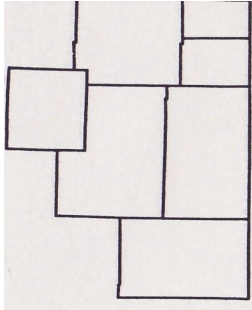


## En Conclusión

El Proceso de Gestión del Estrés en Incidentes Críticos está a disposición de cualquier servicio de emergencia que lo solicite. Es de vital importancia señalar que la información que se discuta durante esta sesión es estrictamente confidencial y no se discutirá con nadie que no esté presente. Sólo se

divulgará información general sobre las funciones del equipo y sus respuestas.

Para mayor información sobre el equipo de CISM de High Plains o para obtener copias adicionales de este folleto, póngase en contacto con un jefe de equipo o llame a W-Y Communications, al 970-848-0464.

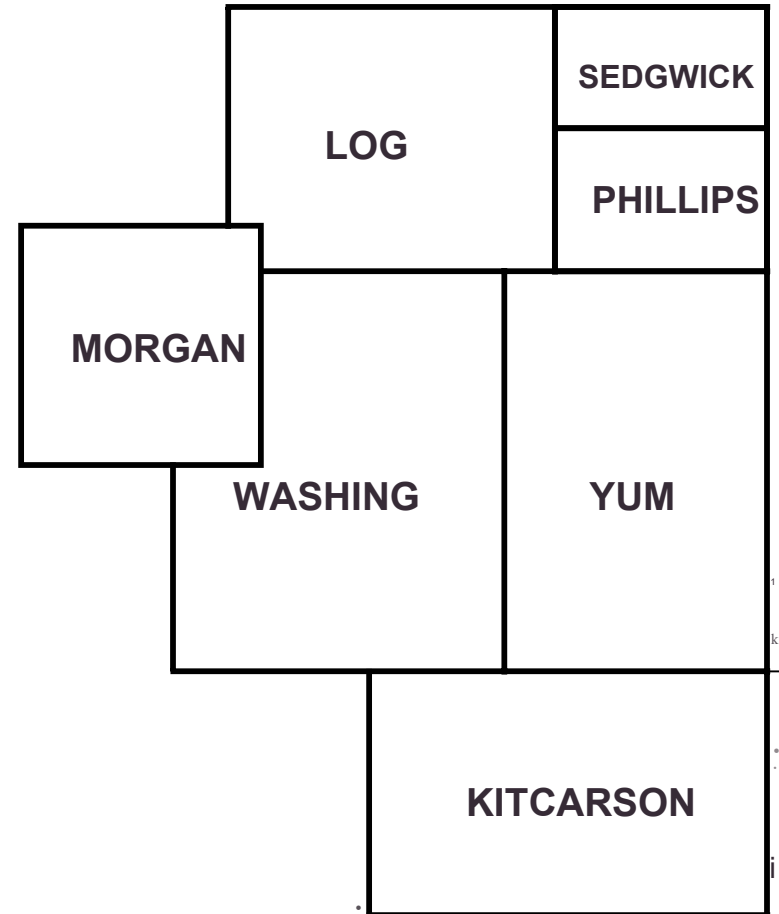


---

CISM de High Plains.  
Apartado Postal: 512  
YUMA, CO 80759

## Incidentes Críticos en la Región de High Plains Equipo de Gestión de Estrés

### Al servicio del Distrito Judicial No. 13



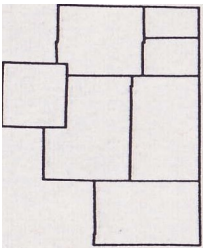
CISM de High Plains  
Apartado Postal:512  
Yuma, CO 80759  
970-848-0464

## El Problema

El personal de servicios de emergencias es cada vez más consciente de las repercusiones que pueden tener los factores de estrés generados por su profesión en su calidad de vida. Es decir, la naturaleza de sus trabajos los puede poner en situaciones estresantes de forma rutinaria o periódica, las cuales pueden (o no) superar satisfactoriamente por sí mismos.

Puede que los factores que le causen estrés a una persona no afecte a otros, pero las investigaciones han demostrado que solamente existe un porcentaje muy pequeño del personal de servicios de emergencia no se ve afectado para nada. De hecho, aproximadamente la mitad del porcentaje de estas personas pueden resolverlos por sí mismos; sin embargo, la otra mitad sigue siendo afectada gravemente por este problema.

Las respuestas al estrés pueden ser inmediatas y específicas al incidente; pero también pueden retrasarse durante un periodo de tiempo; o pueden ser acumulativos, desarrollándose a lo largo del tiempo por la cantidad de experiencias vividas. Existen diversos factores que afectan a la respuesta al estrés, entre ellas podríamos mencionar la naturaleza del incidente ocurrido, las cualidades personales del individuo, sus experiencias pasadas y los recursos con los que dispone.



