

EL AFRONTAMIENTO Y LA EFECTIVIDAD EN PRIMERA AYUDA PSICOLÓGICA: UN ESTUDIO EN RESCATISTAS PROFESIONALES

AUTORES: Grinhauz, Aldana Sol; Azzara, Sergio Héctor; Azzollini, Susana.

RESUMEN

El afrontamiento es un proceso complejo y multidimensional, que se conceptualiza como un intento de abordar los factores estresantes de la vida que exceden los recursos existentes. El objetivo de la presente investigación es estudiar si la capacitación en PAP-4C influye en el afrontamiento de los rescatistas y si existen diferencias en la efectividad de un grupo de rescatistas profesionales al aplicar el protocolo PAP-4C en función de su afrontamiento al estrés. Se realizó un estudio comparativo y transversal, con una muestra de 246 rescatistas profesionales (82 mujeres y 164 varones) con una media de edad de 31.40 años (DT = 10.44). Se pactaron dos encuentros en cada caso: en el primer encuentro se desarrolló la capacitación en PAP 4-C y en el segundo encuentro la evaluación mediante un software denominado SIPAPSI y la administración del IVA. Hubo un grupo control de rescatistas profesionales que fueron capacitados luego de su evaluación. Los rescatistas profesionales no capacitados en PAP-4C mostraron una media más alta en todas las dimensiones del IVA. Por otra parte, se realizaron análisis discriminantes con el objeto de utilizar los valores observados de las variables independientes (dimensiones de la variable valoración y afrontamiento) para realizar predicciones sobre los valores de la variable dependiente (efectividad en PAP-4C). El análisis discriminante mostró que las dimensiones del IVA no pueden considerarse buenas predictoras de la efectividad en PAP-4C. Sin embargo, los rescatistas profesionales con una baja efectividad mostraron una media más elevada en la valoración de la situación como amenaza y en el afrontamiento evitativo.

PALABRAS CLAVE:

Rescatistas, Profesionales, Primera Ayuda Psicológica, Afrontamiento, Efectividad, Capacitación

DESARROLLO

Un desastre puede definirse como “una disrupción grave del funcionamiento de una sociedad debida a fenómenos peligrosos que interaccionan con las condiciones de exposición, vulnerabilidad y capacidad, ocasionando pérdidas e impactos humanos, materiales, económicos y/o ambientales” (UNGA, 2016: 13). La recuperación del funcionamiento de la comunidad y del comportamiento después de desastres ha sido ampliamente estudiada durante las últimas décadas. Existen claros hallazgos sobre las intervenciones inmediatas que favorecen dicha recuperación (Pynoos, Schreiber, Steinberg, & Pfefferbaum, 2005). La investigación destaca que la promoción de un sentido de seguridad en los individuos es

esencial para reducir las respuestas biológicas que acompañan al miedo constante y la ansiedad (Bryant, 2006).

En las situaciones de desastre, quienes se encargan de asistir a las personas promoviendo este sentido de seguridad son los rescatistas, los cuales suelen ser bomberos, personal de Defensa Civil y del Ejército Argentino. Una de las intervenciones más respaldadas por distintas organizaciones tales como la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2012), es la *Primera Ayuda Psicológica* (en adelante PAP). La PAP, como su nombre lo indica, es un modo de asistencia a las personas afectadas que se emplea en las primeras fases de un desastre o emergencia.

Según la OMS (2012), la PAP persigue los siguientes objetivos: evaluar las necesidades y preocupaciones de las personas afectadas, brindar ayuda y apoyos prácticos de una manera no invasiva y atender sus necesidades básicas (e. g., de alimentos o información), escuchar, reconfortar y ayudar a las personas afectadas a sentirse calmas, ayudar a las personas para acceder a información, servicios y apoyos sociales y protegerlas de ulteriores peligros. Todos estos objetivos están al servicio de la prevención de trastornos mentales, tales como el trastorno por estrés postraumático.

En Argentina, se ha elaborado el *protocolo PAP-4C* con base en el modelo teórico de Farchi et al. (2018) para la asistencia temprana a las personas afectadas por desastres (Azzollini et al., 2017). Los objetivos de dicho protocolo consisten en despejar el área de trabajo del rescatista y disminuir, como se dijo anteriormente, el riesgo de desarrollo futuro de trastorno por estrés postraumático (Azzollini et al., 2017). El protocolo modificado se basa en cuatro principios rectores: a) *Comunicación cognitiva*: consiste en que el rescatista lleve adelante interacciones cognitivas sencillas con los afectados a fin de activar el lóbulo prefrontal, región cerebral que más se vincula a las funciones ejecutivas, las cuales permiten la adaptación al medio y la resolución de problemas a partir de la integración de diversas informaciones y la previsión y realización de conductas en base a ella; b) *Control y desafío*: implica hacer preguntas sencillas con el objetivo de que la persona asistida logre una sensación de control; c) *Compromiso*: supone comunicar al afectado la responsabilidad de acompañarlo hasta que se encuentre a salvo; d) *Continuidad*: consiste en explicar qué fue lo ocurrido, qué está ocurriendo ahora, y qué ocurrirá después, a fin de ubicar a la persona afectada en tiempo y espacio, para así disminuir su sensación de confusión.

