

El psicólogo SERE

JUAN J. ARBOLÍ NEVOT
*Teniente coronel
del Ejército del Aire*

IGNACIO LASERNA HERRÁIZ
*Teniente reservista
del Ejército del Aire*

Adelantábamos en el artículo «La vuelta a la normalidad» publicado en la RAA nº 913 del mes de junio, el papel del psicólogo SERE y su necesaria formación para eventos relacionados con la recuperación de personal (PR). En este vamos a desarrollar las tareas de la figura del psicólogo para comprender mejor la necesidad de su verdadera especialización.

EL PAPEL DEL PSICÓLOGO SERE EN LA PREPARACIÓN DE LA FUERZA

Algunos aspectos relacionados con la psicología SERE (supervivencia, evasión, resistencia y extracción) deben formar parte de la formación básica de todo el personal de las Fuerzas Armadas, con la finalidad de convertirse en más resiliente ante situaciones de aislamiento o captura. Esta formación debería ser impartida, o al menos dirigida, por un psicólogo SERE y estar enfocada hacia dos aspectos que son clave para intentar mitigar los efectos psicológicos que puede sufrir el ISOP (Isolated Personnel):

- Por un lado y con respecto al ISOP, se podría aprovechar la formación SERE para prepararse frente a las presiones psicológicas y de estrés a las que deberá hacer frente durante su aislamiento o captura. Aquí tienen cabida sencillas técnicas de respiración, relajación, autohipnosis, mentalización, *mindfulness* etc. puesto que son técnicas psicológicas que van a permitir aumentar las posibilidades de supervivencia y que nos van a facilitar el trabajo para una mejor reintegración una vez el ISOP sea recuperado. Existe una máxima que dice que: «Para morir bastan tres semanas sin comer, tres días sin beber, tres minutos sin respirar y tres segundos si se toma una mala decisión». El tomar una decisión, u otra, ante un mismo acontecimien-

to puede estar condicionada por el entrenamiento, no solo técnico, sino también psicológico, que previamente hayamos tenido y por la situación emocional que va a mediar nuestra percepción de la realidad. Aquí entran en juego también unas buenas capacidades de inteligencia emocional que también pueden ser reforzadas con entrenamiento.

- Por otro lado, estarían las fuerzas de recuperación y otro personal que pueda tener contacto con el ISOP una vez recuperado. Aquí el énfasis debe ponerse en que este personal posea conocimientos básicos en primeros auxilios psicológicos¹. El apoyo psicológico está basado en evidencias científicas y ha sido creado con el fin de:



Adiestramiento SERE en EZAPAC



Adiestramiento de PJ del EZAPAC

- Aliviar el sufrimiento.
- Mejorar la actuación de la víctima a corto plazo.
- Reducir los efectos negativos a largo plazo.

Los primeros auxilios psicológicos, al igual que los físicos, pueden ser aplicados por cualquier persona que haya recibido la formación necesaria. Está plenamente justificado su conocimiento y utilización por parte del personal operativo encargado de la recuperación, como las fuerzas de extracción del EZAPAC, por ser los primeros en entablar comunicación con el ISOP antes de que pueda intervenir el psicólogo SERE.

Además de colaborar en la formación en primeros auxilios y otros aspectos psicológicos en los distintos cursos SERE, un aspecto muy importante es que el psicólogo SERE sea reconocido como un elemento que va a contribuir de forma

decisiva en la reintegración o vuelta a la normalidad en situaciones de aislamiento que hayan podido tener consecuencias psicológicas. De esta forma, si alguno de los militares que haya recibido la formación previa de un determinado psicólogo SERE, en el caso de que alguna vez tenga que ser recuperado y reintegrado, el conocimiento personal de ese psicólogo que le va a ayudar en la reintegración va a ser de gran ayuda en ese proceso. Además, este psicólogo SERE debe ser el que esté en contacto con sus familiares, puesto que ellos también pueden necesitar ayuda, y seguro que de ese modo les podrá brindar una atención psicológica más personalizada. Finalmente, se puede convertir en un asesor válido para determinar qué información se le debe, y puede, dar o no a estos familiares.