Se ha demostrado que ciertos acontecimientos, como la muerte de un niño, de un compañero de trabajo, incendios de gran altura y los incidentes con muchas víctimas, son especialmente estresantes para los trabajadores de emergencias. Dicho esto, cualquiera de estos eventos (o muchos otros), puede causar o contribuir a que se desarrolle un incidente crítico para un trabajador o grupo de trabajadores de emergencias.

Mitchell ha definido un incidente crítico como, "Cualquier situación a la que se enfrente el personal de servicios de emergencia que le haga experimentar una experiencia inusualmente fuerte que pueda interferir con su capacidad para funcionar, ya sea en el lugar de los hechos o después de que todo haya pasado. Lo único que se necesita, independientemente del tipo de incidente, es que genere sentimientos inusualmente fuertes en los trabajadores de emergencias."\*

## Una Solución

El Equipo de Gestión del Estrés en Incidentes Críticos de High Plains se ha creado para ofrecer una forma de intervención diseñada específicamente para ayudar a los trabajadores de emergencias a reducir sus posibles daños psicológicos.

A través del proceso del CISM, el personal de emergencias recibe una herramienta para aliviar potencialmente los abrumadores sentimientos emocionales y síntomas físicos. Este programa también aborda problemas muy reales que contribuyen a la pérdida de empleados valiosos, salvando así no solo sus carreras, sino los recursos, conocimientos, experiencia y atención humana.

## El Proceso

El Equipo de Gestión del Estrés en Incidentes Críticos está formado por un grupo de respuesta de tres miembros. Los interrogadores son voluntarios que están familiarizados con los servicios de emergencia y se seleccionan cuidadosamente entre los siguientes grupos profesionales:

- Profesionales de la salud mental: psicólogos, trabajadores sociales
- Personal de los EMS
- Personal de Bomberos
- Capellanes
- Instructores del EMS
- Enfermeras de hospitales/salas de emergencias
- Personal policial y de comunicaciones

Tras la solicitud y selección, los interrogadores reciben capacitación en el ámbito de reducción y gestión de estrés en incidentes críticos. Estas personas están comprometidas no solo con el reconocimiento del estrés crítico en los trabajadores de emergencias, sino con proporcionar un medio para mejorar la calidad de vida de las víctimas.

Una sesión de información formal se realiza de manera óptima entre 24 y 72 horas después de un incidente y por lo general, no debe posponerse más de una semana. En ciertas ocasiones, es posible que se necesite una intervención psicológica en el lugar de los hechos, pero lo mejor es llevar a cabo una sesión informativa formal en un mínimo de 24 horas después del incidente.

## Evaluación del Equipo

El Equipo de Gestión del Estrés en Incidentes Críticos de High Plains puede ser utilizado por cualquier agencia de servicios de emergencia en el Estado de Colorado. El

representante de alguna agencia que requiera asistencia puede ponerse en contacto con el jefe del equipo llamando al: 970-848-0464 las 24 horas del día. \* Se le pedirá la siguiente información:

- Su nombre y número de teléfono
- Nombre, dirección y número de teléfono de su agencia
- Naturaleza del incidente
- La urgencia percibida de la situación, es decir, si requiere una intervención inmediata o un reporte formal.

Seguidamente, el operador se pondrá en contacto con el jefe del equipo, ya sea inmediatamente o a la mañana siguiente, según su preferencia. El jefe le llamará para obtener más información y organizar los detalles de la reunión informativa, como el lugar y el número de personal esperado.

El equipo de CISM de High Plains también realiza intervenciones en crisis escolares y es miembro de la Fundación Internacional de Estrés por Incidentes Críticos (ICISF).

## Responsabilidades de su Agencia

Su organismo debe solicitar la asistencia a la sesión informativa de todo el personal implicado en el incidente. En algunas circunstancias, los miembros de la familia y otras personas importantes pueden ser incluidos en la sesión, pero esto debe ser discutido con el jefe del equipo.

Proporcione un espacio cómodo, si es posible, que esté libre de interrupciones y sea lo suficientemente grande para acomodar todos los miembros que vayan a asistir.

Los servicios de los interrogadores son voluntario.

\*[Mitchell, Jeffrey T., Cuando Ataca el Desastre Natural... El Proceso de Interrogatorio del Estrés por Incidente Crítico; jems; Enero, 1983; pp 36-39] El Dr. Mitchell es un investigador, instructor y autor de la psicología del estrés y los desastres naturales.

\*El servicio de mensajería es proporcionado por W-Y Communications de Yuma

