

# **PSICOLOGIA EN EMERGENCIAS ¿Y LOS TRABAJADORES DE LA PRIMERA LINEA?**

Luciana Ferreyra Mat. 8400  
Magister en Psicología en Urgencias y Emergencias

Psicóloga

Capacitadora Área Salud Mental Bomberos Voluntarios de Pérez -  
Santa Fe

# CONCEPTO GENERAL

**El defusing** es una técnica para **aplicar tras el desastre**, en la fase post-inmediata. Al igual que el debriefing, es una técnica introducida por Jeffrey T. Mitchell. Consiste en una sesión **informal semiestructurada**, que tiene lugar tan pronto como es posible después del incidente crítico o en las primeras 24 horas; es conducido en una atmósfera de apoyo mutuo, donde los participantes describen sus sentimientos y reacciones.



# Objetivo general

La principal diferencia con el debriefing efectuado a profesionales de emergencia es que el defusing no pretende promover el "cierre" respecto al estrés provocado por el incidente.

El defusing  
busca:



Facilitar oportunidades de ventilación para la reposición del profesional.



Dirigir la motivación hacia el empleo proactivo de recursos psicológicos de afrontamiento.

**Errores a Evitar:** No se deben permitir las críticas destructivas, se debe alentar la aceptación y contener el humor negro excesivo.



# ¿Cuándo aplicar Defusing?

El momento de celebración de una reunión de defusing es aquel en el que los intervinientes finalizan su jornada laboral. Aunque para abordar bien la aplicación del defusing entre los trabajadores de la emergencia se debe considerar, en función del colectivo y la situación, algunos temas que suelen aparecer de manera recurrente son la presión de tiempo, trabajo errático y de gran desgaste, entre otros.

**1** Diferencias interculturales entre intervinientes y afectados.

**2** Ambigüedad en la coordinación.

**3** Escasez o inadecuación de equipos de trabajo.

**4** Fallos en las comunicaciones.

**5** Condiciones climatológicas adversas.

**6** Sobre-identificación con las víctimas.

# Consejo durante la intervención en crisis

Es fundamental saber que orientaciones realizar durante la intervención en crisis, para evitar que los episodios refuercen el estrés en los intervinientes.

## Orientaciones durante la intervención en crisis

Respetar y comprender las posibles reacciones y sentimientos, que puedan experimentar algunos miembros del equipo.

Mantener un buen clima grupal, dando muestras de compañerismo, manifestando apoyo, tolerancia y reconocimiento mutuo (si es posible, trabajar por parejas).

Mostrar autoconfianza en las capacidades personales y en la de todos los miembros del equipo y tener el convencimiento de la importancia de la labor que se está realizando.

Mantener las rotaciones en el lugar de trabajo

# Pautas para la aplicación

- ▶ Requiere un lugar cerrado, con ventilación, sin interrupciones de ingresos o celulares y suficiente espacio.
- ▶ Disponer un dispensador de agua, vasos y servilletas o pañuelos desechables.
- ▶ La reunión debe conducirla una persona con formación pertinente y debe estar asistido por un compañero/a de apoyo.

# FASES DEL DEFUSING

- ▶ **1. Toma de contacto:** Una breve introducción del facilitador de qué es el defusing, de su duración (entre 20 min. y una hora). Motivando la participación para que quien tenga algún comentario que hacer o preguntar pueda hacerlo.
- ▶ **2. Evaluación:** Una breve evaluación general de los miembros del equipo. Si se observa, a nivel individual, algún síntoma o reacción relevante se tendrá en cuenta para gestionarlo a posteriori.
- ▶ **3. Relato de los acontecimientos:** Facilitar que se haga un pequeño relato sobre lo que se ha vivido.

- ▶ **4. Fase de los acontecimientos:** Fomentar que los miembros del grupo puedan expresar los pensamientos más relevantes sin entrar en grandes profundidades.
- ▶ **5. Fase de los sentimientos:** Facilitar la expresión de los sentimientos más significativos que hayan tenido durante la intervención, o bien, en este mismo momento.
- ▶ **6. Fase de apoyo y tranquilizar:** Normalizar los posibles pensamientos, sentimientos y reacciones de estrés que se pueden tener y que suelen ser esperables bajo dichas circunstancias. Especificar los servicios de seguimiento que estarán disponibles

# **FASES RESUMIDAS**

- ▶ **1: Apertura**
- ▶ **2: Hablar de los hechos (no técnicos)**
- ▶ **3: Emociones que pudieron aparecer**
- ▶ **4: Pensamientos que aparecieron (cognitivo)**
- ▶ **5: Cierre**

# Ejemplo practico proyectivo

- ▶ Observar la imagen durante 1 minuto
- ▶ **NO anotar nada**
- ▶ Imaginar sentimientos, pensamientos que pudieron surgir según la intervención realizada en la imagen





# Aplicación técnica

- ▶ **Facilitadora: Luciana**
- ▶ **Personal interviniente:**
- ▶ **Situación: Accidente de tránsito**
- ▶ **Fase1**
- ▶ **Fase2**
- ▶ **Fase3**
- ▶ **Fase4**
- ▶ **Fase5**

**Una buena aplicación  
de Defusing puede  
prevenir patologías  
psicológicas**

# Ficha de registro

Nos permite llevar un control significativo de las emergencias

# Modelo

## FICHA DE APLICACIÓN TÉCNICA DEFUSING

Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

Emergencia asistida: \_\_\_\_\_

Cantidad de intervinientes: \_\_\_\_\_

Facilitador / coordinador de aplicación: \_\_\_\_\_

Hora de comienzo: \_\_\_\_\_ Hora de finalización: \_\_\_\_\_

Ficha de control:

	SI	NO
¿Se observan alteraciones en el comportamiento?		
¿Alguno de los intervinientes no intervino en la técnica?		
¿se presentaron problemas técnicos?		
¿Alguno de los bomberos tuvo dificultad técnica para intervenir?		
¿Es necesario aplicar Debriefing?		

Observaciones:

---

---

---

---

Firma del Coordinador: \_\_\_\_\_

Aclaracion: \_\_\_\_\_

Final del documento ■

**Poner en practica técnicas, herramientas y conocimientos para la prevención de psicopatologías en esta época, además de ser preventivo, cuidadoso y responsable ... es inteligente y estratégico.**

**¡Cuidensen! porque lo mas valioso de un equipo de trabajo, es su equipo humano.**

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side and bottom of the frame, creating a modern, layered effect.

**GRACIAS**