

Apoyo psicosocial basado en la comunidad para los programas de ACT Alianza

Principios rectores

Este documento fue aprobado por el Comité Ejecutivo de ACT el 14 de diciembre de 2011 como orientación normativa para los programas de los miembros de ACT Alianza.

Fue desarrollado por el Grupo de trabajo psicosocial de ACT.

1. Introducción

Los miembros de ACT Alianza y la Secretaría de ACT (denominados en lo sucesivo “ACT”) tienen el compromiso común de proteger, sin discriminación, los derechos y la dignidad de las personas con las que trabajamos durante nuestras respuestas a emergencias y sucesos angustiosos o situaciones estresantes de larga duración. ACT reconoce su responsabilidad de proteger a las poblaciones afectadas y de reconocer y fortalecer las capacidades locales. Una prioridad subyacente de las situaciones de emergencia es proteger y mejorar la salud mental y el bienestar psicosocial de las personas, y reconocer su capacidad de recuperación y resiliencia. En 2010, ACT Alianza estableció un Grupo de trabajo sobre apoyo psicosocial para promover y apoyar la necesidad de consideraciones sociales y psicológicas en todos los sectores del trabajo de ACT.

El Grupo de trabajo sobre apoyo psicosocial de ACT ha elaborado principios rectores para ayudar al personal de ACT, los consultores y los voluntarios a proporcionar un trabajo de apoyo psicosocial basado en la comunidad en países de todo el mundo. El apoyo psicosocial basado en la comunidad añade una dimensión mental y social a la ayuda humanitaria tradicional y ha cobrado considerable importancia como punto central de los esfuerzos de socorro. Se ha demostrado que es más probable que las personas afectadas se beneficien de los otros componentes de los esfuerzos de recuperación cuando se ha tratado su bienestar psicosocial.

El objetivo de estos principios rectores es servir de referencia para las iniciativas de apoyo psicosocial que emprenden los miembros de ACT Alianza. Estos principios rectores mantienen el nivel de calidad de la labor psicosocial y representan las mejores prácticas en este ámbito. Se basan en los principios de respeto a los seres humanos y sus derechos humanos, igualdad de género, comprensión y habilitación.

2. Comprender el apoyo psicosocial basado en la comunidad

El apoyo psicosocial basado en la comunidad es un enfoque en el que el socorro humanitario integra aspectos psicosociales en la respuesta. El bienestar psicosocial depende de muchos aspectos de la vida de una persona. Para sentirse bien, las personas confían en la interacción social, la estimulación mental y el aprendizaje, la seguridad y la integridad física, y las creencias religiosas y espirituales. Se deben atender sus necesidades materiales, biológicas y psicosociales en cuanto a alimentos, agua, refugio, saneamiento y salud física y mental. Las personas también necesitan estabilidad económica. Después de un desastre, la manera en que se cubren las necesidades básicas de las personas y se garantiza su integridad y seguridad tiene consecuencias en su bienestar y recuperación.

Toda la labor psicosocial comunitaria se basa en el reconocimiento de la capacidad de recuperación, resiliencia y reconstrucción y desarrollo futuros de la comunidad afectada. El apoyo psicosocial va más allá de las fases iniciales de las emergencias y los sucesos angustiosos. Es importante fomentar la creación de capacidad para el autogobierno y la adopción colectiva de decisiones para el desarrollo continuado de la comunidad. Todas las comunidades y personas disponen de recursos y estrategias para abordar las dificultades, la enfermedad y la angustia. Los trabajadores humanitarios tienen la responsabilidad de respetar, comprender y habilitar a las comunidades y las personas en su propia recuperación. Nunca se pueden apoyar las estrategias para tratar las dificultades cuando se violan los derechos humanos básicos de las personas.

2.1 Los desastres afectan a las personas de maneras diferentes

Los desastres afectan al conjunto de la comunidad. Nuestras circunstancias vitales en el momento de la emergencia influyen en cómo la vivimos, y en su impacto en nuestra vida posterior. Una evaluación temprana de las diferentes reacciones a la crisis es importante. Es fundamental distinguir entre la angustia normal y los trastornos mentales. Los equipos de respuesta a emergencias han de respetar y comprender que las distintas culturas responderán de maneras diferentes. A nivel comunitario, tienen que reconocer que las familias y las personas están formadas por hombres y mujeres de todas las edades y niveles de capacidad; algunos de ellos pueden tener necesidades especiales, pero con los mismos derechos. Los miembros de cada grupo afrontan riesgos diferentes y se ven afectados de formas diversas.