La implementación eficaz de la PAP-4C supone contar con un protocolo que organice y sistematice el conjunto de acciones que los rescatistas deben llevar adelante en una situación de emergencia o desastre. A continuación, se describen de manera sucinta los 10 pasos que constituyen el protocolo basado en el modelo PAP-4C (Azzollini et al., 2017):

El *primer paso* consiste en acercarse a la persona afectada y adoptar su mismo estado, es decir, si está sentada o caminando, el rescatista debe acompañarla en esa misma acción. En *segundo lugar*, se debe buscar un espacio seguro y que garantice la privacidad del afectado (OMS, 2012). Como *tercer paso*, el rescatista debe seguir un comportamiento adecuado a la edad, género y cultura de la persona rescatada. El *cuarto paso* consiste en desarrollar un tipo de escucha activa, mostrándole a la persona rescatada que se le está prestando la atención debida. En *quinto lugar*, se le pregunta el nombre a la persona afectada, al mismo tiempo que el socorrista se presenta aclarando su nivel de responsabilidad.

Respecto del *sexto paso*, el mismo se diferenciará en dos cursos de acción según el estado de la persona afectada: (a) Si está en estado de paralización, pero reacciona a los estímulos con la mirada o con cualquier gesto -estado de paralización no disociado- se la motiva a ponerse de pie y caminar (a menos que tenga un impedimento físico) acompañando

esta acción con una mano en la espalda, detrás de uno de sus hombros, y con la otra mano tomando la suya. De ese modo, se alienta a la persona a que inicie la marcha para dirigirse con el rescatista a un lugar privado y seguro; b) Si la persona se encuentra paralizada sin reaccionar a ningún estímulo-estado de paralización disociado- el rescatista debe tomarle la mano y realizar apretones rítmicos hasta que responda también con movimientos de la mano o se conecte con la mirada o con algún tipo de gesto. Una vez que el rescatado responde de este modo, se debe proceder como en el paso 6 (a) (comunicación personal de Farchi, 2012).

El *paso siete* supone que se le efectúen al rescatado preguntas sencillas, siguiendo el principio de la comunicación cognitiva. El *octavo paso* tiene que ver con el principio de continuidad del modelo de las 4-C, que corresponde a la estructuración de la memoria. Se debe ubicar a la persona afectada en tiempo y espacio, explicándole qué fue lo que sucedió, lo que está sucediendo y lo que sucederá en el futuro inmediato. En el *noveno paso* se trata de activar en la persona rescatada la sensación de control mediante la elección de opciones simples. En el *décimo y último paso*, se motiva a la persona afectada a que se mantenga activa y se ocupe de sí misma y de los otros, tratando también de que coopere con los rescatistas en tareas sencillas (e.g. entregar agua y comida, anotar teléfonos, etc.).

Recientemente, ha habido gran cantidad de trabajos científicos focalizados en el estudio de aquellos factores psicológicos asociados a la efectividad de los rescatistas, en especial en contextos de riesgo e incertidumbre. Si bien se ha probado que las variables contextuales tienen influencia en la eficacia de las acciones de los trabajadores de los equipos de emergencia (Brough, 2004), existen también otros trabajos que muestran que los factores personales del rescatista, como el estilo decisorio en situaciones urgentes (Azzollini & Depaula, 2013) y la empatía (Azzara, Grinhauz, & Azzollini, 2020), entre otros, influyen en la calidad de la respuesta de las tareas de rescate (Moreno Jiménez, Morett, Rodríguez Muñoz, & Morante, 2006). Es altamente relevante la comprensión profunda de las características individuales que constituyen el perfil psicológico idóneo que deben poseer los trabajadores de la emergencia a la hora de llevar a cabo las acciones de PAP en escenarios de desastre.

