

● Psicología de masas

● Los hombres en multitud

- Características

● Tipos de multitud

● Comportamiento de la multitud en las catástrofes

● Comportamientos en los distintos periodos

● Efectos de la catástrofe en las personas

● El pánico

- Características

● Lucha contra el pánico

- Medidas preventivas

El elevado número de víctimas que se producen en las catástrofes por el factor añadido del pánico y la frecuencia con que estos fenómenos vienen ocurriendo, requieren una atención especial y un estudio sistemático del comportamiento de las personas en multitud.

Huiremos de excesivos tecnicismos o de alardes de seudoerudicción para hacer comprensible y útil este capítulo, pero sin faltar a su fondo conceptual. Se pretende proporcionar la información suficiente para saber reaccionar adecuadamente ante una multitud enfurecida o dominada por el pánico.

El pánico y la violencia son conductas derivadas de la persona como ser social, y por lo tanto, pueden y suelen darse en el agregado humano que denominamos multitud, aunque no frecuentemente, pero si con consum~cias verdaderamente trágicas.

Una multitud impulsada por el pánico acaba siendo violencia y los tumultos violentos suelen generar el pánico. Por otra parte, los efectos de la violencia pueden enmarcarse dentro de las catástrofes de origen humano.



Desde la antigüedad al hombre le ha sorprendido el comportamiento de las multitudes como algo distinto o al menos con características diferenciales de la conducta individual, y así lo ha tratado de describir en la literatura clásica. Pero no es hasta el año 1895, cuando se empieza a estudiar científicamente el comportamiento de las multitudes y es "La Psychologie des Foules" de LE BON el libro de texto sobre el tema hasta casi nuestros días.

El comportamiento de los hombres en multitud, con matices diferenciales según la finalidad, composición del grupo, situación y tipo de sociedad, tiene unas pautas de comportamiento comunes por lo que en cierto modo su conducta puede ser previsible.

Los primeros estudios hechos por LE BON describen a la multitud como un ente con personalidad propia. La reunión de individuos conduce a un ser nuevo, supraindividual, con un "alma colectiva" que expresa la influencia de herencias seculares, y que determina una conducta bárbara y primitiva. El formar parte de una multitud modifica al individuo, lo convierte en un simple autómatas, en un "grano de arena en medio de otros granos de arena que el viento levanta a su voluntad".

LE BON describe este fenómeno de una manera clara y terminante: "en el agregado de una multitud no hay en absoluto, suma o promedio de elementos, sino combinación y creación de elementos nuevos: situación nueva en la que interfieren ideas-grupo e ideas-fuerza que acaban por arrastrar a todo el conjunto, aun dejando a cada uno la ilusión de actuar por su propio y deliberado impulso".

Las investigaciones posteriores realizadas, en laboratorio o con situaciones provocadas experimentalmente, dieron lugar a observaciones de conductas diferentes según el tipo de hombres que formaban la multitud, y la influencia del status económico, la cultura, raza, edad, etc., por lo que llegó a pensarse que la "psicología de la multitud" era la suma de las psicologías individuales de los que la forman.

Hoy día se piensa que, efectivamente, no se puede determinar el comportamiento de las personas en grupo a partir, exclusivamente, del conocimiento de la conducta individual. El sentido de la reacción se encuentra determinado por el papel que desempeña el individuo en el contexto en el cual se formula, pero la forma va a variar según su propia manera de ser. Es decir, en las situaciones de multitud, la individualidad de los sujetos no se pierde totalmente, sus predisposiciones continúan produciendo efectos observables en sus conductas, pero hay también una serie de características que imprimen carácter a la multitud dotándole de personalidad propia.

La resultante de la interacción individuo-masa responde a un proceso psicodinámico que podríamos esquematizar de la siguiente manera:

En el individuo	En la multitud
- Disolución de la personalidad.	- Identificación y cohesión de la multitud
- Inhibición de las facultades intelectivas.	- Aparición de un YO y de un Super YO de grupo
- Pérdida de autocontrol.	- Emergencia de fuerzas inconscientes
- Sugestibilidad.	- Sensación de omnipotencia
- Dependencia.	- Aparición de jefes o guías

Características

A continuación, vamos a describir los rasgos comunes que se han observado en el comportamiento de las multitudes y que, de alguna manera, están en las génesis de los fenómenos de pánico y violencia. Estas características son:

- Sentimiento de unanimidad.