EL PSICÓLOGO SERE EN LA REINTEGRACIÓN DEL PERSONAL RECUPERADO

Una vez rescatado el ISOP y llevado a un lugar seguro, comienza su reintegración o vuelta a la normalidad. Cada proceso será totalmente distinto, dependiendo de factores tales como: si el personal rescatado es civil o militar, si ha tenido formación previa, si ha estado aislado o ha sido capturado, si ha sido interrogado o ha sufrido tortura, si iba solo o en grupo, si estaba herido, si han muerto compañeros o si él mismo ha matado a algún adversario, si tiene sentimiento de culpa por haber cometido alguna negligencia, etc. Todas estas variables van a influir enormemente en la valoración e intervención psicológica que se pueda hacer de la persona o grupo de personas rescatadas. Por tanto, el psicólogo SERE tendrá que evaluar y adaptar su intervención a cada circunstancia particular que se le presente, ya que todas van a ser distintas. Igualmente, su actuación será diferente en caso de tener que comunicar a los familiares la liberación y el proceso de reintegración que tienen por delante, o por el contrario lo que debe es comunicar la muerte o la desaparición de su familiar.

La transición desde una situación de peligro vital, cautiverio o aislamiento hacia la vida familiar y social anterior, para que se haga de una forma saludable psicológicamente hablando, puede requerir las siguientes etapas:



Curso SERE C en la Escuela Militar de Paracaidismo. (Imágenes: Escuela Militar de Paracaidismo)



Alas para volar, motivos para regresar. (Imagen: María Luisa Martínez León)

- Ayudar al personal recuperado a tener la capacidad de predecir lo que le va a suceder en el futuro inmediato.

- Calmar la activación producida por elementos emocionalmente intensos sufridos durante el aislamiento o cautiverio mediante la facilitación de la narración y escucha activa por parte del psicólogo SERE en entrevistas individualizadas o mediante *debriefing*.

- Normalizar las respuestas emocionales y físicas que puede estar sufriendo como consecuencia de la vivencia traumática.

- Ayudarle a adquirir sensación de control y responsabilidad de

sus próximos actos. Hacerle consciente de que ya está en libertad y seguridad.

- Ayudarle a encontrar un sentido a la experiencia que ha tenido que vivir. Aquí es muy importante hacerle entender que la información que aporta a la inteligencia y las lecciones aprendidas ayudarán a próximas misiones y a facilitar que se puedan salvar otras vidas.

Durante la fase de reintegración, las prioridades principales son la seguridad del personal recuperado, también de los equipos de recuperación, y la estabilización médica, en caso necesario. También es impor-

tante dar información de forma que el personal recuperado pueda predecir lo que va a suceder durante el transcurso de la operación de rescate y después de esta.

Inicialmente, el personal recuperado deberá estar aislado de cualquier persona que no tenga un papel en su reintegración. Será el psicólogo SERE el que se encargue de dar la información pertinente sobre lo que ha ocurrido y lo que va a suceder en el futuro próximo, así como de servir de enlace entre el personal reintegrado y el mundo exterior, familiar y social. Durante esta etapa, el psicólogo SERE evaluará y planificará la actuación que deberá realizar con el personal recuperado y su familia para ayudar a una recuperación lo más sana y expedita posible.

Posteriormente, habrá que ir dando al personal recuperado cierto control, e irle permitiendo la toma de decisiones de lo que va a acontecer con pequeñas acciones como, por ejemplo, elegir qué va a cenar entre dos alternativas. Poco a poco, hay que ir dejándole recuperar las riendas de su vida.

