

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA
EM CRISE E CATÁSTROFE

TÍTULO

Intervenção Psicológica em Crise e Catástrofe

COORDENAÇÃO

Márcio Pereira

AUTORES:

Cátia Mendes Serra, Dulce Pires, Joana Faria,
Márcio Pereira, Maurício Pereira, Rui Pedro Ângelo,
Verónica Oliveira Guerreiro

EDITOR

Ordem dos Psicólogos Portugueses

REVISÃO

Marisa Mendonça

DESIGN DE CAPA E PAGINAÇÃO

Ilídio J.B. Vasco

ISBN

978-989-99037-3-9

DEPÓSITO LEGAL

?

1.^a EDIÇÃO: Outubro de 2015

Impresso por A3 Artes Gráficas, Lda



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

TRAVESSA DA TRINDADE, N.º 16, 5.º A

1200-469 LISBOA

TEL: 213 400 250/1

www.ordemdospsicologos.pt

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM CRISE E CATÁSTROFE

Cátia Mendes Serra
Dulce Pires
Joana Faria
Márcio Pereira
Rui Pedro Ângelo
Verónica Oliveira Guerreiro



ÍNDICE

Agradecimentos	11
Prefácio	13
1. COMPREENDER A INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NA CRISE	17
1.1 Introdução.	17
1.2 Nota histórica	18
1.3 Perfil do Psicólogo de Intervenção na Crise	21
1.4 Serviços de intervenção na crise	25
1.5 Crise Psicológica e Reações de Stress.	27
1.6 Perturbação de Stress Pós-Traumático (PTSD)	32
1.6.1 Prevalência	33
1.6.2 Comorbilidade	33
1.6.3 Curso Natural do Stress Pós-Traumático.	34
1.6.4 Recomendações para a Intervenção Psicológica Precoce.	35
1.7 Resiliência Psicossocial.	37
1.8 Crescimento Pós-Traumático.	41
1.9 Modelos de Intervenção na Crise	44
1.9.1 Modelo das sete fases na intervenção em crise de Roberts (1991)	45
1.9.2 Modelo de Primeiros Socorros Psicológicos adaptados ao quotidiano.	49
1.9.3 Modelo de Tarefas de Myer, Lewis & James (2013).	52
2. INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NA CRISE EM SITUAÇÕES ESPECÍFICAS	65
2.1 Intervenção na Crise Suicida.	65
2.2 Intervenção no Luto e Comunicação de Más Notícias	85
2.2.1 Luto Complicado.	96
2.2.2 Percepção de Morte nas Crianças ao Longo do seu Desenvolvimento	99
2.3 Crises Psicóticas	102
Intervenção Psicológica em Crise	102
Unidade Móvel de Intervenção Psicológica em Emergência.	104

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM CRISE E CATÁSTROFE

Crise Psicótica	104
Intervenção do Psicólogo de Emergência em situações de Crise Psicótica	107
2.4 Intervenção em Crise por Telefone	115
Perspectiva histórica e Objectivos da Intervenção em Crise por Telefone	115
Especificidades da Intervenção por Telefone	117
Intervenção em Crise por Telefone e Características Facilitadoras	118
Contactantes Regulares	119
Intervenção do Psicólogo no Centro de Orientação de Doentes Urgentes (CODU).	120
2.5 Intervenção com Profissionais de Socorro	124
2.5.1 Equipas de Apoio Psicossocial (EAPS) – Autoridade Nacional de Protecção Civil.	128
2.6 Intervenção em Crise em Contexto Escolar	135
A comunicação	137
Rituais fúnebres e memoriais	139
Intervenção psicológica e salas de apoio.	140
Intervenções em sala de aula.	143
Conclusão	148
2.7 Intervenção em Crise em Contexto Prisional	149
Introdução.	149
Intervenção em Crise em contexto prisional	155
Caso Prático	158
Conclusão	160
2.8 Intervenção Psicológica em Acidentes de Viação	163
2.9 Intervenção Psicológica em Crise nos Ataques de Pânico	169

