

Cuidado Espiritual en Caso de Desastre y Crisis

Durante los desastres y tiempos de crisis, una diversa variedad de personas solicita atención espiritual. Los líderes religiosos tendrán el desafío de apoyar y ofrecer un ámbito abierto con respecto a la diversidad religiosa, la diversidad social y entornos culturales y de cuidado masivo desconocidos. Estos consejos pueden servirle de guía para ayudar a sus feligreses y a la comunidad en general durante los trabajos de asistencia y mientras se recuperan del impacto



PRINCIPIOS RECTORES PARA PROPORCIONAR ATENCIÓN ESPIRITUAL EN CASO DE DESASTRE

- Ofrezca atención espiritual a través de la práctica de la presencia y la hospitalidad.
- Conozca, acepte y respete a las personas exactamente como son.
- No haga daño - nunca evangelice, haga proselitismo o explote a una persona vulnerable que se encuentre en una situación traumática.
- Cultive y anime la perspectiva espiritual de cada persona para que sea una fuente de fortaleza en tiempos difíciles.
- Proteja la confidencialidad.
- Respete la diversidad social y los entornos interculturales.
- Actúe en los niveles adecuados a su formación y antecedentes educativos.
- Ayude a entender y normalizar lo que ha sucedido.
- Conozca los recursos y la asistencia disponibles y los protocolos de remisión de salud mental.

REACCIONES DE ESTRÉS ESPIRITUAL ANTE EL DESASTRE

Muchas personas experimentarán reacciones de estrés espiritual durante o después de un desastre o crisis. Aprenda sobre estas reacciones y cómo reconocerlas en usted y en los demás. (Ver la **Noja de consejos de NYDIS “Comunidades religiosas y salud mental en caso de desastre”** para conocer los diferentes tipos de reacciones al estrés y las técnicas de afrontamiento). Algunas reacciones comunes al estrés espiritual incluyen:

- Reconsiderar los principios básicos de las creencias religiosas.
- Cuestionar la justicia y el significado.
- Sentirse lejos de creencias previamente sostenidas.
- Apartarse o dirigirse repentinamente a Dios.
- Perder el sentido y el propósito.
- Sentirse aislado de Dios y de su comunidad religiosa.
- Estar enfadado con Dios, los seres divinos o los líderes espirituales.
- Sentirse desconectado de las prácticas religiosas familiares (oración, actos rituales, textos sagrados).

MEJORES PRÁCTICAS DE CUIDADO ESPIRITUAL: APOYAR EL PROCESO DE CURACIÓN

Los capellanes, otros proveedores de atención espiritual en caso de desastre, y líderes de congregaciones están llamados a brindar una sensación de apoyo y esperanza. Esto se hace mediante prácticas que validan la experiencia de un individuo y nutren su propia creencia y recursos espirituales para respaldarlos durante el rescate y la recuperación. Algunos ejemplos de tales prácticas son:

- Entender y normalizar lo que ha sucedido.
- Llevar a cabo la atención espiritual a través de la práctica de la presencia.
- Identificar y resolver problemas concretos e inmediatos.
- Alentar a las personas a hablar de sus experiencias y ser un oyente activo y solidario.
- Reconocer las reacciones normales al estrés; encontrar o hacer remisiones a recursos para abordar problemas inmediatos.
- Asistir a aniversarios y otras fechas importantes.

CAPACITACIÓN PARA LA ATENCIÓN ESPIRITUAL EN CASO DE DESASTRE

Para ser eficaces, los proveedores de atención espiritual deben educarse en diversos aspectos de la respuesta y la recuperación en caso de desastre, incluido el Sistema de Mando de Incidentes federal. National Disaster Interfaiths Network (NDIN) ofrece capacitación en capellanía de desastres, cuidado espiritual y capacitación para capacitadores. Cada curso incluye estos componentes:

- Cómo trabajar como miembros de un equipo interdisciplinario dentro del Sistema de Comando de Incidentes.
- Qué esperar en los lugares de desastre.
- Cómo proporcionar Primeros Auxilios Espirituales y Primeros Auxilios Psicológicos.
- Cómo hacer las evaluaciones apropiadas y las remisiones a los servicios de salud mental y otros servicios.
- Cómo desarrollar y mantener prácticas de autocuidado holístico.

Comuníquese con NDIN en www.n-din.org o 212.669.6100 para obtener más información sobre las oportunidades de capacitación.

REMISIÓN A LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL

Al trabajar tan estrechamente con las personas que están enfrentando el impacto traumático de un desastre o crisis, los proveedores de atención espiritual están en una posición única para ayudar a identificar las necesidades de salud mental y hacer remisiones a los servicios de salud mental. La **remisión** es el acto de recomendar a una persona que hable con un profesional de la salud mental que esté capacitado para manejar las dificultades y complejidades de sus necesidades. Para más información, ver la **Hoja de consejos del NYDIS “Comunidades religiosas y salud mental en caso de desastre”**.

