

Autor:**Juan Pablo****Sanabria Mazo**

Psicólogo egresado
de la Pontificia
Universidad
Javeriana de Cali¹

El lado psicológico de la tragedia de Armero

1 El autor hizo parte, en calidad de estudiante de Psicología, del curso de Periodismo Electrónico 2015-2, orientado por el profesor Jorge Manrique-Grisales, que realizó la investigación sobre los 30 años de la tragedia de Armero, la cual publicó El diario *El Espectador* en formato multimedia, en noviembre de 2015. Este artículo fue un diferencial en el reportaje por su enfoque interdisciplinario.



Gráfico No.1. Interfaz de la multimedia realizada en alianza con *El Espectador* en 2015.

Fuente: Tomado de <https://goo.gl/tKiAWU>

Alianza informativa PUJ Cali-*El Espectador*

Introducción

Escribí el artículo *Armero, duelo sin fin* como parte de un ejercicio de investigación que realizamos estudiantes de las carreras de Comunicación, Psicología y Diseño de Comunicación Visual de la Pontificia Universidad Javeriana Cali para el diario *El Espectador*. Con el acompañamiento de los profesores Jorge Manrique y Mauricio Hernández emprendimos un viaje hacia la ciudad de Armero con el objetivo de recopilar información en los lugares afectados por la tragedia. Durante los días que estuvimos en Armero, el Páramo de Letras y Manizales, aprovechamos para realizar entrevistas a informantes claves, observar las diferentes realidades de las personas involucradas y capturar múltiples imágenes que nos permitieran visibilizar el fenómeno que estábamos explorando.

Los datos que recolectamos durante este trabajo de campo fueron el punto de partida para identificar algunas de las implicaciones sociales, económicas y psicológicas que se derivaron de la tragedia de Armero. La diversidad de técnicas de recolección que empleamos durante esta aproximación etnográfica nos permitió, por un lado, describir y comprender el fenómeno a través de los significados propios de las experiencias de los ciudadanos y, por el otro, reconocer la influencia de nuestras realidades subjetivas en la interpretación de lo ocurrido. Las discusiones grupales en las que compartimos nuestras percepciones sobre las repercusiones de la tragedia fueron, por tanto, herramientas fundamentales para enriquecer los marcos de referencia que utilizamos para dar cuenta de esta gran problemática social.

Después de este primer acercamiento a la tragedia, para la elaboración del texto realicé una revisión inicial de la literatura, la cual me permitiera entender las principales implicaciones psicológicas presentes en personas afectadas por catástrofes naturales. En este proceso de búsqueda bibliográfica identifiqué investigaciones empíricas realizadas en diferentes contextos sociales, que tenían como objetivo comprender el efecto que generaba la vivencia de experiencias traumáticas en la salud mental de toda una población. Decidí, finalmente, apoyarme en los libros *Intervención en crisis: manual para práctica e investigación*, escrito por Karl Slaikeu, e *Intervención en crisis y respuesta al trauma: teoría y práctica*, elaborado por Elin Blonch y Barbara Rubin, para triangular la información analizada en las entrevistas con evidencia científica ampliamente reportada en la literatura.

Como parte del proceso de análisis cualitativo realizado a partir de la información recolectada por el equipo en el trabajo de campo, opté por agrupar en categorías temáticas las experiencias narradas por los informantes claves de la investigación. Durante el desarrollo del texto intenté narrar de manera breve el impacto social que tuvieron las imágenes que se presentaron en diferentes medios de comunicación a nivel mundial. Después, busqué visibilizar aquellas repercusiones psicológicas que reportaron algunos de los afectados por la tragedia de Armero, como fueron las dificultades para conciliar el sueño, la sensación de irritabilidad constante, los pensamientos intrusivos, las conductas de evitación y las alteraciones emocionales. Para finalizar, quise mostrar a los lectores cómo esta catástrofe marcó un antes y un después en la vida de toda una población y dificultó, en muchos casos, la elaboración del duelo.

Aceptar la invitación a escribir este artículo para el periódico *El Espectador* fue una oportunidad sumamente valiosa que tuve cuando era estudiante de la carrera de Psicología. Esta aproximación a la investigación desde una perspectiva periodística me permitió ser parte de un momento histórico que aún sigue dejando eco en Colombia.

Me siento muy honrado de haber podido trabajar con un equipo multidisciplinar, que desde el primer momento buscó con este proyecto multimedia dar voz a las personas afectadas directa o indirectamente por esta catástrofe, y visibilizar las diferentes repercusiones de una tragedia nacional que no podemos olvidar.

