

## **Sobre las acciones del Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica ante la crisis de la pandemia por el Covid-19**

Quienes suscribimos este texto hemos estado muy cerca de nuestro Colegio durante mucho tiempo, ya sea formando parte de la Junta Directiva o de diferentes e importantes Comisiones, o por haber adquirido la condición de personas “Fundadoras” o “Distinguidas”, o la combinación una o más de las anteriores.

Somos un grupo que suma muchos años de edad y de experiencia profesional, lo que ciertamente nos coloca más allá de intereses gremiales laborales, o de cualquier forma de interés personal. Por ello, nos sentimos en libertad de compartir nuestra visión, acerca de las acciones que se están llevando a cabo en este momento en nuestro país y en el mundo en general, ante la crisis por pandemia del Covid-19.

Ya es noticia pública internacional que en Costa Rica, a diferencia de otros países, las personas a cargo de manejar la situación del Covid-19 lo han hecho de una manera tan satisfactoria, que han impedido que los daños a la salud de la población, alcancen los alarmantes y tristes niveles presentes en otros lugares del mundo.

Tales resultados, incluso, han merecido un claro reconocimiento de nacionales y extranjeros, lo que facilita que la población de nuestro país experimente una gran tranquilidad personal al sentirse bien cuidada. Aun más, ya hay bastantes personas que están mostrando un sentimiento de exaltación y orgullo por el país, semejante al que sienten cuando compatriotas reciben reconocimiento internacional en el deporte, el arte, la ciencia u otras áreas del quehacer humano.

También, como consecuencia de lo anterior, muy diversos sectores de la población se han animado a unir sus esfuerzos en la búsqueda de soluciones, ofreciendo y realizando colaboraciones dentro de su propia área del conocimiento o especialidad, sin importar si ello conlleva alguna clase de riesgo, o sacrificio de su parte.

Nuestro gremio profesional, con sus ineludibles deberes en materia de salud mental, se sumó a la atención de los estados de crisis producto del confinamiento, puesto que las entidades oficiales registraban cifras de aumentos excesivos en los niveles de ansiedad y angustia en nuestra población. Desde el principio supimos de diversos grupos de colegas que, como iniciativa propia y voluntaria de su parte, comenzaron a plantear la posibilidad de unirse para colaborar con sus conocimientos profesionales.

No obstante, en esos mismos días, nuestro Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica, recibió una *solicitud formal de ayuda* de parte de las Autoridades de Salud del país, pidiendo una participación oficial de parte de la Corporación, lo que llevó a que se concentraran los esfuerzos en esa dirección.

De inmediato se procedió a planificar un programa de acción vinculado con la oficina de la Red de Voluntariado del Colegio (ya existente en el Colegio); programa que, en esencia, tiene las siguientes características:

- a) Se hizo una convocatoria oficial para personas colegiadas que quisieran unirse a la causa del

servicio de voluntariado, y a ésta respondieron alrededor de 300 colegas. Sin embargo, aunque todas estas personas realmente deseaban ser parte de esta brigada de atención a la crisis, no fue posible tomar en cuenta a la totalidad de solicitantes, porque algunos no cumplían determinadas condiciones mínimas (como la de ser miembros *activos* del Colegio).

b) Una parte de las personas aceptadas dentro del voluntariado, trabajan actualmente atendiendo llamadas telefónicas de personas en situación de emergencia emocional, recibidas mediante los números oficiales 911 y 1322, bajo modalidad 24/7. Su labor se desarrolla en jornadas diurnas o nocturnas, y consiste en dar los “*primeros auxilios psicológicos*” en la forma más abreviada posible, para pronto dejar la línea disponible a otras llamadas. Si esta persona voluntaria considera que su interlocutor debiera recibir una atención mayor, remite el caso a otro grupo del mismo voluntariado, que trabaja en jornadas distintas, y cuya tarea es la de dar seguimiento mediante una atención más prolongada, eventualmente con un enfoque más psicoterapéutico.

c) Asimismo, las personas voluntarias reciben cada semana apoyo profesional y supervisión clínica grupal, de parte de colegas de muy alto nivel de experiencia y edad profesional -algunos incluso ya en su etapa de jubilación- que aceptaron colaborar “ayudando a las personas ayudadoras”.

Podemos apreciar, entonces, que se trata de una acción dirigida a la población general, diseñada de una manera seria, cuidadosa y absolutamente desinteresada, que pretende estar a la altura de las demás acciones positivas que el Ministerio de Salud y otras instituciones públicas han desarrollado para el manejo del Covid19.

Además, podemos decir que es *una acción equivalente* a la que llevan a cabo diariamente personas de otras disciplinas, que ponen sus conocimientos a la orden de la ciudadanía, colaborando de forma directa con la Comisión Nacional de Emergencias, o con organizaciones comunales, hospitales o clínicas, centros educativos, o albergues de niños o ancianos, entre otros. O sea, es una acción que también pone a nuestros y nuestras profesionales en ese “Podio del heroísmo”, que el imaginario popular creó para colocar a todas las personas ayudadoras en esta emergencia nacional que hoy vivimos.

Por todo lo anterior es que hemos querido dar a conocer estas labores que nos enorgullecen, como gremio de Psicología y como parte de la ciudadanía de este país. Y al divulgarlo por este medio, además, esperaríamos que nuestra comunidad de colegas se sienta estimulada a dar todo el apoyo posible, comenzando por la divulgación de estas tareas que se realizan día a día.

Decían nuestros antepasados que “en el fuego se prueba el oro”. Y en este momento podemos mostrar nuestra propia parte de “oro” facilitando el trabajo que se desarrolla para enfrentar la crisis; ese que llevan a cabo todas las personas voluntarias, junto con aquellas electas democráticamente para dirigir nuestro país en general, y nuestro Colegio profesional en particular.

Después de todo, manifestar una actitud colaborativa y solidaria con todas las personas, colegas o no, forma parte de los valores fundamentales de quienes escogimos convertirnos en profesionales en Psicología.

Suscribimos este documento el 23 de Junio del año 2020:

Abelardo Brenes Castro	Código 5
Albam Brenes Chacón	Código 6
Cecilia Claramunt Montero	Código 324
Carmen Cubero Rivera	Código 103
Ignacio Dobles Oropeza	Código 71
Daniel Flores Mora	Código 13
Miguel Garita Murillo	Código 154
Delio Carlos González Burgos	Código 226
Mirta González Suárez	Código 15
Waynner Guillén Jiménez	Código 4456
Sonia Hernández Sánchez	Código 261
Henning Jensen Pennington	Código 146
Dina Krauskopf Roger	Código 20
Manuel Martínez Herrera	Código 406
Graciela Meza Sierra	Código 176
Elia Ana Monge Rojas	Código 119
Marco Tulio Zeledón Aguilar	Código 290