Un constructo de importancia para la determinación de un perfil efectivo del rescatista es el afrontamiento debido a que este personal se encuentra expuesto a reiteradas situaciones críticas que pueden constituir una fuente importante de estrés. Desde los modelos cognitivos, lo determinante en la respuesta de estrés no es la situación objetiva sino la interpretación que la persona hace de la misma. Es decir, no es el agente estresor lo que define el estrés, sino la percepción que realiza el individuo de la situación. Se puede mencionar el *modelo trasaccional del estrés* de Lazarus y Folkman (1984, 1986), el cual postula que la aparición del estrés y otras reacciones emocionales están mediatizadas por la *evaluación cognitiva o appraisal* realizada por la persona, a partir de la cual puede evaluarse o no una situación como estresante. De esta forma, los autores plantean dos secuencias interdependientes. La primera secuencia recibe el nombre de *evaluación primaria*, donde la persona considera si dicha situación es irrelevante, o supone un desafío o una amenaza. Si la respuesta implica una amenaza, pérdida o daño se determinará a la situación como estresante. Al considerar la situación como estresante, se sigue con la segunda secuencia denominada *evaluación secundaria* en donde la persona evalúa si puede hacer algo al respecto y si sus recursos de afrontamiento son suficientes para confrontar la situación. Si la respuesta es negativa, surgirá la reacción de estrés.

Estos autores señalan al afrontamiento como un proceso dinámico sujeto a la relación del individuo con el entorno, en el cual debe, en algunas ocasiones, llevar adelante estrategias defensivas y, en otras ocasiones, abordar estrategias para la resolución del problema. Entonces, el afrontamiento como constructo psicológico forma parte de la

evaluación secundaria y supone un esfuerzo cognitivo o conductual que se desarrolla en función de las demandas específicas (internas y externas). Si estas demandas son evaluadas por la persona como excesivas para los recursos o herramientas con los que se cuenta, se concluye que tales demandas pueden resultar en un perjuicio para su bienestar físico y/o psíquico (Lazarus & Folkman, 1986).

De esta forma, la importancia de este modelo radica en que las respuestas de afrontamiento son consideradas variables mediadoras o moduladoras entre la persona y la situación y determinan si esta última puede ser generadora de estrés o no. De acuerdo con Lazarus (2000, 2006), las estrategias de afrontamiento pueden estar centradas en el problema para tratar de solucionar las demandas ambientales o pueden estar centradas en los aspectos cognitivos, intentando regular el estado emocional (Holroyd & Lazarus, 1982).

El afrontamiento centrado en el problema se ocupa específicamente de la resolución del mismo a partir de la modificación de las circunstancias estresoras, o de la aportación de nuevos recursos que permitan mantener el equilibrio en la relación de la persona con el entorno. Para ello, la persona puede apelar a la resolución de la situación o a la realización de conductas que modifiquen la fuente de estrés, a partir de las modificaciones de las circunstancias presentes o de sí mismo. Para poner en marcha estas modificaciones, la persona debe evaluar si las condiciones de la situación pueden ser susceptibles de cambio y contemplar soluciones alternativas, sopesar y elegir las distintas opciones de acción según sus costes y beneficios y ponerlas en marcha, es decir, gestionar la planificación de la resolución del problema (Lazarus, 2000, 2006).

El afrontamiento centrado en la emoción tiene como propósito reducir o manejar el malestar emocional asociado o provocado por la situación estresante, cambiando el modo en que se trata o interpreta la situación de estrés que se está experimentando. La persona intenta modificar la significación afectiva que poseen los hechos, de manera que no alteren su equilibrio emocional. El centrarse en la emoción incluye también las siguientes acciones: la búsqueda de apoyo social por razones emocionales, el distanciamiento, el autocontrol, la aceptación de la responsabilidad y la reevaluación positiva de la situación estresante (Lazarus, 2000, 2006).

A partir de estos tipos de afrontamiento –centrado en la emoción o en el problema- se ha establecido una clasificación de seis tipos básicos de afrontamiento, según si la persona confronta el estrés mayormente a través de acciones concretas (estilo conductual-motor) o mediante reestructuraciones o modificaciones del pensamiento (estilo cognitivo), o a partir de la ausencia de acción o por la evitación de la situación de estrés. A continuación, se describen los tipos de afrontamiento de acuerdo a Lazarus y Folkman (1986): 1) Afrontamiento cognitivo; el cual implica una serie de pensamientos dirigidos a la situación estresante como puede ser restarle importancia a la situación; 2) Afrontamiento Cognitivo dirigido a reducir la emoción que puede generar dicha situación como puede ser eliminar los pensamientos negativos; 3) Afrontamiento conductual motor dirigido a la situación que implica una serie de acciones dirigidas a cambiar las consecuencias del hecho, por ejemplo hacer cosas que atraen la atención de los demás hacia el problema, buscando soluciones; 4) Afrontamiento conductual-motor dirigido a reducir la emoción, por ejemplo hacer algo para reducir el nivel de tensión descargándola en una actividad física; 5) Afrontamiento pasivo, el sujeto no responde a las demandas del medio; y 6) Afrontamiento evitativo: implica evitar el problema no pensando en él o distrayéndose con otras actividades o conductas.