Resulta imprescindible comprender a la persona dentro del contexto comunitario y todas sus complejidades sociales y culturales. Es posible que existan influencias externas, traumas, etc., que determinen la capacidad de un individuo para funcionar en otros ámbitos de su vida, incluso la capacidad de defender sus intereses. La comunidad necesita acceder a los otros servicios que se prestan en una emergencia. Sin embargo, es fundamental que cuando se proporcionen servicios externos, se administren de una manera que aproveche los recursos de la comunidad y favorezca su capacidad de recuperación y futuro desarrollo.

Las intervenciones deben centrarse en abordar las diferentes necesidades de todos los grupos. Algunas personas necesitarán mucha atención extra, como los niños sin progenitores, los niños que tienen hogares a su cargo o los padres y las madres solteros que son cabezas de familia. Se debe proporcionar apoyo psicosocial a los vulnerables, incluidos los niños, las personas mayores con discapacidad, las mujeres embarazadas o madres lactantes, y las mujeres o los hombres que han sufrido abusos sexuales o violación. La vuelta a un funcionamiento óptimo debería basarse en la comunidad y potenciarse por medio de actividades y reuniones sociales en escuelas, centros comunitarios, iglesias, mezquitas y organizaciones locales. Satisfacer las necesidades espirituales promueve la salud mental y el sentimiento de pertenecer y estar conectado. Es importante fomentar prácticas de sanación comunitarias positivas, y entender y respetar los rituales de la comunidad y las prácticas funerarias.

En su mayor parte, los individuos afectados por un desastre se curarán y volverán a un nivel de funcionamiento que les permita vivir de una manera satisfactoria. No obstante, las necesidades de recuperación de algunos pueden ser más complejas y llevar mucho más tiempo. La estigmatización de la comunidad podría causarles problemas adicionales a otras personas, que requerirían una atención especial para superarlos.

2.2 Implicar a la comunidad

Para crear una respuesta humanitaria verdaderamente inclusiva y beneficiosa, es necesario dirigirse a las mujeres, las niñas, los niños y los hombres e implicarlos en todos los aspectos de la respuesta. La participación en pie de igualdad es un prerrequisito. Después de un desastre o conflicto, los esfuerzos de respuesta a la catástrofe deberían facilitar la evaluación por parte de la comunidad de sus necesidades, carencias, problemas, recursos disponibles y valores. Eso incluye evaluaciones de las necesidades por parte de las organizaciones locales existentes, tales como organizaciones basadas en la comunidad y organizaciones de la sociedad civil. Empoderar a la comunidad reconociendo y alentando que crea en su propia capacidad para cambiar las cosas y proteger su bienestar general. Se consigue que a nivel local sientan el proyecto como propio y se responsabilicen de él dando una participación activa a las mujeres y los hombres afectados de la comunidad en la toma de decisiones durante todas las fases de la respuesta al desastre, que incluyen la evaluación, la planificación, la implementación y la valoración. Las habilidades para las relaciones, la colaboración y el “conocimiento local” son esenciales para garantizar que la respuesta de emergencia se adapta a la comunidad afectada. Cuando la comunidad afectada haya compartido el sentido de propiedad y la responsabilidad, y sea capaz de tomar como punto de partida sus propios recursos, estará mejor preparada para mantener los cambios más allá del período de recuperación. Después de la recuperación, puede ser necesario no solo rehacer las vidas de la comunidad, sino reconstruir la infraestructura, los servicios y los programas.

Durante las emergencias, muchas personas dependen de la asistencia humanitaria para ayudarles a cubrir sus necesidades básicas. Esa dependencia puede contribuir a un desequilibrio de poder entre quienes prestan servicios y quienes los reciben. La sensibilidad cultural y respecto a las cuestiones de género y la inclusión de la comunidad afectada contribuirán a minimizar los malentendidos y las luchas de poder. Cuando se necesita apoyo externo de organizaciones como ACT Alianza, debe basarse siempre en las capacidades locales existentes con la intención de permitir a la comunidad ser autosuficiente.

