# Apoyo a la cuadrilla de salvamento minero para una emergencia: preparación, ejecución y seguimiento

- Bruce Coley Diamonds in the Rough
- Randy De Cecco Diamonds in the Rough

# Apoyo a la cuadrilla de salvamento minero para una emergencia: preparación, ejecución y seguimiento

- Selección del equipo
- Entrenamiento
- Reuniones iniciales y finales
- Seguimiento

## NUEVOS MIEMBROS

- Ponerlos al tanto sin retrasar a otros miembros
- 6 meses mínimo
- Medicamente aptos
- Prueba de condición física
- Buena actitud y estado mental

ENTRENAMIENTO





### **ENTRENAMIENTO**

- Debe semejar la vida real de la mejor forma posible
- Entrenen con humo real, no solo oscurezcan las máscaras

 Prepárense para tareas críticas y repitan, repitan y repitan para desarrollar memoria muscular



- Cree confianza en el equipo y en la percepción de los demás
- Capacítense en diferentes funciones para que conozcan el rol de la otra persona
- Practiquen de forma active la ayuda mutua tener una lista de personas vs entrenamiento real con ellas
- Leer los mapas de la mina vs conocer la mina

ENTRENAMIENTO

- Recurra a personal con experiencias diferentes (i.e., médicos / ingenieros / mecánicos / electricistas / técnicos en ventilación / técnicos en rayos X / mineros)
- Confirme con anticipación que todas las licencias estén vigentes
- Muchas de las habilidades son aquellas que si no se usan, se olvidan

### ENTRENAMIENTO

- Conozca las limitaciones personales (el eslabón débil de la cadena). No puede ser quien ponga en peligro al equipo
- Uso de equipo de alta tecnología vs baja tecnología
- Uso de técnicas nuevas vs técnicas antiguas

 Las órdenes de la misión deben ser claras y específicas



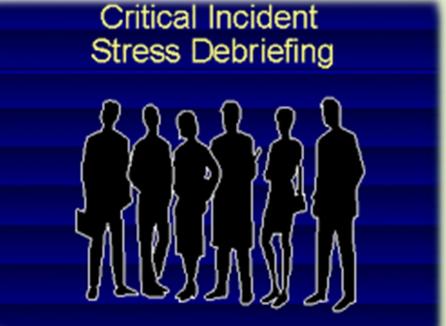


- Trabaje en su propio entrenamiento, no le delegue el entrenamiento a alguien más
- Protocolos de comunicación (comunicación a 3 vías, alfabeto fonético, etc.)
- Sea consciente de la fatiga del equipo
- Mapas e información actualizada
- Prepare equipos de ayuda mutua

Antes y durante

- Monitoreo médico
- Reuniones finales tanto de la misión como de EIC (estrés tras incidente crítico)
- Canales de comunicación abierta con miembros del equipo y con todos los niveles de gestión del incidente
- Tener gente entrenada para detector señales y síntomas de EPD (permanente, no solo al concluir una misión)





- Uso de una "sala tranquila" donde los equipos puedan tomar decisiones
- El equipo anterior debe poner al tanto al equipo siguiente
- El equipo anterior le ayuda al grupo directivo a desarrollar objetivos tácticos
- Qué sir Vé Vallé To ROOM



- Preguntarse a sí mismo ¿Hice lo mejor que pude?
- Tener implementados programas como ElC (Estrés tras Incidente Crítico), AFE (ayuda a los familiares de empleados) u otros similares
- Todos somos diferentes. El inicio de síntomas puede variar. No se puede asumir que todo termina cuando la misión o la emergencia concluyen
- Tener miembros alternativos disponibles
  - Después

## Trastorno de estrés postraumático

- Ocurre como respuesta a experimentar directamente eventos extremadamente traumáticos o estresantes, al haber visto a las personas involucradas
- Puede ocurrir inmediatamente después de un evento traumático o puede desarrollarse meses o años después del mismo
- Es más que un sentimiento de tristeza, shock o ansiedad después de un evento traumático

En general, entre el 3 y el % de las personas serán

diagnosticadas con TÉP

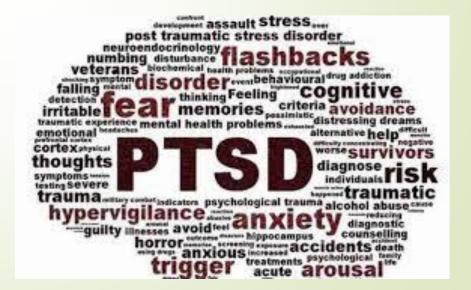




### Síntomas comunes

- Pensamientos indeseados
- Evasión
- Desánimo emocional
- Pérdida de la memoria
- Falta de interés
- Ansiedad
- Insomnio
- Híper excitación





# Manifestaciones típicas

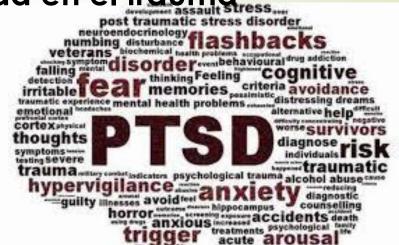
- Problemas para concentrarse
- Se requiere más tiempo para terminar tareas
- Verse y sentirse cansado
- Ataques de mal humor
- Abuso o adición a sustancias



## Tratamientos potenciales

- Tiempo
- Hablar con amigos, familiares, compañeros de trabajo y de equipo
- Programas de ayuda a familias de empleados (AFE)
- Terapia psicológica no enfocada en el trauma
- Medicamentos
- Terapia psicológica enfocada en el trauma





# Apoyo a la cuadrilla de salvamento minero para una emergencia: preparación, ejecución y seguimiento

- Debe incluir todos los components del programa
- Debe involucrar a todos los niveles
- Debe ser continuo

### Referencias

- U.S. Department of Health and Human Services. Child Welfare Information Gateway. Trauma-focused cognitive behavioral therapy for children affected by sexual abuse or trauma. August 2012.
- Gillies D, Taylor F, Gray C, O'Brien L, D'Abrew N. Psychological therapies for the treatment of post-traumatic stress disorder in children and adolescents (review). Evidence-Based Child Health. May 2013;8(3):1004–1116.
- Bisson JI, Roberts NP, Andrew M, Cooper R, Lewis C. Psychological therapies for chronic post-traumatic stress disorder (PTSD) in adults. Cochrane Database of Systematic Reviews. 2013;12.
- rauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy National Therapist Certification Program website
- Dr. Sandra Primiano. Homewood Health, Life Lines, Issue #6 PTSD in the Workplace: Solutions and Support
- Front Behav Neurosci. 2018; 12: 258. Published online 2018 Nov 2. doi: 10.3389/fnbeh. 2018.00258

# Comentarios / Preguntas

