



# Las fases del desastre

LOS ALTOS EMOCIONALES



Fuente: Zunin/Meyers, tal como se cita en el *Manual de capacitación para trabajadores de salud mental y servicios humanos en grandes desastres*, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (2000).

Este modelo teórico, desarrollado por Zunin y Myers en California, describe las fases de un desastre en términos de respuesta emocional individual y colectiva en la comunidad.

## 1 Antes del desastre

Los desastres con advertencia pueden causar culpabilidad o auto culpabilidad por no prestar atención a las advertencias.

## 2 La fase de impacto

Las reacciones pueden variar desde shock hasta pánico. La confusión y incredulidad inicial son seguidas por un enfoque en la auto conservación y la protección de la familia. Las emociones van desde el shock al pánico.

## 3 La fase heroica

Muchos sobrevivientes exhiben comportamiento de rescate inducido por adrenalina, alta actividad y baja productividad. La evaluación de riesgos puede verse afectada. Hay una sensación de altruismo.

## 4 La fase de luna de miel

La unión comunitaria se produce. La asistencia por desastre es fácilmente disponible. Muchos son optimistas de que todo volverá a la normalidad. El personal puede establecer un programa para identificar, evaluar y ayudar a los afectados.

## 5 La fase de desilusión

El estrés y la fatiga hacen mella. El optimismo se convierte en desánimo. La necesidad de servicios de abuso de sustancias puede aumentar. La comunidad más grande vuelve a los negocios como de costumbre. La demanda de servicios de asistencia puede aumentar.

## 6 Reconstrucción: un nuevo comienzo

Los individuos y las comunidades comienzan a asumir la responsabilidad de reconstruir sus vidas. La gente comienza a adaptarse a las nuevas circunstancias. Hay un reconocimiento de crecimiento y oportunidad.