Una sensación de unidad mental que hace a sus miembros copartícipes de unas mismas: emociones, convicciones, intenciones, interpretaciones y acciones. Se activa en los individuos la capacidad de combinarse, simultáneamente, con los demás en un esquema de conducta guiado por un estado de ánimo dominante. Así, la multitud constituye un ser provisional y transitorio formado por elementos heterogéneos que se unen formando un todo. En ciertas circunstancias, una aglomeración de hombres llegan a formar un nuevo ser cuyo seno se desvanece la personalidad individual consciente y los sentimientos y pensamientos se orientan en una misma dirección, sometidos a la ley de la unidad mental de las multitudes.

- Conciencia de su propia fortaleza.

Ese mismo sentimiento de unanimidad proporciona una sensación de poder irresistible que favorece el: dogmatismo, la intolerancia, y la irresponsabilidad.

Esta sensación de omnipotencia le permite ceder a instintos que en situación individual hubiera seguramente refrenado. Esta falta de freno es tanto mayor cuanto mas elevado sea el grado de anonimato en que se encuentre; el anonimato supone la desaparición del sentimiento de responsabilidad.

La multitud no admite que pueda interponerse nada entre su deseo y la realización del mismo, la noción de imposibilidad desaparece.

Se produce un cortocircuito de respuestas por simpatía con descenso del umbral de sensibilidad colectivo y admiración por la fuerza y la violencia, que puede dar lugar a la aparición del fenómeno "criminalidad"

sincronizada de las muchedumbres".

- Predominancia de las emociones.

Las personas en multitud actúan bajo el mandato de las capas más profundas de la personalidad: los instintos y las emociones; por eso sus reacciones son intensas, extensas, simples, instantáneas y cambiantes; con una gran sensibilidad a la provocación.

El desvanecimiento de la personalidad consciente deja al individuo a merced de todas las excitaciones exteriores, sin la censura crítica de la razón.

La gran variedad de impulsos, a los cuales obedece la multitud podrán ser, según las excitaciones, generosos o crueles, heroicos y pusilánimes; pero siempre serán de tal modo imperiosos que el interés personal, incluso el mismo instinto de conservación, no podrá dominarles.

Ante una situación "estresante" la parte más noble del cerebro, la corteza cerebral, en donde se asienta el pensamiento crítico y reflexivo, queda bloqueada, inactiva, y por lo tanto, pierde el control sobre el cerebro subcortical (común a los animales) en el que radican las funciones instintivas y vegetativas.

- Pensamiento simplista.

Hay autores que describen el tipo de pensamiento de los hombres en multitud, como el de los niños y hay quienes incluso niegan la existencia de tal pensamiento, guiando las conductas, exclusivamente, el instinto como el resto de los animales. Efectivamente, esto puede llegar a ser así cuando los factores situacionales provocan en el individuo un bloqueo de las facultades racionales, con activación de respuestas psicobiológicas como comportamientos reactivos propios de los casos de estrechamiento del campo de la conciencia.

Libres de la influencia de la razón y desprovistos de todo espíritu crítico, los hombres en multitud, son forzosamente, de una credibilidad excesiva; lo inverosímil no existe para ellos. Las opiniones, ideas y creencias son siempre determinadas por vía de sugestión y no por vía de razonamiento, y aceptadas o rechazadas en conjunto, al considerarlas como verdades absolutas o errores totales. El individuo puede soportar la contradicción y la discusión; la multitud no la soporta nunca.

- Sugestibilidad

Existe en las masas una amplia comunicación de emociones y opiniones que se refuerzan y multiplican de una manera instantánea, hasta llegar a producir el pánico o la violencia indiscriminada, bajo ese flujo imprevisto y orgiástico de altos grados de tensión emotiva acumulada en situaciones fuertemente ansiógenas.

La muchedumbre se encuentra frecuentemente en un estado de atención expectante que hace fácil la sugestión. El individuo sumergido por algún tiempo en el seno de una multitud tumultuosa, se encuentra pronto en un estado particular que se aproxima mucho al estado de fascinación en que se halla el hipnotizado en manos del hipnotizador. Bajo la influencia de la sugestión, se lanzará a la realización de ciertos actos con una irresistible impetuosidad, muy superior en la multitud que en el sujeto hipnotizado, porque siendo la sugestión idéntica para todos los individuos que la componen, en ella se multiplica al convertirse en recíproca.