El psicólogo SERE debe conocer las habilidades sociales de la persona reintegrada antes de que se produjera el aislamiento o cautiverio, de tal forma que pueda potenciar sus fortalezas. Así mismo, debe estudiar sus relaciones familiares y sociales, ya que estas van a formar su grupo de apoyo en la vuelta a la normalidad. Del mismo modo es importante conocer cual era su rol dentro de la organización militar y si puede volver



Imagen: Personnel Recovery Training & Education Centre)

a desempeñar el mismo papel o va a necesitar un cambio de destino temporal o definitivo.

Lo ideal en todo este proceso de reintegración sería que la persona consiguiera convertirlo en un crecimiento personal e incorporara en su vida los aprendizajes positivos que se pueden extraer de toda crisis o situaciones vitales extremas. Para eso es necesario que se integre la experiencia vivida de forma sana en su historia personal.

FASES EN LA RECUPERACIÓN DE PERSONAL Y PARTICIPACIÓN DEL PSICÓLOGO SERE EN CADA UNA DE ELLAS

Podríamos marcar cuatros etapas en el proceso de reintegración del personal rescatado y asignar el papel del psicólogo SERE en cada una de esas fases: fase I, recuperación; fase II, sitio seguro y, en su caso, vuelta al servicio y/o pase a fase III; fase III, reintegración en su entorno social, y fase IV, seguimiento de la reintegración

- Fase I. Recuperación. En esta fase, en la que se produce la extracción del ISOP, lo principal es garantizar la seguridad del equipo de recuperación y del personal que vaya a ser recuperado. El psicólogo SERE no estará presente durante el rescate, pero, si es posible, se reunirá con el equipo de fuerzas de extracción con anterioridad a la operación y con el personal encargado de escoltar a la persona o personas recuperadas durante y tras la operación de rescate. Como pautas generales, el psicólogo SERE colaborará con el equipo de rescate para garantizar las siguientes actuaciones en el momento de la recuperación:

- Que uno de los miembros del equipo de fuerzas de extracción esté designado como responsable del personal rescatado.
- Ser capaz de manejar la situación para poner a salvo al personal recuperado, considerando incluso



PJ EZAPAC identifican y acompañan al ISOP

restringirle la movilidad ya que, en ocasiones, el ISOP no es capaz de pensar y de actuar racionalmente debido al estrés de ese momento. De hecho, incluso puede negarse a ser rescatado en un primer momento.

Actuaciones:

- Que se le recuerde repetidamente al ISOP que son miembros de la fuerza de recuperación, y que ya está a salvo y bajo el control de las Fuerzas Armadas amigas. Es conveniente mostrar cercanía, llamándole por su nombre y diciéndole los nuestros.

- Formularle preguntas tácticas que puedan ayudar al desarrollo de una misión posterior, si se observa que cognitivamente tiene contacto con la realidad.

- Que se le informe de lo que está sucediendo y de lo que va a ocurrir a continuación: cómo se van a trasladar a zona segura, quién estará esperando y qué pasará entonces, cómo debe ser su comportamiento durante el traslado y, sin llegar a saturarlo ni agobiarlo, cualquier otra información que se considere conveniente para el éxito de la misión.

- Trasladarle al psicólogo SERE toda información que pueda ser de interés; por ejemplo, si ha cooperado, si es capaz de seguir instrucciones sencillas, si tiene un pensamiento racional y si tiene un comportamiento adecuado a la situación. Igualmente será fundamental que se informe sobre las condiciones de vida o la situación de cautiverio, si ya se dispone en ese momento.

- Fase II. Una vez el ISOP haya sido conducido a una zona segura, debe haber una transferencia, cara a cara, entre el personal asignado como responsable del ISOP y el psicólogo SERE, de forma que se transfiera toda la información que sea de interés para el proceso de reintegración. En este momento es cuando puede realizarse el interrogatorio táctico, reconocimiento médico y la entrevista con el psicólogo SERE.



Tras las primeras intervenciones psicológicas, puede ser el momento de comunicar a los familiares la situación en que se encuentra la persona rescatada y anticipar lo que va a ocurrir en las próximas horas o días, así como comenzar a preparar el reencuentro. En muchas ocasiones, no será el personal rescatado quien se dirija en un primer momento a sus familiares, sino el propio psicólogo SERE.