Aunque el afrontamiento es un proceso complejo y multifacético, a menudo se conceptualiza como un intento de abordar los factores estresantes de la vida que exceden los recursos existentes (Lazarus & Folkman, 1984), reduciendo así las consecuencias psicológicas

o emocionales que pueden surgir de la experiencia frente a los estresores. A partir de lo dicho, se considera relevante poder estudiar este constructo en una población tan expuesta a situaciones estresantes como son los rescatistas. Estos trabajadores suelen estar sometidos continuamente a eventos calificados por ellos mismos como estresantes, los cuales en muchos casos pueden estar asociadas a: 1) trastornos psicológicos tales como la depresión (Cardozo et al., 2005; Fullerton, Ursano & Wang, 2004) y el estrés postraumático (Fullerton et al., 2004; North et al., 2002); 2) dificultades cognitivas y un mayor consumo de alcohol (Gross et al., 2006; Stewart, Mitchell, Wright, & Loba, 2004) y; 3) un mayor riesgo de suicidio, abuso conyugal y peor calidad de vida (Dowling, Moynihan, Genet, & Lewis, 2006; Harpold & Feemster, 2002; Stinchcom, 2004).

OBJETIVOS E HIPÓTESIS

El objetivo de la presente investigación es estudiar si la capacitación en PAP-4C influye en el afrontamiento de los rescatistas y si existen diferencias en la efectividad de un grupo de rescatistas profesionales al aplicar el protocolo PAP-4C en función de su afrontamiento al estrés.

Se parte de la hipótesis de que la capacitación mejora el afrontamiento al estrés y que esta mejora incide en una mayor efectividad para aplicar el protocolo de PAP-4C

METODOLOGÍA

Tipo de estudio y diseño: Transversal, descriptivo y de diferencias entre grupos

Muestra:

La muestra fue no probabilística intencional. Estuvo conformada por 246 rescatistas (82 mujeres y 164 varones) de 7 cuarteles de la zona de AMBA (Área Metropolitana y Gran Buenos Aires), una sede de la Cruz Roja del partido de Tigre (San Fernando), una sede de Defensa Civil de Morón, y un grupo de cadetes del Ejército Argentino pertenecientes al Colegio Militar de la Nación que habían colaborado en la inundación de la Ciudad de La Plata. Dichas instituciones fueron elegidas debido a la experiencia de sus integrantes en tareas de rescate y emergencias vitales. El promedio de edad fue de 31,40 años (DT = 10.44). Del total de la muestra, 89 rescatistas fueron capacitados mientras que 157 no recibieron la capacitación en PAP-4C.

Instrumentos:

Software SIPAPSI para evaluar efectividad en PAP-4C. Se trata de un software conformado por una serie progresiva de representaciones de situaciones específicas en las cuales un rescatista interactúa con una persona recientemente afectada por una emergencia o desastre. Cada uno de estos escenarios incluye 4 videos, siendo uno solo el verdaderamente correcto, con diferentes comportamientos del rescatista respecto de la persona afectada en un momento determinado del rescate, desde que es inicialmente encontrado hasta que se lo traslada hacia un lugar seguro. El usuario del SIPAPSI solo puede optar por un video de cada escenario. El software SIPAPSI posee en total 7 escenarios, por lo que la cantidad total de aciertos va de 0 a 7. La cantidad de aciertos que la persona obtenga dará como resultado su alta o baja *efectividad en PAP-4C*. Cuando la persona haya acertado de 0 a 4 respuestas, le corresponderá una baja efectividad, mientras que cuando haya acertado de 5 a 7 respuestas, le corresponderá una alta efectividad. Los 7 escenarios del SIPAPSI presentan un índice de dificultad que se ubica en el rango de .30 a .90, y su coeficiente de correlación punto-biserial es

mayor a .30 (Cosentino & Azzollini, 2020). También, poseen evidencias de validez referida al contenido respecto del modelo y protocolo de la PAP (Moshe, 2017 SEMINARIO).