Cuándo remitir

Debe remitir a una persona cuando se dé cuenta de que necesita ayuda más allá de su capacidad y nivel de entrenamiento. Algunas indicaciones de que una persona debe buscar ayuda de un profesional de la salud mental incluyen:

- Un individuo se identifica a sí mismo como un paciente psiquiátrico que necesita atención (o es identificado así por su tutor legal).
- Usted tiene dificultad para mantener un contacto real con la persona.
- Una persona insinúa o habla abiertamente de suicidio.
- Una persona parece estar socialmente aislada.
- Una persona presenta ideas imaginarias o detalles de persecución.
- Usted se da cuenta de un abuso de niños o de cualquier actividad criminal.
- Usted ve el desarrollo de síntomas físicos persistentes.
- Usted se da cuenta de la dependencia del alcohol o las drogas.
- Usted ve a la persona involucrada en un comportamiento arriesgado (mostrando descuido hacia sí mismo/los demás).
- Usted mismo se inquieta, confunde y tiene malos pensamientos o sueños recurrentes sobre sus interacciones con un individuo como proveedor de cuidados espirituales o líder de recuperación.

Cómo referir

Los capellanes y los proveedores de atención espiritual suelen trabajar en entornos de atención masiva en un equipo interdisciplinario que incluye profesionales de la salud mental. En esos entornos, existen protocolos normalizados para la evaluación y la remisión entre el equipo que deben seguirse. En los entornos de campo o en congregaciones individuales en los que un proveedor de atención espiritual está solo o entre otros proveedores de atención espiritual, debería haber un protocolo predeterminado para la remisión a un profesional de la salud mental autorizado o a un organismo de salud mental.

- Intente trabajar siempre en equipo y tenga un plan de cómo mantenerse físicamente seguro y mantener los límites apropiados.
- Antes de contactar a un profesional de la salud mental, informe a la persona en cuestión sobre sus intenciones.
- Hágale saber que usted se preocupa por él y luego explique las razones de la remisión.
- De ser posible, presente diferentes opciones de remisión a la persona interesada.
- Discuta asuntos como tarifas, ubicación, accesibilidad, etc.
- Asegúrele a la persona que usted seguirá apoyándola hasta que se complete la remisión.
- Puede ofrecerse a acompañarlo al lugar de referencia en un entorno de atención masiva Si está trabajando solo en el campo o en su congregación, puede ofrecerse a acompañarlo a su primera visita con el proveedor de salud mental.

Recursos para las remisiones

Como figuras de confianza, los proveedores de atención espiritual pueden ayudar a alentar a personas que probablemente no se atreven a buscar apoyo adicional a través del sistema de salud mental. En épocas de desastre o crisis, esto puede incluir remisiones a:

- Programas de Asistencia al Empleado (EAP) a través de un empleador.
- Proveedores de seguros de salud.
- Redes de asistencia mutua.
- Líneas o programas de salud mental en caso de desastre (establecidos por los proveedores locales de salud mental después de un desastre).
 - **NYC Well** : 1-888-692-9355, oprime 3 o envíe un texto con el mensaje “WELL” a 65173
 - **Disaster Distress Helpline**: 1-800-985-5990, oprime 2 o envíe un texto con el mensaje “Hablamos” a 66746
 - **Si es una emergencia, llame a 911**

OTROS RECURSOS

- **Centros para el Control de Enfermedades — Sobrellevar los desastres y los traumas:** <https://bit.ly/3m4S5Qa>
- **Church World Service — Emotional/Spiritual Care Webinar:** <https://cwsglobal.org/emotional-next-webinar-is-march-10/>
- **National Disaster Interfaiths Network — Formación de Capellanes en caso de desastres** www.n-din.org
- **NVOAD — “Ilumina nuestro camino: Una guía para el cuidado espiritual para voluntarios, socorristas y planificadores en tiempo de desastres”:** <https://bit.ly/2FeUzvF>
- **NVOAD - Puntos de Consenso sobre el Cuidado Emocional y Espiritual:** <https://bit.ly/3kewhB9>
- **NYDIS (New York Disaster Interfaith Services) — “The NYDIS Manual for New York City Religious Leaders: Spiritual Care and Mental Health for Disaster Response and Recovery”:** <https://bit.ly/3m5hNFk>

Gracias al Fondo de Salud Pública de la Ciudad de Nueva York y al Departamento de Salud e Higiene Mental de la Ciudad de Nueva York por apoyar la adaptación de este recurso. Adaptado con permiso de Ready Congregation Tip Sheets, desarrollado y protegido por derechos de autor por National Disaster Interfaiths Network.