El contagio mental es tanto mayor cuanto más elevada es su dependencia del líder. En los dirigentes, las masas personalizan su conciencia colectiva, en ellos depositan su confianza y la responsabilidad de sus propios actos. Sería ahora extendernos demasiado al hablar de la personalidad del líder, solo conviene decir que existen líderes positivos, auténticos conductores de masas hacia el bien, el altruismo y la paz. Estos son los menos. Los más son personalidades neuróticas, inestables y alineados que son capaces, en su excitación, de arrastrar a la multitud a los más execrables actos de barbarie, e incluso a su propia destrucción.

Indudablemente, estas características se dan en mayor o menor grado en función de diversas variables, una de ellas es el tipo de multitud según su organización.



Aunque hay una extensa tipología sobre las multitudes, vamos a exponer aquí la descrita por Scott, según el criterio de estructura organizativa, que es la más interesante en cuanto a nuestra finalidad.

Con arreglo a este criterio podríamos clasificar a las multitudes en tres grandes grupos:

A. Organizadas previamente. Son convocadas, tienen una finalidad determinada, una estructura jerarquizada, duración determinada, e incluso un servicio de orden. Ejemplo típico de estas multitudes son las manifestaciones.

B. Convencionales. En las que se sabe el lugar y momento de la reunión. Hay unas normas y un cierto orden en cuanto al lugar ocupado, pero no existen jefes. Son las propias de las masas que se concentran para presenciar un espectáculo.

C. Espontaneas. Se concentran ante cualquier evento, sin organización, ni reglas. No hay jefes, pero en cualquier momento pueden surgir cabecillas. Ejemplo típico son las aglomeraciones de "curiosos" que en un momento determinado pueden revestirse de las características propias descritas para la multitud.

Esta clasificación puede subdividirse, a su vez, en otras varias con matices diferenciales. Una de estas subdivisiones de "multitudes convencionales", es la que asiste a competiciones deportivas, y que ha dado lugar, últimamente, a numerosos estudios.



Comportamiento de la multitud en las catástrofes: El Pánico

Los estudios sobre el comportamiento de las multitudes, en caso de catástrofe, distan aún mucho de haber llegado a conclusiones definitivas, o reales, pero se han observado unas pautas de conducta que pueden ser válidas en cuanto a predicción de comportamientos futuros, y que dependen de dos factores fundamentales:

- La naturaleza del siniestro.
- Los fenómenos psicológicos que operan en la población vulnerable.

La naturaleza del siniestro va a influir, según su velocidad de propagación y el peligro que representa. En este sentido las catástrofes pueden clasificarse de la siguiente manera:

	Propagación	Efectos
Inmediatez	INOPINADAS Por sorpresa (Explosión)	INSTANTANEAS Corta duración (Accidente aéreo)
Previsión	ESPERADAS Se anuncian progresivamente (Inundación)	PROLONGADAS El peligro perdura (Contaminación)

Pudiéndose combinar algunas de estas variables: explosión seguida de contaminación (Inopinada-prolongada).

Los períodos que se suceden en una catástrofe y los mecanismos psicológicos que las caracterizan, los ha descrito GLASS, un psiquiatra militar norteamericano, de la siguiente forma esquemática:

PREIMPACTO	----- negatividad.
AMENAZA	----- hiperactividad ineficiente.
IMPACTO	----- automatismos.
POSIMPACTO	----- agotamiento.
RECUPERACION	-- hostilidad y resentimientos.

Nosotros vamos a analizar los sucesivos fenómenos psicológicos que van a actuar sobre la población vulnerable, en tres momentos:

1. Percepción de señales de peligro, real o imaginario. Estas señales pueden proceder de la percepción directa del acontecimiento, de mensajes de los organismos responsables o difundidos por individuos del mismo público. En la mayoría de las catástrofes hay unos antecedentes, unos signos precursores, bien a través de la percepción sensorial, bien debidos a los sistemas de alarma que nos proporciona la técnica, e incluso por otros procedimientos mucho menos sofisticados pero no por eso menos ciertos como es el comportamiento de algunos animales. El ser humano, se resiste a admitir la evidencia de estas señales precursoras de la catástrofe.

2. Interpretación de las señales percibidas, que por una parte conduce a una evaluación de la importancia y probabilidad de los efectos del siniestro y por otra, sirve para considerar las medidas posibles y la eficacia de sus resultados.

