

Reconstruir mentes, no solo muros

Estrategia Estatal de Salud
Mental y Clima de Guerrero

CONSEJO DE POLÍTICAS PÚBLICAS DEL ESTADO DE GUERRERO | VISIÓN 2030

La emergencia no termina cuando se recogen los escombros

LA EMERGENCIA FÍSICA

Huracanes Otis (2023) y John (2024). Destrucción de viviendas, carreteras y cosechas. Una respuesta enfocada en infraestructura y supervivencia inmediata.

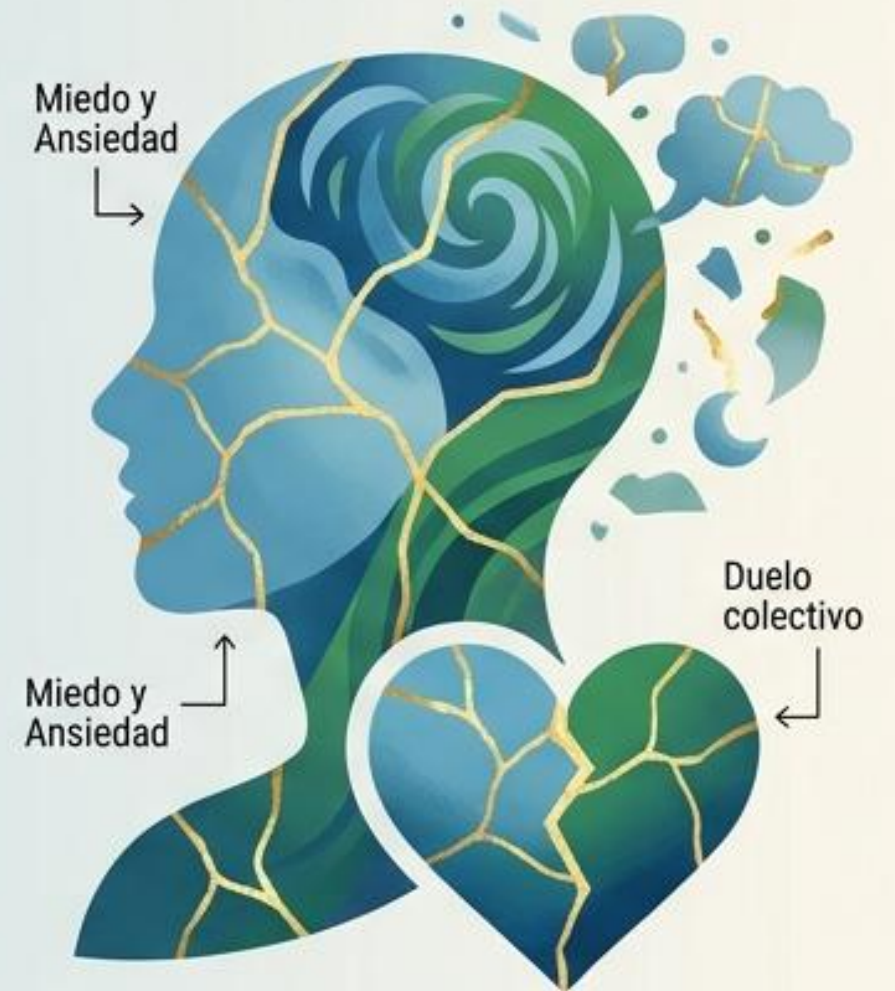


← Destrucción de viviendas

← Infraestructura y supervivencia

LA EMERGENCIA SILENCIOSA

La crisis prolongada post-desastre. Miedo, duelo colectivo, ansiedad, insomnio y la pérdida profunda del sentido de hogar.



Una comunidad resiliente no es solo la suma de personas resilientes:
es gente que se organiza, se cuida y actúa junta.

El costo dual del cambio climático en Guerrero

	Dimensión Física (Visible, atrae fondos rápidos)	Dimensión Psicológica (Invisible, crónica, subfinanciada)
Daño Inmediato	Colapso de servicios y viviendas	Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) y ataques de pánico
Impacto Secundario	Pérdida de cosechas y empleos	Incremento de violencia doméstica, abuso de sustancias y riesgo suicida
Desplazamiento	Migración por destrucción material	Ecomigración y pérdida total de la identidad ligada al territorio

La salud mental post-desastre no es un lujo médico; es un pilar indispensable de la protección civil.

