LITORALPRESS

Fecha: 22-06-2025
Medio: El Mercurio de Valparaíso
Supl. : El Mercurio de Valparaíso - Edición Especial
Tipo: Columnas de Opinión
Título: **COLUMNAS DE OPINIÓN: Crisis climática y resiliencia**

Pág. : 12
Cm2: 223,1

Tiraje: 11.000
Lectoría: 33.000
Favorabilidad: No Definida

Opinión

Crisis climática y resiliencia

Por
Felipe Landaeta
Académico Escuela de Psicología
Universidad Adolfo Ibáñez

El Cambio Climático altera los ecosistemas, crea efectos y consecuencias que afectan a las personas y los territorios. En regiones como Valparaíso toca enfrentar, por ejemplo, incendios, marejadas y deslizamientos que alteran la forma de vivir y pueden dejar huellas emocionales. Estos fenómenos pueden aumentar los niveles de ansiedad, estrés, depresión, así como ser fuente de trauma y prolongar las consecuencias de los eventos, especialmente en grupos de mayor vulnerabilidad.

En Latinoamérica vemos que quienes se exponen a desastres naturales recurrentes presentan mayores niveles de angustia, especialmente cuando se suman factores psicosociales como pobreza o migración. Los desplazamientos de territorio a causa de sequías e inundaciones, por ejemplo, pueden afectar la identidad comunitaria y generar sufrimiento psicosocial, mientras que las olas de calor urbano pueden conllevar mayores niveles de agresividad y síntomas depresivos en zonas vulnerables.

"Si bien preparar la infraestructura es importante, fortalecer la cohesión social, la identidad comunitaria y el apoyo psicosocial resulta igualmente vital".

La resiliencia es clave para afrontar los cambios a los que nos enfrentamos. A nivel individual la preparación incluye tener planes familiares de emergencia, fortalecer redes de apoyo o participar en simulacros. Por otro lado, promover la regulación emocional y el contacto con la naturaleza, además de reducir la ansiedad y promover el bienestar, puede ayudar a sensibilizar respecto de nuestra responsabilidad en su cuidado. La participación en acciones climáticas locales también fortalece el sentido de agencia personal y nos puede comprometer con acciones con sentido.

A nivel socio-comunitario, debemos contar con planes integrados de salud mental con protocolos de emergencia frente a desastres y catástrofes. Debemos contar con personal de primera respuesta en primeros auxilios psicológicos, socializar protocolos de acción, así como información básica (por ej., acceso a bienes básicos en crisis). Los centros comunitarios pueden incorporar estos lineamientos y actuar de forma coordinada, principalmente en zonas de mayor riesgo y en centros urbanos de alta densidad. Es fundamental garantizar el acceso equitativo a servicios de salud mental frente a crisis, también en zonas rurales e indígenas, donde las brechas son aún mayores.

Si bien preparar la infraestructura es importante, fortalecer la cohesión social, la identidad comunitaria y el apoyo psicosocial resulta igualmente vital. El clima seguirá cambiando, por lo que organizarnos de forma anticipada es una acción necesaria.●