Esta interpretación es frecuentemente subjetiva y por ello se corre el riesgo de que sea errónea y, por lo tanto, origen de comportamientos inadaptados que van de la negación del peligro a la provocación del pánico. La información sobre el siniestro discurre por canales distintos: por una parte las autoridades responsables que tienden a minimizar el "incidente", por otra los medios de comunicación social que subrayan el sensacionalismo del "desastre" y, finalmente, ante la ausencia de noticias o la ambigüedad de estas, aparece el rumor, del que ya Virgilio hablaba como "mensajero del error y del mal tanto como de la verdad. El rumor, el más rápido de todas las plagas, va derramando el temor y se fortifica difundiéndose".

Los procesos aberrantes que pueden producirse en este período de pre-emergencia son:

- No apreciar la gravedad o naturaleza del peligro debido a:
 - Percepción tardía o débil.
 - Mala interpretación de los signos precursores.
- Error al escoger el medio protector.
- Se sabe cual es la conducta a adoptar, pero se es incapaz de adoptarla porque se considera inaceptable o no se pueden movilizar las energías necesarias para ponerla en marcha.

3. Respuestas o reacciones ante el impacto. El impacto pone en marcha una serie de mecanismos pertenecientes al sistema integrativo que es la persona, como ser bio-psico-social. En el plano biológico se constituye el síndrome general de adaptación, en el plano psíquico se desencadenan los mecanismos de defensa, y en el plano social se activan las medidas sociales de respuesta. Las reacciones incontroladas, en uno cualquiera de estos tres planos interactuantes, afectan a los demás.

En general las reacciones pueden ir encaminadas en una de estas tres direcciones:

- Ponerse fuera del agente agresivo: huida, empequeñecimiento.
- Atacar al elemento agresor para anularlo, paralizarlo o destruirlo.
- Hacer, mediante el engaño, que el agresor cambie de intención y abandone su ataque o lo desvíe en otra dirección.

Las reacciones del público a partir del impas, siguen una curva sinusoidal, en la que, según el médico francés R. FAVRE, pueden observarse cuatro fases diferenciales:

- Fase inhibición: Caracterizada por: estupor, sorpresa y aturdimiento. Generalmente corta, pero que puede ser irreversible.
- Fase de hiperactividad: Que puede manifestarse exteriormente en forma de extrema tensión. Puede ser beneficiosa si se traduce en actos de lucha contra las consecuencias de la catástrofe o negativa si se traduce en desórdenes o pánico.
- Fase de agotamiento de las personas afectadas: víctimas, personal de socorro, etc., que pueden ocasionar desvanecimientos o neurosis más o menos durables.
- Fase de recuperación o retorno a la normalidad, que a menudo se hace conflictivamente, al volver a un tipo competitivo de sociedad, tras la fase de estrecha colaboración después del impacto y que se manifiesta en las reivindicaciones y demanda de indemnizaciones y socorros y búsquedas de "cabezas de turco".



Comportamientos en los distintos períodos

Marta Wolfenstein describe el comportamiento de las multitudes reduciendo a tres los períodos en que se producen:

- **Preocrítico.**
- **Crítico.**
- **Posocrítico.**

Siguiendo este criterio vamos a analizar la conducta de la multitud.

- **Período previo o preocrítico.** En este período previo a la catástrofe se registran dos tipos de actitudes:

- . Incredulidad y rechazo de la idea de peligro por lo que las medidas de precaución molestan. Se rechaza la posibilidad de la catástrofe lo mismo que se rechaza la idea de caer enfermo. La negación del peligro es un estado de ánimo bastante frecuente, que tiende a evitar la sensación de ansiedad y que puede adoptar diversas formas. La alerta es ignorada o subestimada. No obstante cuando las señales de peligro se hacen muy evidentes, esa barrera desaparece y sobreviene una sensación de extrema ansiedad.

- . Temor exagerado, mezclado con sentimiento de culpabilidad. Castigo de origen sobrenatural

que nos merecemos individual o colectivamente.

- **Período crítico.** Tras el impacto, en el que la percepción de la situación es confusa, borrosa, torpe, y a menudo acompañada de producciones fantásticas o imaginativas en una gran confusión mental, se produce un estado crepuscular caracterizado por un "estrechamiento del campo de la conciencia". La actividad de la conciencia se halla enfocada sobre un solo objeto o grupo de objetos (el escapar indemne a la situación amenazante).