3. COMPREENDER A INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL EM CATÁSTROFE

179

3.1 A Catástrofe, as suas Fases e Vítimas.	180
3.2 Considerações Éticas	189
3.3 Psicologia de Catástrofe – Papel dos psicólogos nas operações de protecção e socorro.	191
Psicologia de Catástrofe	192
Apresentação do Sistema Integrado de Operações de Protecção e Socorro (SIOPS)	192
Plano Nacional de Emergência de Protecção Civil (PNEPC)	193
Importante.	195
Ciclo de Gestão da Emergência	196

ÍNDICE

Apoyo Psicossocial em Catástrofe - Papel dos Psicólogos nas várias fases do Ciclo de Gestão da Emergência	198
Conclusão	203
3.4 Terrorismo	204
Especificidades do Bioterrorismo	208
3.5 Modelos de Intervenção Psicossocial em Catástrofe.	210
3.5.1 princípios de Hobfoll	211
3.5.2 Modelo dos primeiros socorros psicológicos.	216
Conclusão	237
3.6 Especificidades dos Primeiros Socorros Psicológicos durante a Epidemia de Ébola	238
3.7 Linhas Orientadoras para a Colaboração das Vítimas com os Média	243
3.8 Lições Aprendidas em Incidentes Multi-vítimas e Catástrofes em Países Europeus	244
3.8.1 Terramoto na Grécia – Setembro de 1999 (adaptado de Vasso Boukouvala em EFPA, 2009)	247
3.8.2 Naufrágio na Noruega – Novembro de 1999 (adaptado de Atle Dyregov & Rolf Gjestad em EFPA, 2009).	249
3.8.3 Acidente ferroviário na Bélgica – Março de 2001 (adaptado de Olivier Serniclaes em EFPA, 2009)	250
3.8.4 Inundações na Áustria – Agosto de 2002 (adaptado de Eva Munker-Kramer em EFPA, 2009).	251
3.8.5 Queda de aeronave no Luxemburgo – Novembro de 2002 (adaptado de Marc Stein em EFPA, 2009).	252
3.8.6 Acidente de viação na Finlândia – Março de 2004 (adaptado de Salli Saari em EFPA, 2009)	254
3.8.7 Ataque terrorista em Espanha – 11 de Março de 2004 (adaptado de Catherine Perello Scherdel em EFPA, 2009).	255
3.8.8 Acidente ferroviário em Espanha – 24 de Julho de 2013 (adaptado de Arranz, 2014)	267
4. AUTO-AJUDA E GESTÃO DE STRESS	259
4.1 Antes da Intervenção	259
4.2 Durante a Intervenção	261
4.3 Após a Intervenção	264
4.4 Modelo de Primeiros Socorros para o Stress (2013)	265
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	273
Glossário de Siglas	279

AGRADECIMENTOS

Quero expressar a minha sincera gratidão à Ordem dos Psicólogos Portugueses pelo convite endereçado para a realização deste livro e pela importância reconhecida à área da intervenção psicológica em crise e catástrofe.

A todas as vítimas cujo destino fez com que nos cruzássemos num dos piores momentos das suas vidas, o meu mais sincero agradecimento pela partilha, por tudo o que me ensinaram, mas sobretudo por me recordarem a força e a resiliência existentes no ser humano.

A todos os autores que contribuíram com a sua experiência para a realização deste livro, o meu profundo agradecimento.

À minha mulher e aos meus filhos, um agradecimento especial. À minha mulher pelo apoio incondicional e aos meus filhos por me lembrarem diariamente, com os seus sorrisos e alegria inigualáveis, que o prazer e o bem-estar estão quase sempre nas coisas mais simples, bem como de que a esperança no futuro é inevitável.

À minha família e especialmente aos meus pais pelo amor incondicional e pelos valores transmitidos, sobretudo o valor de ajuda ao próximo.

Márcio Pereira

PREFÁCIO

A cada dia que passa assistimos ao desenrolar de novas catástrofes naturais ou crises humanitárias. Não se trata apenas do efeito de uma comunicação mais eficaz que nos permite conhecer o que se passa do outro lado do planeta em escassos minutos. Essas catástrofes fazem parte da vida de um planeta, a que se somam as que são criadas pela mão dos seres humanos, seja indirectamente pelas consequências da actividade na natureza ou pelas crises políticas geradoras de tantas crises humanitárias de proporções imensas. Num mundo com 60 milhões de refugiados o espaço da crise humanitária toma o lugar de muitas crises naturais.