2.3 Usar las mejores prácticas

Las intervenciones en casos de desastre pueden ocasionar involuntariamente más daños que beneficios. Para reducir la nocividad, todos los trabajadores humanitarios deben adherirse a principios humanitarios y normas de conducta internacionales. Los organismos también deben estar abiertos a evaluar su programa y permitir exámenes externos. Cooperar con otros organismos y organizaciones, sobre todo locales, facilitará la adopción de las “mejores prácticas” que han demostrado ser eficaces y exitosas.

Es importante actuar de maneras que no hagan daño. La experiencia ha demostrado que las personas que se sienten seguras y vinculadas a otras permanecen tranquilas y esperanzadas. Se demuestra asimismo que quienes tienen acceso a apoyo social, físico, mental, emocional, espiritual y cultural se encuentran en una mejor posición para ayudarse a sí mismos y recibir ayuda de otros. Buscamos el bienestar a largo plazo y un sentimiento de pertenencia y empoderamiento, un sentimiento de ser incluido y también de ser inclusivo. El apoyo psicosocial basado en la comunidad cree en permitir a las comunidades afectadas comprender sus derechos y reivindicar sus derechos y su capacidad para usarlos de forma que puedan beneficiarse de la ayuda de emergencia. Cuando las comunidades pueden apoyarse en sus propios recursos, su sostenibilidad a largo plazo para la recuperación, la reconstrucción y el desarrollo mejora considerablemente.

Principios rectores del apoyo psicosocial basado en la comunidad para los programas de ACT Alianza

Principio 1: Promover los derechos básicos y la dignidad de las mujeres, los hombres, las niñas y los niños, sin discriminación, por su bienestar general, evitando angustia, miedo y dolor innecesarios (p. ej., en el plano físico, emocional y espiritual).

Los derechos de los individuos de una población deberían impulsar el esfuerzo de apoyo. Aunque muchos derechos se desarrollan a partir de necesidades, un enfoque basado en los derechos añade obligaciones legales y morales, y responsabilidad. Se alienta y empodera a las personas y los grupos para que reivindiquen sus derechos; no se les ve como víctimas desafortunadas ni objetos de caridad, sino como personas que reclaman los derechos que les reconoce la ley. ACT promueve que se tomen especialmente en consideración los derechos y la dignidad de las personas mayores, los niños y las personas con discapacidad ya que con frecuencia se han pasado por alto sus necesidades y preocupaciones en las situaciones de desastre y conflicto.

Posibles acciones

- Hacer que los derechos humanos ocupen una dimensión integral en la elaboración, la implementación, el seguimiento y la evaluación de los programas psicosociales en situaciones de emergencia, en particular para las personas que se considera que están en peligro o estigmatizadas. Los miembros de ACT Alianza y/o sus asociados locales en la implementación tienen que estar familiarizados con las pertinentes leyes y normas locales que protegen los derechos de las personas a las que se sirve en el esfuerzo de respuesta. Además, se debe reconocer y apoyar a los organismos gubernamentales encargados de garantizar esos derechos. Es una de las claves de cualquier enfoque basado en los derechos.
- Promover una prestación de servicios inclusiva y no discriminatoria, y evitar el innecesario internamiento de personas con trastornos mentales o niños no acompañados.
- Proteger a los supervivientes de violaciones de los derechos humanos del riesgo de estigmatización incluyéndoles en programas más amplios.
- Defender ante las organizaciones de derechos humanos y los donantes la necesidad de apoyo psicosocial para los supervivientes y proporcionarles información sobre las estructuras de apoyo disponibles.
- Garantizar mecanismos de denuncia claros e igualmente accesibles para los titulares de derechos.

Principio 2: Incluir consideraciones sociales y psicológicas en todos los sectores del trabajo de ACT (p. ej., agua y saneamiento, medios de vida, refugio, salud y seguridad).

Todos los ámbitos principales de la respuesta humanitaria tienen componentes psicosociales que desempeñan una función importante ayudando a las personas a curarse después de un suceso traumático. El aspecto social de estos servicios básicos es muy importante desde el punto de vista psicológico. La manera en que se distribuye la asistencia, cómo se organizan los campamentos y dónde se sitúan, la prestación de servicios a una población afectada y cómo se integra la protección y la participación en pie de igualdad en el programa influyen en la sensación de bienestar de las personas y en su capacidad para superar eficazmente el desastre.