Esta alteración perceptiva, derivada de una situación interna sobresaturada afectivamente por una intensa emoción de angustia y miedo, produce en los hombres reacciones de tipo anormal, parecidas a las que se dan en los "estados crepusculares histéricos", que se caracterizan por:

- . Dejar excluidos fragmentos de la personalidad y de la memoria (la amnesia total de lo realizado puede durar segundos o días).
- . Inhibiciones de comportamientos habituales.
- . Conducta automática.
- . Actos impulsivos violentos y huidas desenfundadas, que tienden a enmascarar y encubrir el carácter espantoso de la situación.

Las reacciones en este período podemos dividir las en fases:

1. Fase de choque. Las reacciones son del siguiente tipo:

- Minoría que conserva la sangre fría.
- Minoría con reacciones extremas.
- Mayoría (unos tres cuartos) aturdidos con interacción de dos sentimientos:
 - . "Ilusión de centralidad" (estar en el centro de la catástrofe).
 - . Sentimiento de abandono por todos

2. Fase de reacción o retroceso. Se pasa del sobrecogimiento a la sobreexcitación. Las reacciones en esta fase son:

- . Tratar de comprender lo que ha pasado.
- . Expresiones de tensión emotiva: exclamaciones, llantos, crisis nerviosas.
- . Acciones para ponerse a salvo.
- . Respuestas del público, esencialmente de dos tipos:
 - . Lucha activa contra el siniestro.
 - . Comportamientos inadaptados a la situación provocando un peligro añadido, fundamentalmente el pánico.

3. Fase de interacción.

Extensión a una población más amplia con:

- . Circulación de rumores.
- . Aparición de jefes improvisados.
- . Actos de ayuda y sacrificio.

- **Período poscrítico.** Toda catástrofe deja unas huellas que perduran y que dan lugar a dos tipos de reacciones:

1. La permanencia del recuerdo. Aquellos que hablan continuamente de la catástrofe pasada.
2. El rechazo del recuerdo. Aquellos que no quieren hablar ni pensar más en ello, tratan de borrarlo de sus mentes.

Cualquiera de estas dos reacciones dan lugar a dos actitudes:

1. Temor a la repetición.
2. Sentimiento de inmunidad ante nuevas catástrofes.

En este período se da un fenómeno que podríamos denominar de reconversión. En el período crítico los afectados daban todo por perdido y desbordaban afecto por sus salvadores, ahora echan de menos lo perdido y les parece poco o mal lo que han hecho por ellos. Es el período de las reivindicaciones, críticas y proyección de la culpa en alguien, con más o menos fundamento.

Esta actitud se va reforzada por el lento procedimiento burocrático de la pesada máquina de la Administración, que se pone en marcha tras su esporádica alteración del período crítico.

Después de una catástrofe, se ha observado que en algunos individuos hay una persistencia anormal del miedo que presenta un síndrome psicopatológico parecido en los supervivientes, aunque su duración e intensidad variara según que individuo o que colectividad.

Generalmente en los trastornos agudos predominan los síntomas afectivos, especialmente angustiosos, cuya incidencia estará en función de factores socio-culturales.

En las secuelas crónicas predominan los cambios de actitudes y valores que conllevan unas formas y estilos de vida especiales que van a perdurar durante bastante tiempo, frecuentemente hasta su muerte, y que no se evitan con tratamiento psiquiátrico ni con medidas compensatorias en forma de prestaciones e indemnizaciones.

Los sentimientos de hostilidad y resentimiento de esta última fase "se fijan", se hacen crónicos e incluso llegan a constituir la única justificación y que hacer de su vida.