Em qualquer dos casos, os danos causados afectam dramaticamente a vida das pessoas, com as perdas e traumas que daí derivam. Os danos psicológicos de longo prazo são uma realidade, podendo estender-se por toda uma vida, afectando todas as pessoas em qualquer etapa do seu desenvolvimento. Quando jovens o dano compõe-se pela possibilidade de condicionar os seus futuros, porque o dano não é apenas momentâneo, repete-se interiormente, condiciona a vida, impede o avanço, diminui o potencial. Quantas possibilidades perdidas por não se ter superado o trauma, o sofrimento, a perda, e possibilitado a adaptação e o desenvolvimento.

Felizmente o contacto com estas situações levou a um melhor conhecimento do seu impacto e ao desenvolvimento de métodos de

intervenções destinados a minimizar ou mesmo a eliminar o dano psicológico, permitindo às pessoas a continuidade da sua vida com um mínimo de afectação e consequências posteriores. Sabemos que é importante actuar a tempo, diferenciando quem necessita de intervenção e providenciado ajuda e continuidade de auxílio. Desenvolvemos formas de intervenção testadas e que se têm revelado de grande utilidade.

Por isso, deveria ser natural a utilização dos recursos disponíveis, mas estamos ainda longe de uma plena utilização. O desconhecimento sobre o impacto de longo prazo pode explicar como não utilizamos um mínimo de cuidados psicológicos, que podem ter um benefício enorme na vida das pessoas após passarem por uma crise ou catástrofe.

A Ordem dos Psicólogos Portugueses desde a sua constituição, em 2008, e sobretudo desde a existência dos primeiros corpos directivos, em 2010, sempre pautou a sua actividade pelo reconhecimento de que existe um dever de colaboração para com a sociedade portuguesa, pondo ao dispor de múltiplos organismos e estruturas o conhecimento para a atenuação ou eliminação do sofrimento humano. Daí que, sabendo do risco da existência de catástrofes naturais ou de crises humanitárias, que levam ao limite os recursos existentes, entendemos que devemos ter um papel activo na disponibilização de recursos adicionais para lidar com este tipo de situações.

Assim, estabelecemos como objectivo dotar o país de 1000 psicólogos preparados para intervir em catástrofe, que se juntarão a todos os que já têm a responsabilidade primária de actuação nos diversos organismos, sabendo que todos não somos demais para catástrofes ou crises de grandes dimensões.

Convidámos a Dr.^a Patrícia Watson, uma das mais eminentes psicólogas mundiais na área, para formar o primeiro grupo de psicólogos portugueses que, numa fase posterior, serviram de formadores para todos os outros colegas deste programa de intervenção. Nesta formação em cascata vamos a caminho de atingir o nosso objectivo de 1000 pessoas formadas, tendo já ultrapassado mais de 600 neste momento.

PREFÁCIO

Foram escolhidos psicólogos de todo o país, de acordo com o mapa de risco existente para Portugal. Assim, asseguramos que cada região pode contar com um contingente adicional de psicólogos para poder ser activado em caso de necessidade.

Entendemos ainda que seria importante disponibilizar uma obra que reunisse os conhecimentos de várias temáticas dentro do grande tema das catástrofes. E daí a ideia do presente livro que é um contributo de psicólogos portugueses para a área, aliando a dimensão teórica à experiência pessoal. Sob a coordenação e autoria do Dr. Márcio Pereira, teve ainda a colaboração dos psicólogos Dra. Cátia Mendes Serra, Dra. Dulce Pires, Dra. Joana Faria, Dr. Rui Pedro Ângelo e Dra. Verónica Oliveira Guerreiro.

Está aqui reunido um conjunto de textos de grande interesse e relevância para a intervenção em crise e catástrofe.

Completamos, assim, um círculo de conhecimentos, aprendizagem e disponibilidade que conflui num contributo cívico da Ordem dos Psicólogos Portugueses para com a sociedade portuguesa. Conscientes de que o nosso papel não se esgota na prestação de serviços nas mais diversas áreas de intervenção, mas estende-se ao pôr à disposição da população, nos momentos de maior vulnerabilidade, o conhecimento e a prática que ajudam na superação dos problemas psicológicos.

Lisboa, 9 de Outubro de 2015

Telmo Mourinho Baptista
Bastonário da Ordem dos Psicólogos Portugueses