Posibles acciones

- Evaluar los factores psicosociales en todas las actividades relacionadas con la seguridad alimentaria, la ayuda alimentaria, el agua y el saneamiento, el refugio y la planificación de emplazamientos.
- Posibilitar la participación en la evaluación, la planificación y la implementación, involucrando especialmente a las mujeres y otras personas en riesgo.
- Promover la dignidad, la seguridad y la protección en todas las actividades de agua y saneamiento, garantizando que las letrinas y las zonas de baño se pueden cerrar con llave y están bien iluminadas.
- Prevenir y gestionar los conflictos en torno a la ayuda humanitaria entre las familias afectadas, los grupos desplazados, los residentes permanentes, los asociados locales y los donantes extranjeros de manera constructiva.
- Implementar la ayuda de emergencia de una manera adecuada desde el punto de vista cultural que proteja la identidad, integridad y dignidad de los principales interesados.

Principio 3: Apoyarse en estrategias de autoayuda comunitarias, promoviendo la propiedad y el control de los recursos por parte de la comunidad con la utilización de procesos participativos de compromiso y toma de decisiones.

Los enfoques basados en la comunidad reconocen y se apoyan en las estrategias existentes en la comunidad para hacer frente a la situación y tratan de aumentar la resiliencia de las personas y sus familias. Las comunidades identifican sus necesidades y participan en la implementación de estrategias que consideran apropiadas para sus circunstancias.

Posibles acciones

- Posibilitar la participación en pie de igualdad en la evaluación, la planificación y la implementación, incluyendo a las mujeres y otras personas en riesgo.
- Facilitar el proceso de la identificación por parte de la comunidad de las medidas prioritarias por medio de la evaluación rural participativa y otros métodos participativos.
- Facilitar una evaluación de las cuestiones de género como base para intervenciones específicas.
- Prestar atención a las barreras idiomáticas, sobre todo cuando limitan la participación local en fases de los esfuerzos de socorro. Evitar dar poder a quienes hablan el idioma de las organizaciones no gubernamentales cuando la comunidad está más capacitada y mejor informada para liderar el esfuerzo.

Principio 4: Promover la vuelta al funcionamiento óptimo de las comunidades y personas afectadas por medio de su participación en actividades y reuniones sociales dentro de estructuras locales como escuelas, centros comunitarios, iglesias, mezquitas y organizaciones locales.

Las comunidades afectadas tienen que participar activamente en todos los aspectos de la respuesta humanitaria. Su participación en la evaluación, planificación, implementación y valoración de todos los esfuerzos de socorro es imprescindible. Siempre que sea posible, se deberían utilizar y fortalecer las estructuras y los programas que existen en la comunidad afectada. Dado que el impacto psicológico y social de las emergencias puede durar mucho, es importante que la comunidad afectada sea capaz de mantener los programas a largo plazo.

Posibles acciones

- Apoyar las iniciativas de la comunidad, alentando activamente a quienes promueven el apoyo familiar y comunitario a todos los miembros de la comunidad afectados por la emergencia, incluidas las familias monoparentales y las personas expuestas a un mayor riesgo.
- Alentar la formación de grupos, especialmente los que se basan en grupos que existían con anterioridad, para llevar a cabo diversas actividades de autoayuda y planificación.

Principio 5: Reconocer y alentar que la comunidad crea en su propia capacidad para cambiar las cosas y proteger su bienestar general apoyándose en sus propios recursos.

La manera en que se distribuye la asistencia y la prestación de servicios a una población afectada son de vital importancia para su capacidad para superar eficazmente el desastre. Los proyectos de respuesta humanitaria inadecuados pueden menoscabar el bienestar creando entornos sociales estresantes y limitar el acceso de algunas personas a sus derechos básicos.

Cuando se trata a una población como si dependiera por completo de la ayuda externa, con el tiempo sus miembros pueden realmente llegar a ser dependientes de esa ayuda. Los roles y las relaciones familiares se debilitan, y se distorsionan las relaciones en la comunidad. El amor propio, la autoestima y la confianza en uno mismo se ven perjudicados o son destruidos, lo que afecta al bienestar de las personas y la comunidad. Por consiguiente, es esencial basar el apoyo en las capacidades locales existentes.