Si los efectos de la catástrofe o calamidad pública da derecho a una cierta indemnización de cualquier tipo, no solo económica (puede ser incluso de prestigio), suelen aparecer "neurosis de renta", especialmente en aquellos sujetos angustiosos o hipocondriacos que viven de tal forma inmersos en temores relacionados con las molestias iniciales que arrastran perpetuamente su enfermedad, variando los síntomas y reacciones en función de: la personalidad de los sujetos, sus motivaciones, la naturaleza de la catástrofe, sus secuelas, las condiciones laborales, la legislación vigente, el estado de la investigación sobre las causas

Conducta de multitud	
Período previo	Incredulidad y rechazo de la idea de peligro o precrítico.
	Temor exagerado, mezclado con sentimiento de culpabilidad.
Período crítico (fases)	Fase de choque. Reacciones.
	<ul style="list-style-type: none"> - Minoría que conserva la sangre fría. - Minoría con reacciones extremas. - Mayoría aturdida con interacción de sentimientos. . Ilusión de centralidad . Sentimiento de abandono por todos

	Fase de reacción o retroceso. Reacciones.
	<ul style="list-style-type: none"> - Tratar de comprender lo que ha pasado. - Expresiones de tensión emotiva. - Acciones para ponerse a salvo. - Respuesta del público. . Lucha activa contra el siniestro. . Comportamientos inadaptados a la situación.
Período poscrítico	Fase de interacción.
	<ul style="list-style-type: none"> - Circulación de rumores. - Aparición de jefes improvisados. - Actos de ayuda y sacrificio.
	<p>REACCIONES Actitudes</p> <p>PERMANENCIA DEL RECUERDO Temor a la repetición</p> <p>RECHAZO DEL RECUERDO Sentido de inmunidad</p>



Efectos de la catástrofe en las personas

La catástrofe puede afectar de manera diversa a las personas. Si cierto número de personas es expuesto a la misma presión solo algunas desarrollan reacciones anómalas y con manifestaciones diversas. Esto va a estar en función de lo que se ha denominado "vulnerabilidad emocional específica", que esta determinada en parte por factores constitucionales y, en parte, por su desarrollo emocional.

Los síntomas básicos son: el control adecuado se pierde o debilita, la tensión moderada se convierte en angustia intolerable, con reacción de sobresalto, irritabilidad y reacción de alarma.

El trastorno inmediato de angustia se caracteriza, en lo físico, por una actitud motora de terror, con reacciones de sobrecogimiento, con rigidez motora y parálisis, o de sobreexcitación con tendencia a la fuga despavorida.

Siguiendo la escala evolutiva de la reacciones emocionales, encontramos como más primitiva y básica la reacción emocional, inmovilizadora, suspensiva de la actividad vital y destructora del equilibrio interno. Le sigue la reacción extensiva de afirmación de la individualidad y de dominio de la situación que se manifiesta como "rabia" e "irritabilidad". Finalmente, aparece la reacción más efectiva para recuperar el equilibrio y que tiene un carácter social y solidario, manifestándose en la ayuda a los demás, una vez resuelto el problema interno de su existencia inmediata.

Cada vez que la persona se encuentra ante situaciones y problemas para cuya solución no cuenta con una reacción habitual o predeterminada, pasará por un estado emocional específico y éste le determinará un sufrimiento.

La primera medida de asistencia psíquica y moral que se ha de tomar consiste en alejar al paciente de la fuente de ansiedad. El tratamiento más sencillo es a base de dar aliento y transmitir confianza, hasta conseguir la calma, para finalmente utilizar la mejor defensa que es la acción.

Se conseguirá dominar el sufrimiento si se logra favorecer la rápida adopción de una actitud prospectiva, presentando al sujeto el mayor número posible de estímulos para despertar sus tendencias combativas, que le llevan a una superación activa de las causas de sufrimiento, por medio de una actuación colaboradora de ayuda a los demás.



Desde el origen del mundo, los seres vivos están dotados de numerosos reflejos de protección, movidos por una irreprimible voluntad de ser, de crecer y de multiplicarse.

Los primeros seres tuvieron que identificar inmensos peligros y encontrar su defensa por el método de ensayo y error, y así se ha constituido un patrimonio cada vez mayor de conocimientos transmitidos de generación en generación.

A esta forma básica del miedo de carácter instintivo y raíz orgánica, se van añadiendo las aprendidas por propia experiencia o por vía paternal o seudopaternal, para incorporarse finalmente en el ser humano las derivadas del pensamiento imaginativo, en forma de dudas, presagios, sospechas y temores.

Siguiendo esta línea, Mira y Lopez nos habla de tres modos de presentación del miedo:

- **Instintivo** (Orgánico, corporal y ascendente)
- **Racional** (Condicionado, psíquico y descendente)
- **Imaginativo** (Irracional, de presunción mágico intuitiva)

A. El miedo "instintivo orgánico" es aquel que se siente a posteriori, como reacción ante el daño físico. Es un miedo "conservador" que al interrumpir o bloquear la conducción de impulsos produce una inhibición en el sujeto.

