



COMUNICADO

1 de julio de 2026

Ante la devastación causada por el movimiento telúrico del pasado 24 de junio, activamos la Red de Apoyo Psicológico UCV (RAP), integrada por la Escuela de Psicología, el Instituto de Psicología y los Postgrados en Psicología de la Universidad Central de Venezuela.

En primer lugar, expresamos nuestra más profunda solidaridad ante las invaluable pérdidas humanas y materiales. Lo sentimos profundamente y haremos todo lo que esté en nuestras manos para acompañarnos.

Las implicaciones psicosociales de un evento de esta magnitud no pueden pasarse por alto, las pérdidas de vidas fracturan el tejido familiar, mientras que la destrucción material quebranta el sentido de seguridad básico de toda una comunidad. En este momento, nuestra comunidad enfrenta un proceso de duelo colectivo.

Para iniciar ese camino de recuperación, lo primero es atender lo esencial. No es posible brindar calma a quien aún corre peligro o no ha podido alimentarse. Antes de cualquier intervención emocional, es fundamental garantizar el acceso a un refugio seguro, agua, alimento y atención médica de emergencia. Sentirse físicamente a salvo es el primer estabilizador psicológico, para promover la salud mental debemos asegurar que contamos con salud física. Solo cuando estas necesidades básicas están cubiertas, la persona podrá comenzar a procesar lo vivido.

Es importante comprender que el duelo no solo se manifiesta ante la pérdida de seres queridos, sino también ante la pérdida del hogar, de los espacios cotidianos y de la sensación de estabilidad que nos sostenía. Cada persona vive este proceso de manera única, algunas pueden sentir incredulidad, otras angustia, rabia, miedo o profunda tristeza; todas estas reacciones son respuestas naturales ante esta situación. Acompañar ese dolor, sin minimizarlo ni apresurarlo, es el primer paso hacia la recuperación emocional. En estos momentos, lo “normal” es sentirse mal. Esperamos que con el pasar de los días manejemos mejor estas reacciones.

Es igualmente importante cuidar la manera en que nos acercamos a quienes han sido los principales afectados. Presionar a alguien para que relate los detalles de cómo vivió el terremoto o cómo perdió a sus seres queridos, lejos de ayudar, puede profundizar el daño y cronificar su situación. En estos primeros momentos, el respeto por los tiempos de cada persona es fundamental. Si alguien llora, se le acompaña. Si alguien calla, se le respeta. No hace falta llenar el silencio con palabras; a veces, la presencia serena y la seguridad de saber que no se está solo son el apoyo más poderoso que podemos ofrecer.

Exhortamos a las autoridades, instituciones y a la comunidad en general a promover el reagrupamiento familiar como una prioridad urgente. La separación de los núcleos familiares genera niveles de angustia que agravan significativamente el impacto emocional del desastre. Por ello, es indispensable establecer puntos centralizados de información, mantener listados actualizados de sobrevivientes y habilitar zonas de encuentro seguro dentro de los albergues. Que las familias permanezcan unidas o puedan localizarse con rapidez no es solo una cuestión logística, es una necesidad psicológica de primer orden.

De igual forma, es urgente prestar especial atención a nuestros niños y niñas. La infancia procesa el malestar psicológico de manera distinta al adulto, algunos pueden regresar a conductas que ya habían superado en etapas anteriores; otros pueden manifestar mutismo, intranquilidad o desobediencia; inclusive pueden dejar de comer o tener pesadillas. Estas son señales de un mundo interior que necesita reconstruirse. Por ello, instamos a crear y sostener espacios amigables donde los niños puedan jugar, dibujar y estar bajo el cuidado de adultos capacitados, mientras sus padres gestionan los trámites propios de la emergencia. El juego no es un lujo en medio del desastre, es el lenguaje con el que la infancia comienza a devolver estructura a su mundo roto.

Asimismo, hacemos un llamado a reducir la proliferación de rumores. En un evento de esta magnitud, la incertidumbre se convierte en terreno fértil para la desinformación y la desinformación alimenta el miedo. La información clara y oportuna es, en sí misma, una herramienta de contención emocional.

Ponemos a disposición el modelo de Primera Ayuda Psicológica (PAP), una herramienta que no requiere ser profesional de la salud mental para aplicarse. Se trata de tres acciones concretas: **observar, escuchar y conectar**. **O**bservar significa identificar a quienes necesitan atención urgente, ya sea por lesiones físicas o por encontrarse en estado de shock severo. **E**scuchar implica ofrecer una presencia empática a quienes desean hablar, sin forzar ni interrogar. Y **C**onectar es facilitar que esas personas puedan reunirse con sus seres queridos y acceder a los servicios de apoyo disponibles. Es fundamental entender que la Primera Ayuda Psicológica no es una intervención clínica ni pretende serlo, es el acompañamiento humano que se le brinda a alguien que se encuentra emocionalmente alterado, y puede marcar la diferencia entre una persona que se siente abandonada y una que siente que alguien está ahí. Por ello, invitamos a los equipos en el terreno a capacitar a líderes comunitarios y voluntarios en este modelo, para multiplicar las manos que sostienen a nuestra comunidad.

No podemos olvidar la importancia de los ritos de despedida. En la medida de lo posible, debe permitirse que las familias identifiquen y despidan a sus seres queridos siguiendo sus costumbres culturales y religiosas. Estos rituales no son un formalismo, son el camino que cada persona y cada comunidad necesita recorrer para cerrar su duelo con menos dificultades. El manejo digno de los fallecidos no es solo una obligación ética, es un pilar fundamental de la salud mental colectiva.

Finalmente, queremos dirigirnos a quienes hoy sostienen a los demás, los rescatistas, los voluntarios, el personal de salud y todos aquellos que han puesto su bienestar en segundo plano para atender la emergencia. Gracias, Muchas Gracias, pero recuerden que cuidar a quien cuida no es opcional, es imprescindible. Hacemos un llamado a programar turnos obligatorios de descanso, a abrir espacios de ventilación emocional al finalizar cada jornada de rescate y a garantizar que quienes entregan todo por otros tengan cubiertas sus propias necesidades básicas. El agotamiento físico y emocional acumulado sin atención puede derivar en un desgaste psicológico severo, y Venezuela necesita que sus rescatistas también se mantengan en pie.

Desde la Red de Apoyo Psicológico UCV reafirmamos nuestro compromiso con la salud mental de nuestra comunidad y del país. Este no es un camino que se recorre solo. La recuperación emocional tras un desastre de esta magnitud es un proceso colectivo que requiere paciencia, acompañamiento y la certeza de que pedir ayuda no es un signo de debilidad, sino un acto de fortaleza.

Venezuela se reconstruye no solo con ladrillos y cemento, sino también con la capacidad de sostenernos unos a otros.

Estamos aquí. No están solos.

Profa. Aysbel González Álvarez

Directora de la Escuela de Psicología UCV

Prof. José E. Rondón

Director del Instituto de Psicología UCV

Este comunicado se fundamenta en los lineamientos establecidos por los siguientes documentos de referencia internacional:

Comité Permanente entre Organismos. (2007). *Guía del IASC sobre salud mental y apoyo psicosocial en emergencias humanitarias y catástrofes*. IASC.

Organización Mundial de la Salud, War Trauma Foundation y World Vision International. (2012). *Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo*. OMS.