En esta fase también es conveniente evaluar si es posible la inmediata vuelta al servicio. Si de esta evaluación médica y psicológica se determina que no es posible, habrá que preparar su paso a la fase III. Por el contrario, si su vuelta al servicio es posible, se hará un seguimiento del caso y la reintegración puede ser

dada por finalizada, de momento. Sería conveniente una preparación previa al momento en que tenga que pasar a la fase III, por si hubiera que hacer alguna intervención puntual.

- Fase III. Para pasar a la fase III habrá que tener en consideración la situación médica y psicológica del personal recuperado y quién necesita viajar junto a ellos hasta el lugar donde deba realizarse dicha fase. Puede ser personal médico, psicólogo, alguien designado expresamente... dependiendo del estado en que se encuentre. Durante el transporte al lugar de la fase III, el personal recuperado estará aislado de cualquier otro personal que no tenga ningún papel en su reintegración. Si el psicólogo SERE no estuviera presente durante el traslado, deberá estar en comuni-



cación directa con la persona responsable del personal recuperado.

Una vez llegado al lugar de la fase III, normalmente en territorio nacional, hay que concretar cómo se va a hacer el reencuentro con sus familiares. Previamente ya se habrá planificado y se habrá dado psicoeducación sobre situaciones que pueden darse en el reencuentro y en los primeros momentos de convivencia y como manejarlos de forma adecuada². También se estará en contacto con el psicólogo SERE para que pueda aconsejar o intervenir en caso necesario.

Si el caso ha llegado a ser mediático, en esta fase hay que proteger al personal recuperado de la prensa, curiosos, o visitas que puedan ser estresantes en ese momento. Junto a la familia más próxima, hay que planifi-

car como puede darse información a la prensa, en caso de que lo deseen, y como dar información a los amigos y otros familiares de forma que no se estrese a la persona recuperada.

- Fase IV. Una vez se haya normalizado la nueva situación social y familiar, hay que hacer un seguimiento a medio plazo del caso, para detectar posibles alteraciones psicológicas a consecuencia del trauma vivido. Hay que estar atentos a la posible aparición de trastornos de ansiedad generalizada, depresión o trastorno de estrés postraumático. A partir de aquí, según sea el personal militar o civil, si es necesario habrá que derivar a un psicólogo especialista con el que el psicólogo SERE trabajará de forma colaborativa prestándole la información y el apoyo necesario.

CONCLUSIONES

Dada la especificidad de estas intervenciones psicológicas principalmente centradas en el personal recuperado, pero también con sus familiares y con quienes constituyen los equipos operativos y los elementos de mando y control, resulta fundamental disponer de psicólogos formados específicamente en técnicas y procedimientos de psicología SERE. Y, en este sentido, la posibilidad de contar con reservistas verdaderamente especialistas en catástrofes y emergencias no debe ser minusvalorada.

En este orden de cosas son dos líneas de actuación las que deben tenerse en cuenta: Por un lado, elaborar un protocolo de intervención específico tras situaciones de aislamiento o captura donde se incluya:

- Entrenamiento psicológico previo a la misión o despliegue
- La intervención inmediata tras la recuperación
- El seguimiento a medio y largo plazo
- La intervención con la familia y víctimas secundarias
- La intervención con el equipo que participa en la recuperación, ya sean operativos, médicos o de mando y control.

Para la elaboración de este protocolo, sería aconsejable coordinar con el Ministerio de Asuntos Exteriores para, eventualmente, disponer del mismo para el personal civil (ajeno a las FAS) que pudiera ser víctima de situaciones semejantes en el extranjero.

