

E

Editorial

Personas y las catástrofes

La pérdida de familiares y de bienes materiales, produce un intenso dolor, difícil de sobrelyear.

Cuando ocurren catástrofes como el incendio que afrontamos en el sur de nuestro país, cada persona que vive esta brutal experiencia permanece en estado de alerta debido al peligro. Se agregan a esta reacción de alarma, sentimientos dolorosos por la devastación que involucra las pérdidas de familiares y bienes materiales, pero, también de vecinos y mascotas. En primer lugar, la pérdida de familiares y de bienes materiales, produce un intenso dolor, difícil de sobrelyear.

En tales condiciones, explica Miriam Pardo, académica de Psicología de la U. Andrés Bello, muchas personas se muestran fuertes todo el tiempo, con el fin de sostener a sus seres queridos y otras personas involucradas en la catástrofe. Sin embargo, es necesario no esconder el dolor y conversar sobre lo que acontece, porque al compartir las experiencias podemos sostenernos desde la fortaleza de vínculos que

Las primeras vías de sostenimiento personal y grupal pasan por sostener lo básico. emergen en torno a la sobrevivencia y a la necesidad de fortalecernos entre todos para salir adelante. Las primeras vías de sostenimiento personal y grupal pasan por sostener lo básico, ya sea el alimento, el abrigo, el lugar para cuidarse, además de mantenernos informados.

Es importante dejarse ayudar, la capacidad de pedir apoyo a los demás fortalece los lazos sociales, ya que no estamos solos, sino que la comunidad funciona como una red activa de sostenimiento desde muchos puntos de vista. Para quienes ayudan, el hecho de ordenar, acopiar, organizar, acompañar reconstruye la sensación de que también podemos ser cuidados.

El fuego arrasó con seres humanos, animales, naturaleza y bienes materiales, pero lo que no puede quitarnos es que somos seres que vivimos en sociedad y, como tales, podemos reconstruirnos con el paso del tiempo, en el día a día, con nuestras historias, con nuestras memorias, con los lazos que se formaron y desde los cuales podemos apoyarnos.