Nuevas palabras para entender lo que sentimos

Detonante Ambiental

Concepto (Vocabulario)

Impacto Humano

Alteración irreversible
del paisaje conocido.

Solastalgia

El dolor del acapulqueño que
no reconoce su bahía; la
familia de la Montaña viendo
secarse su tierra.

Crisis ambiental y
anticipación de desastres
futuros.

Ecoansiedad

Miedo crónico al futuro,
parálisis, altamente
frecuente en la juventud.

Impacto directo de un
evento extremo
(huracán/deslave).

**Estrés
Postraumático /
TEPT**

Pesadillas, sobresaltos,
angustia constante y
evitación de recuerdos.

La ciencia confirma que el clima altera la química comunitaria



‘El Huracán’

Tras el huracán Katrina, 1 de cada 6 afectados desarrolló TEPT. La ansiedad y depresión afectaron casi a la mitad, y los pensamientos suicidas se duplicaron.



‘El Calor’

El calor extremo incrementa directamente la agresividad, urgencias psiquiátricas y riesgo de suicidio. Afecta severamente a quienes toman medicación psiquiátrica.



‘La Sequía’

Las sequías prolongadas generan angustia sostenida y elevan drásticamente el riesgo de suicidio en agricultores y campesinos.

Las ondas de impacto no golpean a todos por igual

Por roles de cuidado y barreras económicas, las mujeres duplican la prevalencia de TEPT.

Sufre los impactos con mayor severidad. El estrés tóxico temprano daña permanentemente la memoria, el aprendizaje y la toma de decisiones.

El impacto climático amenaza una identidad profundamente ligada a la tierra y el agua.

Ocupaciones expuestas directamente a la naturaleza, enfrentando pérdida total de ingresos.



El ecosistema de acción 2030: Sanar desde la comunidad

En 2030, Guerrero cuenta con comunidades emocionalmente preparadas. La salud mental es parte integral de la protección civil y la reconstrucción.

**Equidad
Primero:**
Recursos a
quienes más lo
necesitan.

**Pertinencia
Cultural:**
Respeto a las
formas
comunitarias de
sanar (lenguas
indígenas).

**Comunidad
Protagonista:**
La resiliencia no
se decreta; se
construye con la
gente.

**Conocimiento
Abierto:**
Información
pública, clara y
compartible.

**Acción con
Esperanza:**
El catastrofismo
paraliza; la acción
comunitaria sana.

Línea 1: Mapear la infraestructura de cuidado invisible

El Porqué

No se puede proteger lo que no se conoce. La demanda de atención psicológica se dispara post-desastre y dura años.



Qué Haremos

- Crear el Mapa Estatal de Capacidades de Salud Mental (8 regiones, 85 municipios), integrando cuidadores informales y medicina tradicional.
- Instalar la Coalición Guerrerense de Salud Mental en Desastres (Salud, IMSS, UAGro, Sociedad Civil).
- Línea 24/7 (Tel/WhatsApp) reforzada de mayo a noviembre.

