



Conflictos que dejan huella: el efecto psicológico de la guerra.

Nilda Monsalve.

Según un artículo publicado en Perú, por la Revista de Neuropsiquiatría en el año 2022, los efectos psicológicos de la guerra van mucho más allá del conflicto armado. Aspectos tales como la evacuación forzada, el abandono de bienes personales, y en general los cambios en el modo de vida, generan consecuencias negativas en la salud mental, cuyos efectos pueden sentirse incluso con el paso de los años.

Un sector particularmente vulnerable son los niños, quienes en muchos casos se ven obligados a abandonar su hogar, sus amigos y su escuela debido a las consecuencias de un conflicto armado, situación que empeora si uno o ambos padres resultan heridos, o peor aún si mueren.

Al respecto, el Dr. Antonio Lozano, autor del mencionado estudio, señala que lo más preocupante del caso, es que normalmente en situaciones de guerra los servicios de atención médica y ayuda humanitaria se centran principalmente en aspectos de índole física, mientras que la salud mental no se considera algo prioritario. De hecho, en muchos países el acceso a servicios de diagnóstico y tratamiento mental en situaciones de guerra es ineficiente y muy limitado, esto pese a que la recuperación emocional de la población es sin duda fundamental para la recuperación de un país.

Por su parte, aunque el artículo se centra en los sucesos relativos a la guerra entre Rusia y Ucrania, señala que fomentar la calma, mantener la autoestima, y sobre todo promover la esperanza, son aspectos vitales en el apoyo psicosocial de los refugiados y otras víctimas de la guerra, ya que citando a Viktor Frankl, cuando la esperanza es débil la catástrofe puede

eliminarla por completo, pero cuando se ha fortalecido ocurre todo lo contrario, pues se intensifica.

Sobre este punto, el uso de los medios digitales para transmitir mensajes positivos, es una forma en que todos podemos contribuir aunque sea un poco, al fortalecimiento de la esperanza en un mundo donde las guerras siguen dejando su huella de caos.

Fuente: Lozano Vargas, Antonio (2022) El impacto en la salud mental de la población en la guerra de Ucrania (Perú) Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v85n3/0034-8597-rnp-85-03-167.pdf>

Imagen de: UN News.