Inventario de Valoración y Afrontamiento (IVA). Se trata de un inventario diseñado por Cano-Vindel y Miguel-Tobal (1992, 1999) y adaptado en nuestro medio por Leibovich de Figueroa (1999). Este instrumento tiene por objetivo evaluar la valoración y el afrontamiento que presentan las personas frente a una determinada situación. Para el presente trabajo, se les pidió a los participantes que pensarán en una situación de desastre o emergencia para responder a los reactivos. El instrumento posee 42 ítems que corresponden a 9 dimensiones. Tres dimensiones evalúan la valoración de la situación y reciben el nombre de 1) valoración de la situación como amenazante [VSA], 2) valoración de la situación como desafío [VSD] y 3) valoración de la situación como irrelevante [VSI]). Por su parte, las restantes seis dimensiones evalúan las estrategias de afrontamiento y reciben el nombre de: 4) afrontamiento cognitivo dirigido a cambiar la situación [ACS], 5) afrontamiento cognitivo dirigido a reducir la emoción [ACE], 6) afrontamiento conductual motor dirigido a cambiar la situación [ACMS], 7) afrontamiento conductual motor dirigido a reducir la emoción [ACME], 8) afrontamiento pasivo [AP], y 9) afrontamiento evitativo [AE]). La persona debe responder en una escala Likert de 5 puntos. A mayor puntaje, mayor es la identificación que la persona tiene con el tipo de afrontamiento o la valoración de la situación.

Procedimiento

Se pactaron dos encuentros con las autoridades de las instituciones correspondientes: en el primer encuentro se desarrolló la capacitación en PAP 4-C y en el segundo encuentro la evaluación mediante un software denominado SIPAPSI y la administración del IVA (ver Apartado Instrumentos). La capacitación tuvo una duración de dos horas aproximadamente. La misma se dividió en tres módulos (dos teóricos y uno práctico). En un primer módulo se desarrollaron conceptos básicos acerca de las estructuras cerebrales involucradas en una situación de desastre. En el segundo módulo, se abordaron cuestiones referidas a la PAP-4C y al protocolo basado en el modelo de PAP-4C. En el último módulo -de índole práctica- se promovió el espacio para que los rescatistas pusieran en práctica lo adquirido en los dos módulos teóricos precedentes a través de dramatizaciones de situaciones que se repiten en su labor cotidiana. Se entregaron certificados de asistencia a cada rescatista. Asimismo, se acompañó la capacitación con material gráfico resumiendo los principales aspectos de la PAP-4C. Las evaluaciones fueron llevadas a cabo por los propios investigadores, quienes se trasladaron a los lugares ofrecidos por las instituciones (cuarteles de bomberos en su mayoría). En todos los casos, los participantes firmaron un consentimiento informado.

Análisis de datos

En principio se llevaron a cabo análisis discriminantes tomando como variable dependiente categórica la efectividad en PAP-4C y como variables independientes cada una de las dimensiones del IVA (ver Apartado Instrumentos). Con relación a la variable dependiente efectividad, se segmentó la muestra total en dos grupos, considerando las respuestas correctas obtenidas en los 7 ítems que posee el SIPAPSI: 1) rescatistas profesionales con alta efectividad: aquellos que obtuvieron 5 o más respuestas correctas; y 2) rescatistas profesionales con baja efectividad: conformado por aquéllos que obtuvieron 4 o menos respuestas correctas.

Posteriormente, se llevaron adelante pruebas t de diferencias entre medias para muestras independientes, tomando como variable dependiente las distintas dimensiones del IVA (ver

Apartado Instrumentos) y como variable independiente si los rescatistas profesionales habían recibido o no la capacitación en PAP-4C.

Para todos los análisis estadísticos, se utilizó el procesador estadístico SPSS versión 24 y se aceptó un error $\alpha < 0.05$ -

RESULTADOS

En primer lugar, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los rescatistas profesionales capacitados y no capacitados en PAP-4C. Los rescatistas profesionales no capacitados en PAP-4C mostraron una media más alta en todas las dimensiones del IVA (ver Tabla 2)

	No capacitados (DE)	Capacitados (DE)	T (244 gl) y significación
VSA Valoración de la situación como amenaza	15,57 (4,82)	12.37 (5.05)	4,91 **
VSD Valoración de la situación como desafío	20.66 (4.98)	18.93 (4.82)	2,63 **
VSI Valoración de la situación como irrelevante	6.16 (2.54)	5.09 (3.11)	2,916**
ACS Afrontamiento cognitivo dirigido a la situación	19.38 (4.49)	17.45 (4,48)	3,230 **
ACE Afrontamiento cognitivo dirigido a la emoción	22.55 (4.65)	20.95 (4.50)	2,620 **
ACMS Afrontamiento conductual motor dirigido a la situación	21,94 (4,55)	20.36 (4.13)	2,706**
ACME Afrontamiento conductual motor dirigido a la emoción	21,43 (5,32)	19,67 (5,07)	2,531*
AP Afrontamiento pasivo	4.52 (2,17)	3,56 (2,38)	3,212 **
AE Afrontamiento evitativo	1.49 (1.10)	.84 (.95)	4,632**

