

Desarrollo de una app para el cuidado de la Salud Mental de rescatistas, policías, militares y civiles que se desempeñan en situaciones de desastres naturales o antrópicos.

Piñeyro, Diego.

Cita:

Piñeyro, Diego (2023). Desarrollo de una app para el cuidado de la Salud Mental de rescatistas, policías, militares y civiles que se desempeñan en situaciones de desastres naturales o antrópicos. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/924>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/kkg>

DESARROLLO DE UNA APP PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL DE RESCATISTAS, POLICÍAS, MILITARES Y CIVILES QUE SE DESEMPEÑAN EN SITUACIONES DE DESASTRES NATURALES O ANTRÓPICOS

Piñeyro, Diego

Universidad Nacional de la Defensa. Facultad del Ejército. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Muchas instituciones latinoamericanas implicadas en la gestión del riesgo carecen de dispositivos de asistencia psicológica temprana adecuados, principalmente debido a la falta de demanda de sus integrantes por temor a perder el empleo y la falta de recursos económicos destinados a este fin. Las técnicas de debriefing y defusing permiten una atención grupal de bajo costo, pero la eficacia de las mismas está científicamente cuestionada. La técnica de Procesamiento Asistido en Situaciones Estresantes Recientes (PASER) ha demostrado ser efectiva para reducir los niveles de ansiedad en estas poblaciones, su aplicación grupal sin necesidad de que los participantes expresen emociones facilita su implementación en estos contextos. Basados en esta técnica, investigadores de la UBA, la UTN y la UNDEF han desarrollado una app-web llamada PASER-Libre que permite la auto-aplicación de un tratamiento preventivo que reduce los niveles de ansiedad. La misma posibilita la auto-aplicación de un tratamiento preventivo en sesiones de 10 minutos, sin necesidad de que el usuario exponga su situación emocional en su ámbito laboral. Los resultados de observaciones controladas preliminares resultan alentadores. Se estima que su utilización libre y gratuita mejorará la salud mental y el bienestar de esta población, ahorrándole al Estado cuantiosas sumas de dinero.

Palabras clave

PASER-Libre - Desastres naturales - Rescatistas militares - Ansiedad estres

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF AN APP FOR THE MENTAL HEALTH CARE OF RESCUERS, POLICE OFFICERS, MILITARY PERSONNEL, AND CIVILIANS WHO WORK IN NATURAL OR MAN-MADE DISASTER SITUATIONS

Many Latin American institutions involved in risk management lack appropriate early psychological assistance devices, primarily due to the lack of demand from their members and the lack of economic resources allocated to this purpose. Debriefing and defusing techniques allow for low-cost group attention, but their

effectiveness is scientifically questioned. The Recent Stressful Situations Assisted Processing (PASER) technique has proven to be effective in reducing anxiety levels in these populations, and its group application without the need for participants to express emotions facilitates its implementation in these contexts. Based on this technique, researchers from UBA, UTN, and UNDEF have developed a web app called PASER-Libre, which allows for self-administration of a preventive treatment that reduces anxiety levels. It enables individuals to apply the preventive treatment in 10-minute sessions without having to disclose their emotional situation in their workplace. The results of preliminary controlled observations are encouraging. It is estimated that its free and unrestricted use will improve the mental health and well-being of this population.

Keywords

PASER-Free - Natural Disasters - Military Rescuers - Anxiety stress

BIBLIOGRAFÍA

- Azzollini, S., Piñeyro, D., Depaula, P., & Cosentino, A. (2015). Primera ayuda psicológica a víctimas de situaciones de catástrofe y emergencia: El aprendizaje de las comunidades para ayudarse. In E. Huairé, A. Elgier, & M. Maldonado Paz (Eds.), *Psicología Cognitiva y Procesos de Aprendizaje: Aportes desde Latinoamérica* (pp. 253-270). Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Brewin, C. R. (2014). Episodic Memory, Perceptual Memory, and their Interaction: Foundations for a Theory of Posttraumatic Stress Disorder. *Psychological Bulletin*, 140(1), 69-97. <https://doi.org/10.4324/9781315853178>
- Brewin, C. R., Dalgleish, T., & Joseph, S. (1996). A dual representation theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Review*, 103(4), 670-686. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.4.670>
- Brewin, C. R., & Smart, L. (2005). Working memory capacity and suppression of intrusive thoughts. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 36(1 SPEC. ISS.), 61-68. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2004.11.006>

