

Terremotos en Venezuela: la atención en salud mental se convierte en una necesidad vital

Llegué a Venezuela en un avión donde más de la mitad de los pasajeros éramos personal de ayuda humanitaria e internacional: desde rescatistas y bomberos, hasta psicólogos y enfermeros. La llegada fue muy impactante. Una cosa es ver las imágenes por televisión o redes sociales, y otra muy diferente es vivirlo: uno se siente pequeño frente a un pueblo hecho ruinas.

Durante mi primer recorrido por la zona de La Guaira, me conmovió el silencio absoluto de cientos de personas cuando un rescatista levantaba el puño, una señal universal para apagar motores y callarse con la esperanza de escuchar alguna señal de vida bajo los escombros. Esa mezcla de esperanza y desesperación marcó mi inicio aquí.

En esos recorridos identificamos que un punto con necesidades inmensas era el puerto convertido en morgue. En La Guaira, las morgues colapsaron, por lo que el puerto fue designado como el lugar para recibir a los fallecidos. Es un sitio muy contradictorio: de un lado, el mar inmenso y azul que se junta con el cielo; y del otro, las carpas que albergan las imágenes más dolorosas que se puedan imaginar.

Aquí, las familias deben pasar por un proceso de identificación fotográfica muy difícil. Observan en dos pantallas de tv (una para hombres y otra para mujeres) y tablets (para los niños) muchas fotos de cuerpos para encontrar a los suyos. Se exponen a observar fotos de cuerpos heridos, mutilados o simplemente fragmentos que muchas veces solo se reconocen por un tatuaje, una prenda de vestir o un par de “cholas”.

He visto continuamente lo que los psicólogos llamamos disociación funcional: personas que guardan su dolor en un rincón para poder resolver trámites prácticos, postergando su duelo hasta encontrar a sus familiares. Hay otros que llegan con una devastación evidente y también hay quienes han vuelto al país únicamente para esta búsqueda. Una joven, tras identificar a sus padres, me dijo con una tristeza absoluta: “Yo vine por ellos, pero definitivamente después de esto ya no me queda ninguna razón para volver a este país”.



Miembros del equipo de MSF se reúnen con sobrevivientes del terremoto en un círculo de apoyo en un albergue temporal en Naiguatá, La Guaira.

El trabajo diario

Familia por familia brindamos soporte antes, durante y después del proceso de identificación. Ofrecemos primeros auxilios psicológicos, mensajes de autocuidado y de normalización de síntomas. Les enseñamos a los acompañantes (familiares, vecinos, amigos) a acompañar las reacciones emocionales, porque muchos no saben qué hacer o decir cuando la otra persona se desborda. Hemos visto que el impacto emocional es severo: estrés agudo, pesadillas y flashbacks sensoriales tan vívidos que las personas sienten que la tierra sigue temblando.

En nuestras consultas hemos trabajado en la gestión del estrés con grupos de personal forense, estudiantes que han tenido que hacer sus prácticas profesionales en medio de esta catástrofe y hasta con sacerdotes, que vieron afectada su salud mental. En estos días me senté con tres sacerdotes que estaban desbordados; ellos mismos vivieron los terremotos dentro de su iglesia, orando bajo el mármol mientras todo se caía, y ahora deben acompañar misas de exequias sin descanso. Todos aquí están al límite.

Hay otros casos que me han impactado profundamente, más que nada por la carga de la culpa que llevan las personas. Una madre de 24 años me contó que encontró a su hija de apenas un año tras quince días de búsqueda. El gesto en el rostro mostraba que la

niña había sufrido mucho y ella no podía perdonarse por eso. También una mujer me contó que encontró a su sobrino de 20 años, a quien crió como un hijo, con una mutilación muy dolorosa de ver.

En medio de este horror, también me ha sorprendido la solidaridad y la esperanza. A pesar de haberlo perdido todo, hay incluso gente que se preocupa por mí. En la morgue, las mismas familias que están repartiendo comida me dicen: “Doctora, coma algo, reciba esto”, compartiendo lo poco que tienen. Es una resiliencia que me hace admirarlos profundamente. Como una mujer que excavó con sus propias manos durante 27 días para sacar a su madre de un edificio colapsado, impulsada por la necesidad de darle un duelo digno.



La psicóloga de MSF Natalia Tapiero en el exterior de la morgue temporal del puerto “Los Silos” en La Guaira, Venezuela.

La continuidad del cuidado también es urgente

Tenemos que encontrar la manera de garantizar la continuidad del cuidado en salud mental. No solo para quienes están viviendo este trauma agudo ahora, sino para aquellas personas que ya tenían afecciones previas y han visto sus tratamientos interrumpidos. En La Guaira, muchos psiquiatras y psicólogos fallecieron durante los terremotos, y los que sobrevivieron están atendiendo la emergencia. Entonces me he encontrado con

pacientes que, aunque tienen sus medicamentos psicotrópicos, no tienen quien los acompañe.

La salud mental no es un lujo y menos en una catástrofe; es una necesidad básica. El acompañamiento debe ser sostenido para aliviar el sufrimiento de quienes han perdido incluso la sensación de seguridad en su propio hogar.



Yaritza permanece fuera de su carpa temporal en la Avenida Bolívar de Caracas tras sufrir daños en su apartamento por los terremotos del 24 de junio.

La Patilla