**p<.01; *p<.05

Por otra parte, se realizaron análisis discriminantes con el objeto de utilizar los valores observados de las variables independientes (dimensiones de la variable valoración y afrontamiento: VSA, VSD, VSI, ACS, ACE, ACMS, ACME, AE y AP) para realizar predicciones sobre los valores de la variable dependiente (efectividad en PAP-4C).

Si bien la valoración de la situación como amenaza (VSA) y el tipo de afrontamiento evitativo (AE) influyen en la variable criterio (Lambda de Wilks $_{VSA} = ,947$; $x^2 = 13.21$; $gl = 1$; $p < ,01$; Lambda de Wilks $_{AE} = ,975$; $x^2 = 6.07$; $gl = 1$ $p < ,05$), los resultados del análisis discriminante han mostrado que las dimensiones del IVA no pueden considerarse buenas predictoras de la efectividad en PAP-4C. Los rescatistas profesionales con una baja efectividad mostraron una media más elevada en la valoración de la situación como amenaza ($M_{baja\ efectividad} = 16.17$; $DE=4.88$; $M_{alta\ efectividad} = 13.62$; $DE=5.05$) y en el afrontamiento evitativo ($M_{baja\ efectividad} = 1.51$; $DE=1.08$; $M_{alta\ efectividad} = 1.14$; $DE=1.08$).

Discusión

Este trabajo ha mostrado que el grupo de rescatistas profesionales que ha recibido la capacitación en PAP 4-C obtuvo medias significativamente más bajas en las distintas maneras de considerar una situación y en los distintos tipos de afrontamiento. Esto puede tener que ver con que los rescatistas profesionales que han sido entrenados, al poseer los recursos propios producto del nuevo conocimiento en PAP-4C, directamente no han considerado a la situación de emergencia o desastre como altamente estresante, es decir que excede sus recursos, dado que ya conocen cómo deben enfrentarla. Esto podría traducirse en un afrontamiento más enfocado y funcional (Krohne, 1996). Estar previamente entrenados en PAP-4C supone poseer

recursos para afrontar la situación crítica porque les otorga una sensación de dominio sobre los factores estresantes al aumentar su conocimiento (Affleck & Tennen, 1996; Davis, Nolen-Hoeksema & Larson, 1998). En este sentido, se puede considerar a la capacitación en PAP-4C como una poderosa herramienta no sólo para proveer a los rescatistas profesionales un protocolo sistematizado de acciones concretas ante situaciones de emergencia o desastre, sino que también actúa como una barrera protectora ante el estrés, favoreciendo un menor despliegue de recursos de afrontamiento y una percepción menos estresante de la situación nodal. De esta manera, se confirma la primera parte de la hipótesis de la que se partió, la cual afirmaba que la capacitación mejora el afrontamiento al estrés por parte de los rescatistas profesionales.

Por otra parte, se ha podido constatar que, si bien las distintas formas de valorar una situación y los distintos tipos de afrontamiento no son muy buenos predictores de la efectividad en PAP-4C, la valoración de la situación como amenazante y el tipo de afrontamiento evitativo influyen en dicha variable criterio. El afrontamiento evitativo es un medio para no provocar sentimientos amenazantes evitando los estímulos que desencadenan tales sentimientos (Anshel, 1996; Roth & Cohen, 1986). La investigación ha indicado que esta estrategia puede dar como resultado una mayor patología (Marx & Sloan, 2005) y una menor capacidad de respuesta a estímulos ambientales (Litz, Orsillo, Kaloupek, & Weathers, 2000). La inversión de recursos significativos para la evitación puede obstaculizar los esfuerzos para participar en ciertas actividades, cultivar un comportamiento consciente y centrado en el presente y reconocer las fortalezas innatas que hay en uno (Ehlers & Clark, 2000; Hayes et al., 2006; Kashdan, Breen, & Julian, 2010). La estrategia de afrontamiento evitativa también puede tomar la forma de uso de sustancias, ya que las mismas pueden servir para mitigar el efecto producido por los estresores en curso. De hecho, la ingesta excesiva de alcohol para ayudar a reducir el estrés y mejorar el bienestar psicológico es una estrategia común entre los socorristas (Dietrich & Smith, 1984). La literatura parece sugerir que las estrategias de evitación, cuando se usan de forma aislada o cuando se aplican de manera demasiado rígida, dan como resultado una peor salud mental que las estrategias de abordaje y más enfocadas en el estresor (Anshel, 2000; Brown & Campbell, 1994; Joseph, Murphy, & Regel, 2012; Littleton, Horsley, John, & Nelson, 2007; Suls & Fletcher, 1985). Entonces, el hecho de que quienes más evitan la situación y quienes la perciben más como una amenaza sean menos efectivos, muestran de manera indirecta que la reducción de estas variables por medio de la capacitación resulta útil para mejorar la intervención de los rescatistas. De esta forma, se cumple parcialmente la segunda hipótesis de la cual se partió, la cual afirmaba que la mejora producida por la capacitación en el afrontamiento al estrés por parte de los rescatistas profesionales, también incidiría en una mayor efectividad para aplicar el protocolo de PAP-4C.

