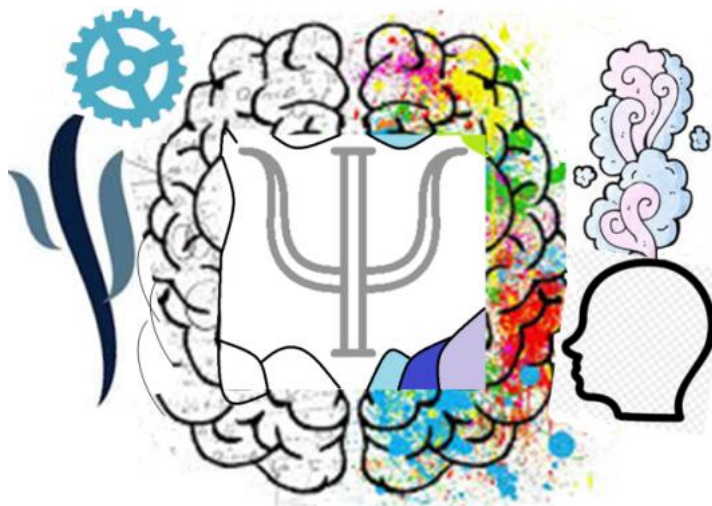


**ENSAYO
PROCESO
TERAPEUTICO:
CONFINAMIENTO
POR SARS (COVID-19)
UNIDAD IV**



**Modelos de intervención en psicoterapia
Psic. Ana Estelí Hidalgo Martínez**

PRESENTA EL ALUMNO:

-Luis Ángel Flores Herrera

GRUPO, CUATRIMESTRE y MODALIDAD:

7°. Cuatrimestre "A" Psicología Escolarizado

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS

03 DE DICIEMBRE DEL 2020

INTRODUCCION

El ser humano no está absuelto de los cambios, y como todo proceso implicative de restauración de manera natural en el individuo existe un desajuste que no permite realizar algunas actividades de manera eficaz; el permanecer estático limita diversos procesos en el humano, puesto que esta especie debe de esta siempre con diversa interaccion.

Ante el brote del nuevo coronavirus, muchas de las acciones de carácter social han sido específicamente bloqueadas temporalmente por lo que la mayoría de las personas de manera obligada permanecen realizando sus actividades laborales, educativas y/o de servicio desde casa.

Si bien el mundo quiere un respiro, pero pues nos lo ha dado simple y sencillamente aislándonos de todo contacto social; dentro del resguardo emocional siempre es expresado de manera natural pero limitado por el vínculo con otra persona y eso es lo que a la población le afecta: EL CONTACTO.

La psicología y especialmente la psicología de la Salud cuenta con mucha evidencia y desarrollos y como hemos intentado acá de mostrar este conocimiento está a la base del gran problema sanitario que estamos enfrentados.

LA NUEVA NORMALIDAD: CONFINAMIENTO

Bien sabemos que la situación actual por la cual nuestro país y el mundo andan presentando actualmente, es un referente para muchos cambios ya sea de carácter físico, psicológico, emocional, económico y/o social; nos permiten generar perspectivas personales de interacción ante esta nueva era llamada “La nueva normalidad”.

El síndrome agudo respiratorio severo (SARS) COV-2 es una enfermedad infecciosa causada por una bacteria que afecta al sistema inmunológico y principalmente al respiratorio, sus síntomas generales son la fiebre, tos seca y cansancio. Otros síntomas que afectan a algunos pacientes son los dolores y molestias en los músculos y huesos, la congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, la diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. (SALUD, 2020)

Ante el brote de este nuevo padecimiento la interacción social se ha restringido, e incluso los vínculos vivenciales han pasado de ser presenciales a digitales detrás de una pantalla de algún medio tecnológico. Todo este proceso nos ha obligado de manera involuntaria a permanecer en encierro total en nuestro hogar, pues la finalidad de todo esto es evitar el sumo contagio, interacción directa con persona y evitar aglomeraciones poblaciones; esto siempre con la finalidad de salvaguardar nuestra vida y salud.

Muchas de las empresas nacionales y transnacionales, así también como instituciones gubernamentales, asociaciones civiles, medios de comunicación e instituciones médicas y educativas tuvieron que redirigirse y cambiar el plan de acción para la atención personalizada a la población. La mayoría de personas ha estado en riesgo constante, y el área de la salud desde que inicio la contingencia sanitaria hasta la actualidad ha sido una de las brigadas de más acción humana en beneficio y cuidado del rescate y vida.

El virus cambio al mundo radicalmente, pero con o sin el virus la vida de cada uno de nosotros tiene que seguir con lineamientos de sanitización necesaria para la prevención y el contagio del virus entre nosotros mismos; el mundo ha dado un giro completamente en donde la vida se ha priorizado más que las cosas materiales; esto le da mas sentido a la vivencia personal y no a la estructuración de otros sistemas más complejos.

CAMBIOS EN EL ESCENARIO TERAPEUTICO

Se sabe que el área encargada de la prevención, regulación y tratamiento de enfermedades son las ciencias de la salud; lo mismo sucede con nuestra integridad personal, emocional y psicológica pues debido a la incertidumbre por el nuevo brote de la enfermedad no se sabe con exactitud que pasara con nuestro devenir y sentir psicológico especialmente con nuestra salud mental.