B. El miedo "racional sensato", es un miedo condicionado por la experiencia, que se podría denominar lógico y que tiene un carácter previsor. Es pensado antes que sentido, percibido a priori, ante la señal anticipadora del daño.

C. El miedo "imaginativo-insensato", es un miedo de presunción, mágico-intuitivo e ilógico. Se forma a través de una cadena de asociaciones más o menos larga y distorsionada. Se encuentra próximo al miedo racional y, a veces, resulta difícil señalar la línea de separación entre la forma lógica y la absurda, ya que ambas son condicionadas, sustituyendo el estímulo absoluto por una señal o signo imaginario y representativo del peligro.

Al hablar aquí del miedo, nos referimos a estas dos formas últimas y, por tanto, a la definición habitual del miedo como proceso emotivo, más o menos violento, que afecta a todo ser que percibe los signos de un peligro inmediato o remoto, real o imaginario.

El pánico supone una respuesta a aquellos acontecimientos súbitos que llevan consigo una amenaza de peligro real o supuesta. Ante estas situaciones se produce un desequilibrio entre la intensidad del estímulo y la capacidad adaptativa del sujeto; cuando la intensidad afectiva del estímulo es superior a la capacidad de reacción del organismo y los recursos del sujeto son insuficientes para integrar de manera adecuada en su personalidad la experiencia emocional, aparecen comportamientos de miedo cuya reacción más simple se encuentra en el pánico.

El pánico es considerado como una fase del miedo en su máximo grado de intensidad, hay quienes consideran que no puede hablarse en puridad de pánico, salvo como una forma del miedo colectivo, que da lugar a un movimiento violento de huida irracional de un grupo de seres ante una amenaza real o imaginaria.

En una situación crítica los individuos pueden optar por mantener la calma y salir con corrección, o por pisar y atropellarse por alcanzar la salida; esta decisión dependerá, en gran parte, de la percepción que los individuos tengan del resultado que esa conducta les va a reportar para conseguir un único objetivo: es escapar indemnes del peligro.

Se puede tender a pensar que, como en todo fenómeno de masas, hay una interacción individuo-grupo. Por una parte, el miedo sentido por uno o varios individuos influye en la muchedumbre por la enorme fuerza de contagio social; en sentido inverso, la relación de la multitud influye en el individuo ampliando su sensación de miedo intenso, que anula su conciencia y da lugar a una tempestad de movimientos automáticos, sin posibilidad de control, ni desde el campo situacional ni desde la intimidación personal. La resultante de esta interacción es la que se denomina pánico.

"Se produce el pánico cuando una masa de individuos, concentrados en un espacio en el que surge bruscamente un peligro muy temido real o imaginario, se encuentra sometida, simultáneamente, a una emoción muy violenta y abandonada a reacciones de predominio en gran parte irracional que le lleva a tratar de abandonar instantáneamente la zona siniestrada".

Características

De la definición anterior se deducen una serie de características que merece la pena exponer:

