

o el incendio ha afectado la población del Biobío y el Ñuble, la respuesta institucional social es asegurar brevamente: prime alvar vidas, luego guardar lo mate-

Es una reacción esaria. Sin em go, en Chile se nos cometiendo nismo error: tra la salud mental o un problema undario, como pudiera esperar ta que "pase la urgencia". La evi cia muestra que omisión tiene os humanos ciales que no pre se manifies de inmediato, o que terminan ergiendo.

salud mental no un lujo ni una o posterior de reconstrucción. e ser parte de



Cynthia Zavala, psiquiatra y directora Escuela de Medicina UNAB

la primera respuesta. Ignorarla no solo aumenta el sufrimiento individual, sino que debilita la capacidad de recuperación de comunidades afectadas. Aun así, persiste la idea de que abordar la salud mental en contextos de desastre es complejo, costoso o exclusivo de especialistas. Esto no es así. Las intervenciones de primera línea, como los primeros auxilios psicológicos, son simples y efectivas, y están recomendadas a nivel internacional. Se basan en escuchar, validar, entregar seguridad y ayudar a resolver necesidades

salud mental no es un lujo que deba postergarse

concretas. No requieren tecnología, sino voluntad, formación básica y decisión política. No todas las personas enfrentan las catástrofes de la misma manera. Existen grupos con mayor riesgo de desarrollar problemas de salud mental: niños, personas mayores y quienes viven con trastornos mentales. Esto exige una mirada focalizada. En el caso de los niños, acciones como mantener rutinas, anticipar lo que ocurrirá durante el día, proteger espacios de juego y limitar la exposición a imágenes del desastre pueden marcar una diferencia en cómo enfrentan la experiencia. Tampoco se debe olvidar a los equipos de primera respuesta. Bomberos, personal de salud, voluntarios y trabajadores de emergencia sostienen a otros mientras enfrentan situaciones de alto impacto emocional. Debemos indispensablemente proteger a quienes protegen, cuidar a quienes cuidan. Las catástrofes no afectan solo a quienes lo pierden todo; afectan a comunidades completas. Vecinos, amigos, familiares y quienes observan cómo su entorno se transforma también experimentan miedo, angustia e incertidumbre. Pensar la salud mental solo en clave de "damnificados directos" es una mirada reducida que desconoce cómo opera el trauma a nivel comunitario. Por ello, es necesario generar acciones dirigidas a las comunidades afectadas, que las consideren en su conjunto. La emergencia no termina cuando se apaga el fuego. Ahí comienza otra fase, donde aparecen el duelo, la ansiedad, el insomnio y el desgaste emocional. Si no se planifican continuidad de cuidados, seguimiento y acceso oportuno a tratamientos, se compromete la recuperación futura. Incorporar la salud mental como un eje central de la respuesta a desastres no es solo una decisión técnica: es una definición ética y política sobre el tipo de sociedad que se quiere reconstruir después de la tragedia.

columnistas expresan opiniones absolutamente personales y no representan necesariamente la línea editorial Longino de Iquique.

Teléfonos Emergencias Alto Hospicio

Ambulancia: 131
 Bomberos: 132
 Carabineros: 133
 Rescate Marítimo: 137
 Cuerpo de Bomberos de Santa Rosa de Huantajaya:

57 2491517 / 57-2493025
 Cuerpo de Bomberos de Alto Hospicio: 57 2499390
 Aguas del Altiplano: 600 600 9900
 Eliqsa: 600 600 2233
 Emergencia Alto Hospicio: 57 2583050

Director
Patricio Meza Flores

Representante Legal
Patricio Meza Flores
 Domicilio
 San Martín N°428, Iquique
contacto@diariolongino.cl
 Patricio Felix Meza Flores E.I.R.L

FONO: +56 9 61201918

El Longino DE ALTO HOSPICIO