

Según la psiquiatra Nathali Ángel

# El impacto psicológico que podría causar el sismo de 7.5 grados

● “Los terremotos no solo sacuden la tierra, también remueven profundamente nuestras emociones y sensación de seguridad”, señaló la especialista.

Crónica  
periodistas@elpinguino.com

**E**l viernes, a las 9:58 horas, un fuerte terremoto de magnitud 7,5 en escala de Richter sacudió la Región de Magallanes, con epicentro a 218,1 kilómetros al sur de Puerto Williams. Esto no solo desencadenó una serie de réplicas (la cual han sido más de 100), sino que también podría generar impacto en la salud mental de algunas personas.

#### Consecuencias psicológicas

Mientras las autoridades mantuvieron un estadio de precaución en las zonas costeras, tras levantar la alerta de tsunami inicial, especialistas advierten sobre las consecuencias psicológicas que este tipo de eventos naturales puede generar en las comunidades afectadas, especialmente considerando la intensidad del movimiento te-

lúrico y la continua actividad sísmica en la zona.

“Los terremotos no solo sacuden la tierra, también remueven profundamente nuestras emociones y sensación de seguridad”, explica la Dra. Nathali Ángel, psiquiatra de Clínica Indisa, quien advierte que la secuencia de réplicas puede intensificar la ansiedad y el estrés en las personas. “Cuando la gente experimenta un sismo de esta magnitud, seguido de réplicas constantes, se genera un estadio de hipervigilancia y tensión que requiere especial atención”, señala la especialista.

#### Manifestaciones del estrés

“Los eventos sísmicos de esta magnitud pueden desencadenar respuestas de estrés agudo en la población, especialmente considerando la alerta de tsunami que obligó a evacuaciones preventivas”, afirma la doctora. Por ello, “es fundamental estar atentos a las primeras

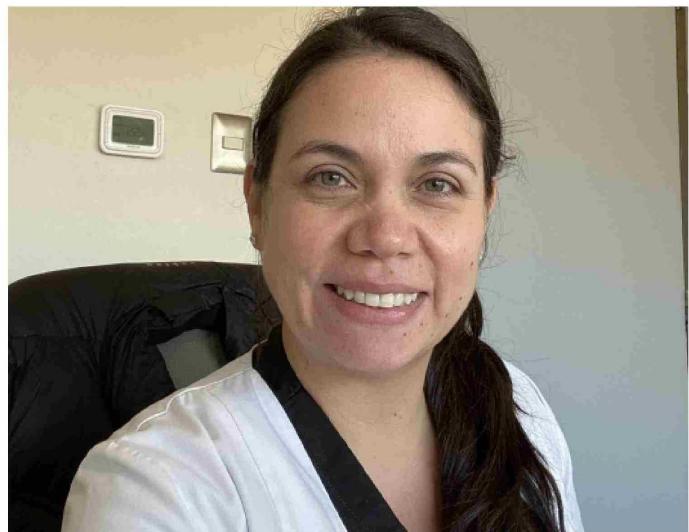
señales de ansiedad y angustia que puedan presentarse en los próximos días”, agrega.

Según la especialista, las principales manifestaciones que pueden experimentar los habitantes de la zona afectada incluyen:

- Alteraciones del sueño.
- Estadio de hipervigilancia.
- Ansiedad ante las réplicas.
- Temor a nuevas evacuaciones.
- Dificultad para retomar actividades cotidianas.

#### Recomendaciones

“Debemos prestar especial atención a niños, adultos mayores y personas con antecedentes de trastornos de ansiedad”, comenta la Dra. Ángel. “Estos grupos son más vulnerables a desarrollar cuadros de estrés postraumático tras eventos naturales de esta magnitud”, enfatizó.



Dra. Nathali Ángel, psiquiatra de Clínica Indisa.