- La muchedumbre se entiende formada por una masa relativamente grande de personas concentradas, en determinado espacio, bien desorganizada o inorganizada.
- Los riesgos capaces de provocar el pánico se conciben siempre, equivocada o acertadamente, como una amenaza de muerte física o de gravísima mutilación moral. No importa que el riesgo así actualizado sea real o no, y que su gravedad se encuentre muy exagerada, basta que parezca catastrófica a una parte suficiente de personas mezcladas en la muchedumbre.
- Se trata de una muchedumbre importante, en la que, muy a menudo, solo una parte mínima de personas ve nacer el peligro, si es que existe; la mayoría se entera por intermedio de informadores considerados, sin más reflexión, como fiables, pues con frecuencia no se les conoce y no se dispone de tiempo para comprobar sus afirmaciones.
- La incapacidad para juzgar la especificidad y gravedad del peligro, el sentimiento, bruscamente formado, de encontrarse en un marco difícil y en gran parte desconocido, nacido en una muchedumbre que en unos segundos se anima y se pone en movimiento, son potentes causas de reacciones neuróticas.
- La parte consciente de la mente queda "cortocircuitada" y se pierde y debilita el control de la afectividad aumentando la tensión emocional generando una angustia intolerable que se manifiesta como "rabia" e "irritabilidad", ante cuya situación no surten efecto las llamadas a la razón o a sentimientos nobles y altruistas.
- El pánico, aunque fenómeno anímico, comporta una reacción corporal cuya resonancia provoca desordenes en los sistemas neurovegetativos y endocrino, modificando el funcionamiento vasomotor, glandular y musculatura lisa, cuyos síntomas son: temblor, descarga adrenalítica, movilidad tempestuosa, empaldecimiento, erizamiento del pelo, sudor, alteraciones del pulso, desvanecimientos o pérdidas de la conciencia. Los desórdenes corporales producidos por la emoción-choque pueden considerarse como expresión de las perturbaciones de los centros de equilibrio neurovegetativo y de la homeóstasis del miedo interno, que se van a manifestar en función de la intensidad de la emoción y de la capacidad del individuo para integrarla de forma satisfactoria.
- La muchedumbre que se abandona a un movimiento de huida desesperada, engendra con frecuencia un riesgo físico, especial y adicional. En particular, arrastra todo lo que se encuentra a su paso, comprendiendo los que quisieran ir en otra dirección, y al acercarse a las puertas o a los puntos estrechos, se condensa en "tapones" muy densos en los que se ejercen enormes presiones, aplastando sin piedad a todos los que a su paso han caído al suelo. Al encontrar un obstáculo en su recorrido no puede rodearlo, pues rara vez, se desvía, prefiriendo en general forzar el paso y aplastar la barrera de personas.



Lucha contra el pánico

En primer lugar cabe decir que los casos de pánico son escasos y muy localizados, y en un segundo lugar, que las catástrofes afectan de manera diversa a las personas en función de lo que se ha denominado "vulnerabilidad emocional específica", determinada en parte por factores constitucionales y en parte por su desarrollo emocional a nivel personal, y las variables históricas y culturales a nivel social.

No obstante, cuando el peligro se percibe como una amenaza a la integridad física con una elevada

intensidad y una gran rapidez en el desencadenamiento del siniestro, la probabilidad de que se produzca el pánico es elevada. Por otra parte, aun admitiendo el hecho de que hay matices diferenciales en las reacciones ante el peligro según las culturas y que en el comportamiento de la multitud influye, notoriamente, la naturaleza y circunstancias propias de cada catástrofe, los expertos coinciden en que hay unas pautas de conducta comunes a cualquier tipo de colectividad y a las diferentes clases de catástrofes.

Ante este peligro añadido, y a veces superior, específico de cualquier catástrofe, podemos preguntarnos: Puede suprimirse el pánico?.

El pánico es un fenómeno complejo, pero que en esencia resulta de la combinación de un agente "stressante" o "fóbico", y de una población vulnerable. El primer factor es más difícil de modificar por decisiones humanas; el segundo, depende ciertamente, del comportamiento humano y, por lo tanto, susceptible de modificación.

En situaciones de miedo, es cierto que la parte consciente de la mente queda cortocircuitada en numerosos casos, pero nunca queda totalmente inerte y comprende dispositivos que permiten la intervención de la razón o de memorias formuladas a partir de la razón. Si esta memoria tiene una forma apropiada y se halla convenientemente fijada, interviene en los procesos asociada con los dispositivos del subconsciente y del super-yo.

Evidentemente, las medidas más eficaces son las previsoras que si no ofrecen una garantía total contra el riesgo del pánico, indudablemente disminuyen la probabilidad del desencadenamiento de este o aún no pudiéndose evitar atenúan los efectos

Medidas preventivas

Legislación adecuada para protección.

Planificación ajustable al comportamiento previsible de las gentes.

Sistemas de alarma. Alerta oportuna y adecuada.

Sistema para la evacuación y señalización correcta.

FORMACION DEL PUBLICO

Naturaleza del siniestro. Informar a la población.

Efectos del siniestro. Informar a la población progresivamente.

Lucha contra el siniestro. Informar a la población ampliamente.

Acción formativa.

Personal especializado.

Personal propio de establecimientos.

Público en general.

Educación en centros escolares.

Métodos publicitarios.

PROTECCION PSIQUICA. EDUCACION.

Aumento del nivel cultural.

Práctica habitual de un comportamiento racional y realista.

Conocimientos adquiridos que reduzcan la incertidumbre.

Confianza en el Plan.

Práctica del deporte.