Desde el punto de vista psicológico la mayoría de la población se encuentra en un periodo de crisis, ya que esta concepción acoge toda la problemática personal en relación a la imposibilidad de resiliencia y adopción de nuevas corrientes positivas para la superación de la situación actual.

Se define crisis como: La repercusión psicológica a situaciones vitales complejas, pero que son experimentadas dolorosamente por el individuo, ya sea por las características del evento o por diversos factores individuales, conscientes e inconscientes. (Guzmán, Abril 2020)

Existen diversos factores desencadenantes que durante el confinamiento han desarrollado estrés y ansiedad en pacientes menores y mayores por las actividades restringidas dentro de casa y por el tipo de rutina que se lleva día con día; el establecerse de una sola forma propicia a realizar todo tipo de actividad de manera monótona y la actitud familiar y/o personal en relaciones sociales se vuelve apática.

Todo psicólogo clínico y/o psiquiatra o personal del que hacer clínico está formado profesionalmente para tratar problemáticas de salud mental, las limitaciones para el proceso terapéutico han cambiado en función de la interacción presencial terapeuta-paciente; la nueva modalidad de atención se basa en utilizar vías tecnológicas para comunicarnos y atender a las necesidades psicológicas de los pacientes. Hay diferentes plataformas que hoy en día son tendencias de comunicación online (Zoom, FaceTime, Skype, Llamada por celular, etc.)

La atención psicológica brindada debe de contar con ampliaciones normativas en la nueva estructuración del proceso, va desde ahora la protección del uso ilícito de información personal por medio de la web, responsabilidad y compromiso tanto ético como profesional para la activación directa del terapeuta con su paciente y la consecución de análisis o sesiones previas al paciente antes de generar inferencias. (Guía para abordaje no presencial de las consecuencias psicológicas por covid-19, 2020)

El reto principal de la actualidad más grande es para los personajes de acción directa en el proceso terapéutico: terapeuta-paciente, se complica el proceso de comunicación a través de la vía tecnológica pues en algunas ocasiones no se logra entender o expresar de manera correcta como se hace de manera presencial.

CRISIS Y SUGESTION

Muchas de las personas desarrollan un periodo estresante y sugestivo debido a la preocupación constante ante la alarmante situación por contagio y asociación del término del padecimiento con la muerte repentina; esta causante poblacional ha generado una alta tasa de deficiencia en las personas, proveen de información o contacto erróneo de la realidad y no genera bienestar tanto psicológico como emocional.

Las recomendaciones más viables para el control y prevención de procedimientos sugestivos son: mantener la rutina diaria establecida para evitar desfuegos de acción, aislarse de los medio de comunicación ya que ellos mismos nos hacen pensamientos recurrentes ya sean negativos o positivos y la más importante es establecer prioridades y realizarlas; así también como recibir consuelo en los valores morales y creencias espirituales que cada uno tenga. (Clinic, 2020 OCT, 15)

Las crisis en las personas llegan a alterar por completo el estado de salud e interfieren en el sentir emocional por lo que se relaciona de manera directa con la sugestión; estos procedimientos deben de tomarse con la mayor calma posible pues el individuo esta en colapso completo y lo que se necesita son vías de respuesta y cambios en cuestión de minutos.

CONCLUSION

Como se describió el gran problema de esta enfermedad ha estado vinculado al comportamiento de los sujetos, la necesidad de cambios en nuestro estilo de vida habitual. Este comportamiento que está estrechamente ligado a nuestras cogniciones, emociones y factores sociales y culturales deben ser incorporados en los análisis que se hagan a futuro, en las campañas de prevención y en la promoción de la Salud

El COVID -19 nos ha mostrado que, aunque el factor biológico es esencial (virus, mecanismos biológicos involucrados y tratamiento farmacológico u otros disponibles), los factores psicológicos y sociales lo han transformado en un desastre mundial. El rápido avance y el impacto de la enfermedad en diversos ámbitos de la vida de las personas, las familias, las comunidades y la sociedad en general ha generado la urgente necesidad de que la ciencia psicológica considere toda la evidencia disponible para afrontar una crisis sanitaria a nivel mundial.

Es momento de que toda la población humana actué por sí sola, es momento de que bajo nuestro propio criterio existan métodos de desarrollo eficaz en relación al cambio actitudinal y positivo que se tomara ante la nueva normalidad pues el mundo nos ha querido cambiar pero los métodos y/o intervenciones científicas se lograra vincularse con el medio natural.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Bibliografía

(2020). *Guía para abordaje no presencial de las consecuencias psicológicas por covid-19*. Madrid, España: Colegio oficial de la psicología de Madrid.

Clinic, M. (2020 OCT, 15). *COVID-19 y tu salud mental*.

Guzmán, C. M. (Abril 2020). *INTERVENCIÓN Y PSICOTERAPIA EN CRISIS*. Santiago, Chile.

SALUD, O. M. (10 de Noviembre de 2020). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. Recuperado el 02 de Diciembre de 2020, de Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19):
https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=EAlaIqobChMlr_Xw7vCw7QIVUL7ACh2-Pw9UEAAAYASAAEgLChfD_BwE