovinciales) y publicitarlo convenientemente. Se sugiere que sean números gratuitos para la población, si es posible (tipo 900) o de fácil acceso o memorización. Es de desear que fuera en la modalidad de call-center, mejor que en la modalidad de recepción de llamada, filtrado por parte de experto y llamada saliente al destinatario de la atención psicológica.

Con las siguientes áreas básicas de intervención psicológica:

- a. **Atención psicológica a personal sanitario:** Para evitar las bajas de este personal, que son esenciales en la resolución de esta crisis. Especialmente enfocada a evitar las bajas por fatiga psicológica y por sobrecarga asistencial/falta de descanso, principales escenarios para este tipo de profesionales. Habilitando un recurso de apoyo al personal para ventilar emocionalmente y buscar ayuda de forma profesional.
- b. **Atención psicológica a población en general:** Haciendo un especial énfasis en los siguientes grupos:
  - i. Familiares con enfermos del área de la salud mental, para sobrellevar el confinamiento prolongado.
  - ii. Intento o ideación autolítica, incrementado por el confinamiento.
  - iii. Violencia de género y doméstica.

- iv. Menores, con trastornos de desarrollo y problemas cognitivos, niños con TDAH, con Autismo, con problemas de conducta. Colectivo de menores en Centros de Protección, y menores que pueden ser víctimas de maltrato y abusos.
  - v. Personas mayores solas.
  - vi. Personas sin techo.
  - vii. Refugiados y Migrantes, que se encuentran fuera de su contexto de apoyo.
  - viii. Familiares de fallecidos en estas fechas que no están pudiendo hacer la despedida apropiadamente.
  - ix. Cualquier otra persona con discapacidad, o diversidad funcional, que se encuentre en situación de vulnerabilidad por las circunstancias actuales.
- c. **Establecer mecanismos de asesoramiento y apoyo a psicólogos para afrontar su intervención:** En este campo es en donde SEPADEM lleva trabajando con sus socios desde el inicio de esta crisis, creando un foro de debate y de apoyo que ayuda a tomar decisiones y habilita otras alternativas.
- d. **Incluir en las webs de Consejerías de Sanidad de cada autonomía, una pestaña con la información de atención psicológica** que se cree en cada momento. Diferenciando, si procede, destinatarios de la atención (Profesionales sanitarios, Población General) o motivos de consulta (sobrecarga emocional profesional, duelo, crisis familiares...), junto a los números habilitados para información y asesoramiento sanitario.

En estos duros momentos en los que cualquier apoyo es poco, desde SEPADEM instamos a nuestros socios a que se integren a los operativos creados a nivel de las comunidades, para aportar nuestro granito de arena y nos ponemos a disposición de quien pudiera necesitar nuestro asesoramiento.

**Y SOBRE TODO**

**“QUEDATE EN CASA”**

**Desde casa también se puede**

**ayudar y mucho**