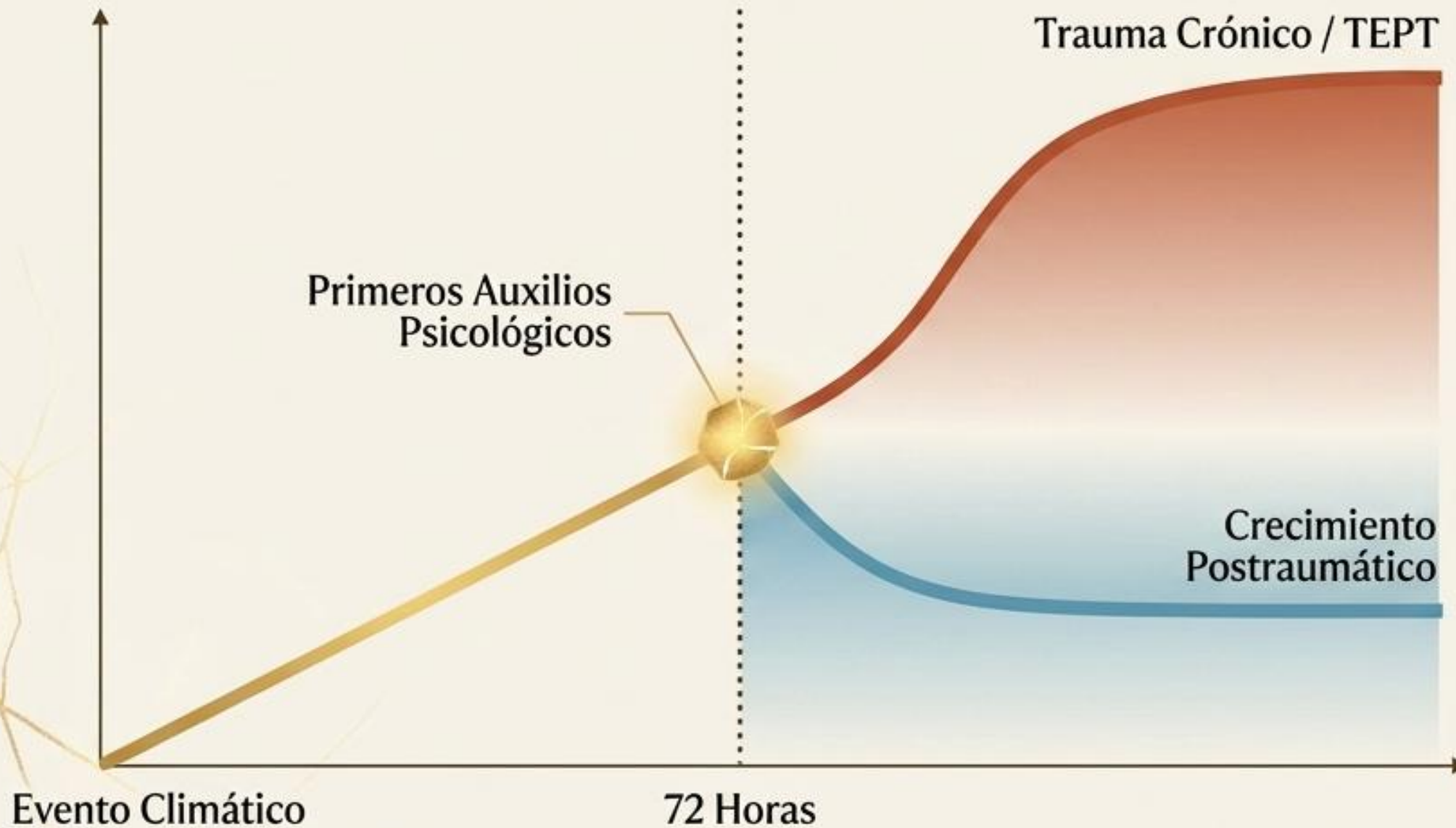
Gobernanza

Actores: Sec. Salud, UAGro, Municipios, IMSS-Bienestar.

KPI: Mapa anual publicado; % de municipios con salud mental en Protección Civil.

Línea 2: Las primeras 72 horas desvían la trayectoria del trauma

Intervention Timeline Curve



El Porqué

La ventana crítica de 72 horas tras la emergencia marca la diferencia entre el susto y la cronificación del trauma.