Deben mencionarse algunas limitaciones. En principio, el presente es un estudio transversal y no puede inferirse una relación causal entre dicho perfil y una efectividad mayor en PAP-4C. Otra limitación puede tener que ver con el tamaño de la muestra. Una muestra más numerosa podría arrojar resultados con mayor potencia estadística. Sin embargo, debe destacarse la dificultad que presenta el reclutamiento de la muestra, debido a que los rescatistas deben estar capacitados previamente a su evaluación en la toma de datos. Esto implicó que los investigadores concurrieran en varias ocasiones a las instituciones dado que, muchas veces, surgían situaciones de urgencia que debían ser asistidas por los rescatistas profesionales, resultando en la cancelación y postergación del entrenamiento y evaluación.

Para finalizar, este estudio ha permitido mostrar la importancia que adquiere el correcto entrenamiento del personal rescatista profesional como protección ante el estrés.

Referencias Bibliográficas

- Affleck G, & Tennen H (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of Personality*, 64, 899–922.
- Anshel, M. H. (1996). Examining coping style in sport. *Journal of Social Psychology*, 136, 311–323.
- Anshel, M. H. (2000). A conceptual model and implications for coping with stressful events in police work. *Criminal Justice and Behavior*, 27(3), 375–400.
- Azzara, S. H., Grinhauz, A. S., & Azzollini, S. C. Efectividad de Rescatistas en Primera Ayuda Psicológica: Su Relación con la Empatía y los Años de Experiencia. *Revista Científica de la Defensa Nacional*. ISSN 2618-382X (En evaluación).
- Azzollini, S., Azzara, S., Depaula, P., Cosentino, A., & Grinhauz, A. (2017). Modification of the First Psychological Assistance Protocol in Situations of Crisis. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 63(2), 139-147.
- Azzollini, S. C., & Depaula, P. D. (2013). Análisis de Validez y Confiabilidad de una Escala para la Evaluación de Estilos Decisorios Operativos. *Revista Evaluar*, 13, 38-60.
- Brough, P. (2004). Comparing the influence of traumatic and organizational stressors on the psychological health of police, fire and ambulance officers. *International Journal of Stress Management*, 11(3), 237-244.
- Brown, J. M., & Campbell, E. A. (1994). *Stress and policing: Sources and strategies* New York: John Wiley.
- Bryant, R. A. (2006). Cognitive behavior therapy: Implications from advances in neuroscience. In N. Kato, M. Kawata, & Pitman, R. K. (Eds.), *PTSD: Brain mechanisms and clinical implications* (pp. 255–270). Tokyo: Springer-Verlag.
- Cano-Vindel, A., & Miguel-Tobal, J. J. (1992). Inventario de Valoración y Afrontamiento (IVA). *Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. No publicado.*
- Cano-Vindel, A., & Miguel-Tobal, J. J. (1999). Evaluación de la ansiedad desde un enfoque interactivo y multidimensional: El inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA). *Psicología Contemporánea*, 6(1), 14-21.
- Cardozo, B. L., Holtz, T. H., Kaiser, R., Gotway, C. A., Ghitis, F., & Toomey E (2005). The mental health of expatriate and Kosovar Albanian humanitarian aid workers. *Disasters*, 29, 152–170.
- Cosentino, A. C., & Azzollini, S. C. (2020). SIPAPSI: Evaluación de la primera ayuda psicológica en personal profesional. Manuscrito en preparación, Buenos Aires, Argentina.
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefitting from the experience: two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 561–574.
- Dietrich, J., & Smith, J. (1984). The nonmedical use of drugs including alcohol among police personnel: A critical literature review. *Journal of Police Science and Administration*, 14, 300–306.
- Dowling, F. G., Moynihan, G., Genet, B., & Lewis, J. (2006). A peer-based assistance program for officers with the New York City Police Department: Report of the effects of Sept. 11, 2001. *American Journal of Psychiatry*, 163, 151–153.
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 319–345.
- Farchi, M. Comunicación personal. Seminario Estrés y Trauma en Situaciones de Catástrofe. Rectorado del Instituto de Enseñanza Superior del Ejército; 7-8 de Agosto de 2012.