Crónica: Armero, duelo sin fin

A las 6:15 de la mañana del 14 de noviembre de 1985, cuando la avalancha proveniente del Volcán Nevado del Ruiz había cubierto por completo la ciudad de Armero, miles de personas afectadas por la catástrofe se mostraban incrédulas frente a lo que estaba ocurriendo. A esa hora, los medios de comunicación se trasladaron al epicentro de la tragedia y dieron a conocer al mundo las repercusiones de uno de los fenómenos naturales de mayor impacto de la historia de Colombia. Cientos de cámaras captaban el dolor de las víctimas, quienes buscaban con desespero asistencia por parte de los organismos de socorro desplegados en la zona. El caos producido por el desastre natural llenaba de tristeza y frustración a millones de espectadores que observaban desde la distancia el drama vivido en la ciudad del algodón.

Ante un evento como el vivido aquella noche del 13 de noviembre en Armero, es habitual que se activen en las personas respuestas automáticas que desafían la percepción de control que tienen sobre sus recursos personales, interpersonales y espirituales.



Aunque la reacción que los seres humanos asumen frente a la adversidad depende en gran medida de la personalidad, de la actitud que tienen frente al mundo y de la experiencia que acumulan durante la vida, no es menos cierto que estudios empíricos sobre el tema han comprobado que, a pesar de las diferencias individuales, existe una tendencia a afrontar de forma similar este tipo de situaciones.

Cambios en la percepción del mundo

Las consecuencias de la tragedia no solo se evidenciaron en el elevado número de personas fallecidas y heridas reportadas, o en la cantidad de pérdidas materiales, sino que también se hicieron visibles, a nivel psicológico, en quienes presenciaron directa o indirectamente este suceso. Dentro de las principales repercusiones psicológicas identificadas en los afectados después de la tragedia, se destacan las dificultades para conciliar el sueño, la sensación de irritabilidad, los pensamientos intrusivos, las conductas de evitación y los bajos estados de ánimo. Además, fue común encontrar en estas personas una sensación de culpa generalizada que alteró la percepción de seguridad que experimentaban con el mundo, con los demás y con ellos mismos.

Las pérdidas a las que se vieron sometidas las víctimas durante la tragedia o el sufrimiento que observaron en otros, los invitó a cuestionarse sobre el sentido de su existencia. Producto de estas constantes preguntas, muchos de ellos tendieron a aislarse de sus principales redes de apoyo y manifestaron sentirse desesperanzados de cara a lo que les deparaba el futuro.

Los relatos de los sobrevivientes que compartieron su experiencia años después de la tragedia de Armero, demuestran que este suceso fue interpretado dependiendo de las características propias de cada individuo, de su historia con el fenómeno. El rol que cumplieron los afectados en el desenlace de sus historias influyó en el sistema de creencias de cada uno de ellos y, con frecuencia, generó sentimientos de culpa.

Independientemente del tipo de acercamiento que haya tenido una persona con una catástrofe natural, es frecuente que empiecen a presentarse alternaciones en la percepción del tiempo, recuerdos marcados por detalles que quisieran olvidar y sensaciones de que su identidad ha sido vulnerada. Las pérdidas temporales o definitivas que haya tenido

una persona como consecuencia de la catástrofe generan secuelas en los sobrevivientes. Esta aproximación abrupta a la muerte modifica la concepción de la vida y causa un inmenso dolor en sus actores principales. Además, la negación que se puede derivar de la tragedia dificulta la elaboración del duelo en los sobrevivientes.

Olvido antes que duelo

Ahora bien, es necesario precisar que es sumamente complicado para las personas reconocer un proceso de duelo ante una tragedia como la de Armero. Los factores socioeconómicos propios de la cultura colombiana impulsan a que, muchas veces, las personas tiendan a ignorar las señales que le envían sus emociones. Por lo general, los seres humanos deciden, quizás sin si quiera darse cuenta, ignorar lo que están sintiendo hasta que perciben que el dolor se ha apoderado por completo de ellos. Las personas que se exponen a una situación traumática transforman su realidad y marcan en su vida un antes y un después. Por más que ellos desearan modificar lo que vivieron o sintieron aquel día, lo cierto es que deben comprender que hay una parte de ellos que ya no volverá a ser como era antes. El ayer se sobrepone al hoy y tiñe de un color oscuro la esperanza de los que vivieron en carne propia los efectos de la tragedia. El duelo se constituye, así pues, como un camino que posibilita la aceptación y la liberación de la experiencia vivida, de la tristeza, de la pérdida, del dolor.

30 años después de la tragedia de Armero, aún quedan heridas sin cicatrizar que impactan directamente en la forma en la que las víctimas representan sus vidas. Las emociones, las reacciones y los pensamientos que quedaron registrados en la memoria de cada uno de los afectados los incita a cuestionarse si podrán o no continuar con sus vidas. En este punto, resulta de vital importancia otorgar un lugar a la transición entre la crisis y el trauma, como un medio que permita elaborar un duelo a las personas que se vieron afectadas por la tragedia que cambió la historia de Colombia.

Textos consultados

- Slaikeu, K. A. (1996). *Intervención en crisis: manual para práctica e investigación*. México: Manual Moderno.
- Wainrib, B. R. y Bloch, E. L. (2001). *Intervención en crisis y respuesta al trauma: teoría y práctica*. España: Desclee de Brouwer.