Por otro lado, y relacionado con la enseñanza y el adiestramiento, deberían considerarse:

- La formación psicológica específica que potencie la resiliencia ante las situaciones traumáticas a las que puede verse expuesto cualquier combatiente, proporcionándole herramientas para aplicar unos primeros auxilios psicológicos en caso necesario. Ésta



complementaría la formación técnica que se recibe cuando se adquieren los niveles SERE A, B y C.

- La formación de los equipos de fuerzas de extracción como primeros que interactúan con el ISOP ya que el Ejército del Aire y del Espacio cuenta con verdaderos especialistas para este tipo de intervenciones en el EZAPAC (los denominados PJ o Pararescue Jumpers).

- La formación especializada de los psicólogos que vayan a atender los eventos de PR y a impartir la formación presencial en los cursos SERE C, precisamente para aquellos más expuestos a situaciones

de riesgo de aislamiento o explotación por parte del adversario y a esos PJ.

En definitiva, la mejor manera de poder afrontar, con garantías, estas situaciones cuando se produzcan será contar siempre con adecuada preparación y detallado planeamiento. Además ello servirá para acrecentar la confianza de militares y familiares en nuestras FF.AA. ■

BIBLIOGRAFÍA

- Cruz Roja Española, Manual de apoyo psicológico. La guía definitiva en catástrofes. PEARSON.
- Daniel Donoso Rodríguez (coord.), Psicología en las Fuerzas Armadas. Ministerio de Defensa.

- Diana María Agudelo V, El horror de lo incierto. Intervención psicológica con víctimas de secuestro. Universidad de Antioquía.
- Dr. Gary Percival, CDR (Dr) Raymond Nairn, COL (Dr.) Barbara Traenkner, Reintegration theory for DoD personnel. Joint Personnel Recovery Agency.
- EEAS(2017) 1287 REV7 EU Military Concept for Personnel Recovery (07/18).
- Francisco de Ascanio, MEDEVAC: Operaciones militares de aeroevacuación médica. Aspectos tácticos y fisiológicos.
- José Ignacio Roble y Patricia Acinas, Intervención en Emergencias y Catástrofes. UNED.
- Juan J. Arbolí, Armando Munayco y Francisco de Ascanio. Aspectos sanitarios en misiones de PR. Revista de Aeronáutica y Astronáutica.
- Juan M Fernández Millán. Apoyo psicológico en situaciones de emergencia. Psicología Pirámide.
- NATO AJP 3.7 Allied Joint Doctrine for Recovery of Personnel in a Hostile Environment (02/16).
- NATO ACO Directive 080-101 Personnel Recovery in NATO Operations (04/15).
- NATO STANAG 7225 Ed.1 - APRP-3.3.7.2 Standardization of Reintegration (10/17).
- Martínez Sanchez, JA, Aspectos psicológicos de la supervivencia en operaciones militares. Sanidad Militar.
- Pau Pérez Sales, Trauma, culpa y duelo. Hacia una psicoterapia integradora. DES-CLÉE.
- Personnel Recovery Information Paper: Phase I: reintegration immediate release handling procedures. Joint Personnel Recovery Agency.
- US Department of Defense Instruction 3002.03 DoD Personnel Recovery - Reintegration of Recovered Personnel (04/16)
- US Joint Publication 3-50 Personnel Recovery (10/15).
- US MTTP for PR Multi-Service Tactics, Techniques, and Procedures for Personnel Recovery (06/18).

NOTAS

¹Según el manual de apoyo psicológico de Cruz Roja española «el apoyo psicológico ayuda a aliviar el sufrimiento emocional de las personas, de manera que puedan volver a estar en condiciones de confiar en sus propios recursos para afrontar con más éxito las dificultades que encuentren durante la recuperación, y vuelvan a tener la sensación de controlar sus vidas. El apoyo psicológico abarca, así, toda actividad que mejore la capacidad de las personas para funcionar bajo el extraordinario nivel de tensión psíquica que se observa en el contexto de un acontecimiento crítico u evento traumático».

²Estas actuaciones son particularmente importantes en los casos en los que haya existido retención o captura.