- Caballo, V. (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos, Vol. 1: Trastornos por ansiedad, sexuales, afectivos y psicóticos*. Siglo XXI.
- Eysenck, M. W., & Calvo, M. G. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition and Emotion*, 6(6), 409-434. <https://doi.org/10.1080/02699939208409696>
- González Ordi, H., Cano Vindel, A., Miguel-Tobal, J., & Iruarrizaga Díez, I. (2004). Efectos de la exposición a eventos traumáticos en personal de emergencias: consecuencias psicopatológicas del atentado terrorista del 11-M en Madrid. *Ansiedad y Estrés*, 10(2), 207-217.
- Kindt, M., & van Emmerik, A. (2016). New avenues for treating emotional memory disorders: towards a reconsolidation intervention for posttraumatic stress disorder. *Therapeutic Advances in Psychopharmacology*, 6(4), 283-295. <https://doi.org/10.1177/2045125316644541>
- McNally, R. J., Bryant, R. A., & Ehlers, A. (2003). Does Early Psychological Intervention Promote Recovery From Posttraumatic Stress? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(2), 45-79. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01421>
- Miguel-Tobal, J. J., Cano Vindel, A., Iruarrizaga, I., González Ordi, H., & Galea, S. (2004). Repercusiones psicopatológicas de los atentados del 11-M en Madrid. *Clínica y Salud*, 15(3), 293-304. <http://www.copmadrid.org/publicaciones/clinica/marcoscontenidos.htm>
- Olivares Rodríguez, J., & Mendez Carrillo, F. (2014). *Técnicas de modificación de conducta* (4ta ed.). Editorial Biblioteca Nueva. https://www.academia.edu/40814015/TÉCNICAS_DE_MODIFICACIÓN_DE_CONDUCTA-José_Olivares_2014
- Piñeyro, D., & Azzollini, S. (2022). Estudio de la eficacia de la técnica PASER en la modulación de la ansiedad asociada a recuerdos estresantes. In M. Etchevers (Ed.), *XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología* (pp. 81-83). Facultad de Psicología. <http://jmemorias.psi.uba.ar/>
- Piñeyro, D., Azzollini, S., Simkin, H., & Herrera Alvarez, A. M. (2019). Propiedades psicométricas del instrumento Autopercepción del Estado Emocional (APEEM). *Revista ConCiencia EPG*, 4(2), 55-69. <https://doi.org/10.32654/concienciaepg.4-2.5>
- Piñeyro, D., Squilace, M., Depaula, P., & Cosentino, A. (2017). Desarrollo de la Técnica Paser: procesamiento asistido para situaciones estresantes recientes en rescatistas. In M. Etchevers (Ed.), *IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. (p. 138). Facultad de Psicología, UBA.
- Sigales Ruiz, S. R. (2006). Catástrofe, víctimas y trastornos: hacia una definición en psicología. *Anales de Psicología*, 22(1), 11-21.
- Van Emmerik, A. A. P., Kamphuis, J. H., Hulsbosch, A. M., & Emmelkamp, P. M. G. (2002). Single session debriefing after psychological trauma: A meta-analysis. *Lancet*, 360(9335), 766-771. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(02\)09897-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(02)09897-5)
- Wessely, S., & Deahl, M. (2003). Psychological debriefing is a waste of time. *British Journal of Psychiatry*, 183(JULY), 12-14. <https://doi.org/10.1192/bjp.183.1.12>