Qué Haremos

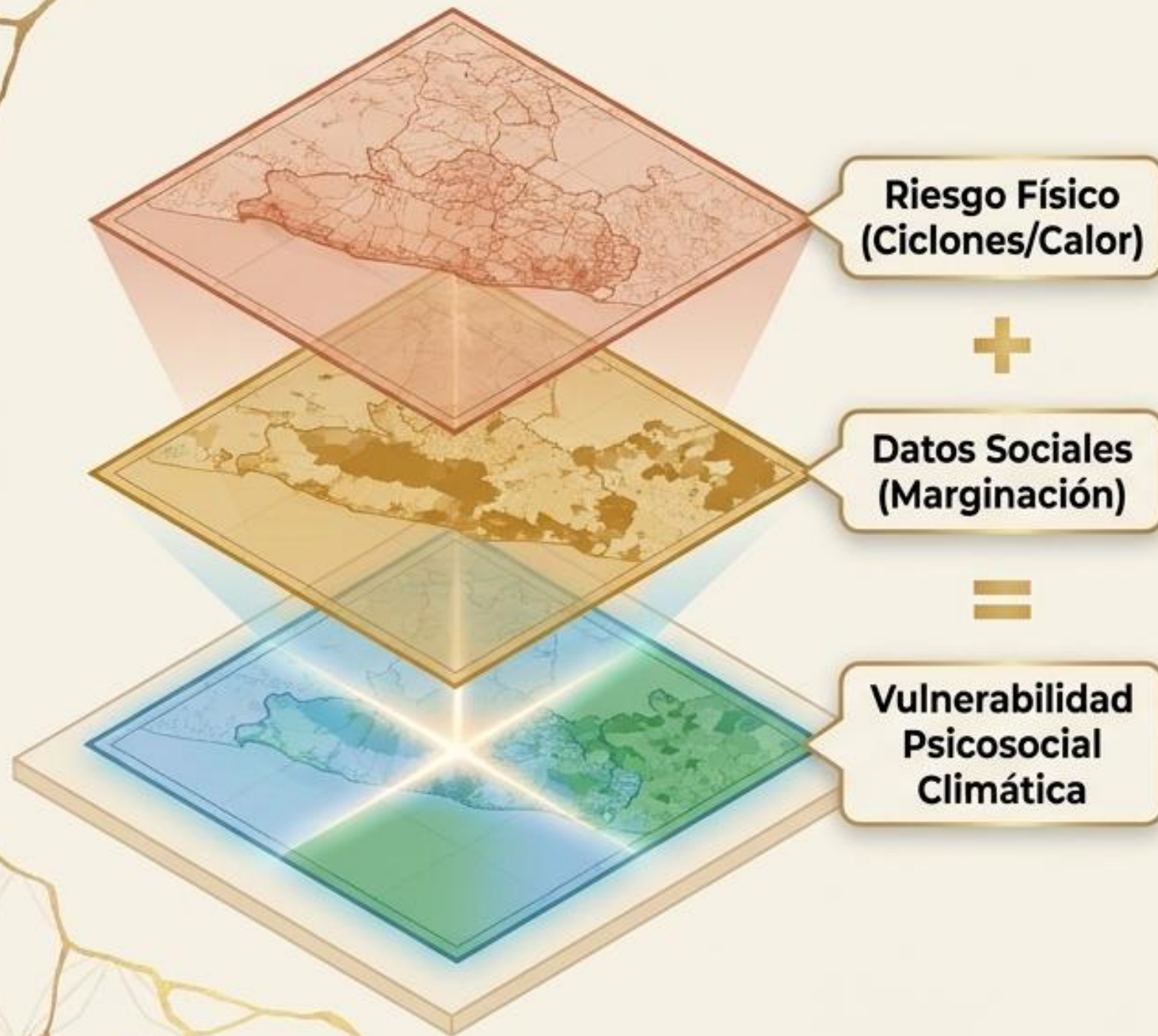
- Capacitar a respondientes (Bomberos, PC, maestros) en los 5 principios base: Seguridad, Calma, Confianza, Conexión y Esperanza.
- Formar Brigadas Comunitarias de Apoyo Emocional en zonas costeras.
- Distribuir guías de bolsillo ('Qué decir y qué no decir') en español, náhuatl, me'phaa, tu'un savi y ñomndaa.

Gobernanza

Actores: Protección Civil, Cruz Roja, Comisarías.

KPI: Brigadas por municipio; Guías en 5 lenguas; Tiempo de primera atención.

Línea 3: Proteger a quienes la geografía y la economía exponen más



Qué Haremos

- Construir Mapas Municipales cruzando riesgo físico y social en el “Gemelo Digital de Guerrero”.
- Protocolo Niñez en Emergencias: Reunificación rápida, espacios de juego en albergues y tamizaje escolar.
- Atención con intérpretes y promotores locales de salud en comunidades indígenas.
- Garantizar suministro de medicamentos psiquiátricos ante calor extremo.

Gobernanza

Actores: DIF, Sec. Salud, Asuntos Indígenas, SEMUJER.

KPI: Mapas publicados; Cobertura de medicación garantizada.

Línea 4: La cohesión comunitaria como muro de contención

Retaining Wall



Barrio Aislado

Red Vecinal y Cohesión

El Porqué

En Chicago (1995), barrios idénticos tuvieron mortalidades opuestas. La diferencia fue la red vecinal, plazas y visitas mutuas. La cohesión es infraestructura.

Qué Haremos

- Invertir en plazas y centros de encuentro en colonias populares.
- Formalizar redes de "quién revisa a quién" ante alertas de ciclón/calor.
- Programa "Comunidades que Sanan": Espacios donde la gente narra su experiencia colectiva.

Gobernanza

Actores: Municipios, SEDESOL, Iglesias, Comités. KPI: Redes registradas; Percepción ciudadana de apoyo mutuo.

Línea 5: Convertir la ecoansiedad juvenil en propósito



El Porqué

Niñas, niños y jóvenes sanan cuando tienen rutinas, adultos confiables y oportunidades de acción significativa frente a la crisis.