- Farchi, M., Levy, T. B., Gershon, B. B., Hirsch-Gornemann, M. B., Whiteson, A., & idron, Y. (2018). The SIX Cs model for Immediate Cognitive Psychological First Aid: From Helplessness to Active Efficient Coping. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 20(2), 1-12.
- Gross, R. A. Z., Neria, Y., Tao, X., Massa, J., Ashwell, L., Davis, K., ... (2006). Posttraumatic stress disorder and other psychological sequelae among World Trade Center clean up and recovery workers. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071(1), 495–499.
- Fullerton, C. S., Ursano, R. J., & Wang, L. (2004). Acute stress disorder, posttraumatic stress disorder, and depression in disaster or rescue workers. *The American Journal of Psychiatry*, 161, 1370–1376.
- Harpold, J. A., & Feemster, S. L. (2002). Negative influences of police stress. *FBI Law Enforcement Bulletin*, 71, 1–6.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F.W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes, and outcomes. *Behavior Research and Therapy*, 44, 1–25.
- Holroyd, K. A., & Lazarus, R. S. (1982). Stress, coping and somatic adaptation. *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects*, 21-35.
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An affective-cognitive processing model of post-traumatic growth. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 19, 316–325.
- Kashdan, T. B., Breen, W. E., & Julian, T. (2010). Everyday strivings in war veterans with posttraumatic stress disorder: Suffering from a hyper-focus on avoidance and emotion regulation. *Behavior Therapy*, 41, 350–363.
- Krohne, H. W. (1996). Individual differences in coping. In Zeidner M & Endler NS (Eds.), *Handbook of coping* (pp. 381–409), New York: John Wiley.
- Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and emotion: A new synthesis*. Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York: Springer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Leibovich de Figueroa, N. B. (1999). *Adaptación del Inventario de Valoración y Afrontamiento (IVA)*. Departamento de Publicaciones, Facultad de Psicología, U.B.A.
- Littleton, H., Horsley, S., John, S., & Nelson, D. V. (2007). Trauma coping strategies and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Traumatic Stress*, 20, 977–988.
- Litz, B. T., Orsillo, S. M, Kaloupek, D., & Weathers, F. (2000). Emotional processing in posttraumatic stress disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 26–39
- Marx, B. P., & Sloan, D. M. (2005). Experiential avoidance, peritraumatic dissociation, and post-traumatic stress disorder. *Behavior Research and Therapy*, 43, 569–583.
- Moreno Jiménez, B., Morett Natera, N. I., Rodríguez Muñoz, A., & Morante Benadero, M. E. (2006). La personalidad resistente como variable moduladora del síndrome de burnout en una muestra de bomberos. *Psicothema*, 18(3).

- North, C. S, Tivis, L., McMillen, J. C., Pfefferbaum, B., Spitznagel, E. L., Cox, J, ... (2002). Psychiatric disorders in rescue workers after the Oklahoma City bombing. *The American Journal of Psychiatry*, 159, 857–859.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2012). *Guía para trabajadores de campo*. Ginebra: NonserialPublications.
- Pynoos, R. S., Schreiber, M. D., Steinberg, A.M., & Pfefferbaum, B. J. (2005). Impact of terrorism on children. In B. J. Sadock & V. A. Sadock (Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry* (8th ed., pp. 3551–3564). Philadelphia: Lippencott, Williams & Wilkins.
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41, 813–819.
- Stewart, S.H., Mitchell, T.L., Wright, K.D., & Loba, P. (2004). The relation of PTSD symptoms to alcohol use and coping drinking in volunteers who responded to the Swissair Flight 111 airline disaster. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 51–68.
- Stinchcom, J. B. (2004). Searching for stress in all the wrong places: Combating organizational stressors in policing. *Police Practice and Research*, 5, 259–277.
- Suls,J., & Fletcher, B. (1985). The relative efficacy of avoidant and nonavoidant coping strategies: A meta-analysis. *Health Psychology*, 4, 249–288.
- United Nations General Assembly –UNGA (2016). Recommendations of the Open-ended Intergovernmental Expert Working Group on Indicators and Terminology relating to Disaster Risk Reduction 18 November 2016. Geneva.