Posibles acciones

- Establecer pronto espacios seguros y suficientes para apoyar los debates sobre la planificación y la divulgación de información en todos los idiomas necesarios para llegar a todos los individuos.
- Reconocer y destacar el apoyo psicosocial que viene de los propios miembros de la comunidad afectada.
- Basar la respuesta de emergencia en los recursos disponibles, evitando dar más ayuda de la necesaria.
- Asegurarse de que la presencia física de los miembros de ACT Alianza en la zona afectada sigue el principio de no hacer daño, que la protección y la participación están integradas y se comprenden bien a todos los niveles y que los mecanismos de denuncia están funcionando.

Principio 6: Promover prácticas de sanación comunitarias positivas, haciendo hincapié en las estructuras de apoyo de la familia y de la comunidad para atender necesidades individuales y colectivas.

Disponer de estrategias colectivas para hacer frente a la situación, como funerales, rituales y ceremonias, y redes de apoyo social, como familias, amigos, grupos afines e instituciones y comunidades religiosas y culturales que apoyen, reduce la probabilidad de que haya efectos adversos duraderos después de un suceso desastroso.

Posibles acciones

- Facilitar las condiciones para prácticas de sanación adecuadas, como rituales y prácticas funerarias, que son importantes para las personas afectadas y compatibles con las normas internacionales de derechos humanos.

Principio 7: Satisfacer las necesidades espirituales de las personas para mantener una buena salud mental y el sentimiento de pertenencia o conexión.

Centrarse en la vida espiritual de la comunidad aumenta las posibilidades de cohesión entre los supervivientes. Cuando se trata a los líderes espirituales con respeto y se les incluye en la planificación general, pueden facilitar el acceso a personas clave y alentar la cooperación de la comunidad local. Aunque considera que las necesidades espirituales son fundamentales para los procesos de sanación, ACT nunca condiciona la promesa, prestación o distribución de asistencia a abrazar o aceptar un determinado credo religioso.

Posibles acciones

- Ponerse en contacto con líderes religiosos y espirituales locales y otros guías culturales para conocer sus opiniones sobre cómo se ha visto afectada la gente y sobre las prácticas que ayudarían a la población afectada.
- Enterarse de los apoyos culturales, religiosos y espirituales y de los mecanismos para hacer frente a los problemas, y divulgar la información entre los agentes humanitarios en reuniones sectoriales y de coordinación.
- Debatir con los líderes las tradiciones y prácticas nocivas que pueden dificultar la sanación.
- Dar a los cuidadores espirituales el apoyo y los cuidados que necesitan para ser eficaces.

Principio 8: Aumentar la resiliencia de una comunidad y sus esperanzas de recuperación y sostenibilidad a largo plazo fomentando su capacidad de crecimiento.

Las mujeres y los hombres de las comunidades afectadas deben controlar la dirección de su recuperación. Cuando hagan suyos los programas y se responsabilicen de ellos, estarán mejor preparados para mantener los cambios más allá del período de recuperación.

Posibles acciones

- Facilitar el proceso de la identificación por parte de la comunidad de las medidas prioritarias por medio de la evaluación rural participativa y otros métodos participativos.
- Apoyar las iniciativas de la comunidad, alentando activamente a quienes promueven el apoyo familiar y comunitario a todos los miembros de la comunidad afectados, incluidas las personas que corren más peligro.
- Apoyar las iniciativas y estructuras de la comunidad que promueven y mantienen el acceso de las mujeres a la participación en la toma de decisiones.
- Recordar que una situación de emergencia no es solo una tragedia, sino que también puede convertirse en una plataforma para que la comunidad cambie a mejor. Puede fomentar un nuevo liderazgo y nuevos roles, y promover más igualdad en el acceso a los servicios y la adopción de decisiones. Por lo tanto, es importante que el apoyo humanitario sostenga situaciones igualitarias y justas, ya sea voluntaria o involuntariamente.
- Involucrar activamente a los asociados locales y no tratarlos como meros ejecutores de nuestras ideas, sino como los principales responsables de la sostenibilidad de los esfuerzos de socorro.