Qué Haremos

- Regreso a clases en máximo 15 días post-desastre (la escuela como ancla emocional).
- Capacitación docente para detectar trauma infantil (regresiones, dolores físicos).
- Crear la Red de Jóvenes por el Clima y el Bienestar como voceros.

Gobernanza

Actores: SEG, SEP, UAGro, Guerrero STEAM Hub.
KPI: Escuelas con proyectos STEAM; Días promedio de regreso a clases.

Línea 6: Infraestructura verde que enfría la ciudad y calma la mente

Matriz de Doble Beneficio		
	Beneficio Climático	Beneficio Psicológico
Arborización Urbana	Reduce temperatura local (islas de calor).	Disminuye el estrés y mejora la concentración en todas las edades.
Movilidad Activa/Ciclovías	Cero emisiones.	Disminuye la depresión y mejora el rendimiento escolar infantil.
Aire Limpio	Transición energética.	Protege el desarrollo cerebral y emocional de la niñez.

Qué Haremos

Arborización prioritaria en escuelas/centros de salud, e integración de infraestructura verde en la reconstrucción de Acapulco.

Gobernanza

Actores: SEMAREN, SDUOP, Iniciativa Privada. | KPI: Metros de área verde por habitante; Árboles sobrevivientes.

Línea 7: Alertas que generan acción, no parálisis



El Porqué

El exceso de catastrofismo y el silencio oficial tras un desastre generan angustia documentada. Las alertas salvan vidas solo si hay confianza.

Qué Haremos

- Auditar sistemas de alerta temprana (canales redundantes, lenguas indígenas).
- La Regla de las 3 Preguntas: Toda alerta debe ser clara y procesable.
- Campaña continua 'Clima y Bienestar' y validación oficial del duelo colectivo post-evento.

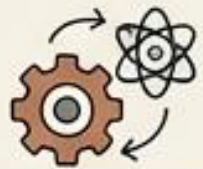
Gobernanza

Actores: Protección Civil, Radios Comunitarias, Telefonía.

KPI: Alcance en lenguas indígenas; Encuestas de confianza ciudadana.

El Ecosistema 2030 en acción: Un día de resiliencia

Línea 7: Alerta confiable en náhuatl suena en el teléfono.



Línea 5: La escuela suspende clases, pero activa su protocolo de resguardo STEAM.

Línea 4: La "Red Vecinal" se activa; vecinos revisan a la persona mayor.



Líneas 2 & 1: Tras el evento, la Brigada aplica Primeros Auxilios Psicológicos en la plaza verde (Línea 6) conectada al Mapa de Salud.

Las 7 líneas no son programas aislados; son un escudo comunitario integrado.

El conocimiento que no se comparte, no protege

Documento Político

Nota Ética

Cero sensacionalismo, cero imágenes revictimizantes. Rutas claras de ayuda.

Formatos Accesibles

Resumen de 2 páginas vía WhatsApp, infografías de señales de alarma y versiones en 5 lenguas indígenas (náhuatl, me'phaa, tu'un savi, ñomndaa).



Campaña: Guerrero cuida tu mente

10 cápsulas cortas en video (ej. Cómo hablar con tus hijos tras un huracán).



Vocería Comunitaria

Empoderar a jóvenes, psicólogas locales, pescadores y autoridades comunitarias como portadores del mensaje.



Gobernanza: Mecanismos para la transparencia y la acción

Coordinación y Línea Base

- Coalición Guerrerense de Salud Mental con secretaría técnica (CPP y Sec. Salud).
- Convenios UAGro para investigar efectos de Otis y John como línea base.

Transparencia y Tiempos

- Tablero público de indicadores integrado a plataformas de datos abiertos.
- Horizonte de ejecución: 2026–2030 con revisión pública anual.

Financiamiento

- Presupuesto estatal de protección civil + Fondos federales.
- Cooperación internacional (Agencias ONU, banca de desarrollo) usando esta base técnica.

Nadie tiene que levantarse solo



A la ciudadanía:

Infórmate y crea tu red vecinal. Pedir ayuda emocional es un acto de valentía y supervivencia.



A las autoridades:

Incorporen la salud mental a sus planes de protección civil hoy.



A maestros y personal de salud:

Ustedes son la primera línea de nuestra resiliencia. Esta estrategia es para respaldarlos.



Guerrero ha demostrado, después de cada tormenta, que su gente se levanta. Esta estrategia existe para asegurar que lo hagamos juntos.