



UNIVERSIDAD DEL SURESTE ESCUELA DE MEDICINA HUMANA

Protocolo:

Ansiedad resultado al desempleo debido al confinamiento Covid-19 marzo 2021 en Lagos de Montebello La Trinitaria Chiapas

Presentado por:

Sánchez Alcázar Oded Yazmín
Silva López Jonatan Emmanuel

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas
15 de Marzo del 2021

Tabla de Contenidos	2
A. Título de la investigación	6
B. Planteamiento del problema	7
1. Descripción del problema	7
2. Pregunta de investigación	7
C. Importancia, justificación y viabilidad	8
Justificación	8
Viabilidad	9
D. Objeto de estudio (identificación)	10
E. Variables	11
1. Identificación	11
Tabla 1Tabla de identificación de variables	13
2. Definición conceptual	14
3. Definición operacional	15
F. Hipótesis	16
G. Objetivos	18
1. Objetivo General	18
2. Objetivos Específicos	18
H. Tipo de Investigación	20
1. Orientación	20
2. Enfoque	20
3. Alcance	20
4. Diseño	20
5. Temporalidad	20
I. Fundamentación de la investigación	21
1. Antecedentes	21
2. Marco teórico	22
1. Ansiedad	23
1.1.1. Definición y concepto	23
1.2. Cuadro clínico	23
1.2.1. Signos	23

	3
1.2.2. Síntomas	24
1.3. Antecedentes	24
1.3.1.1. Heredofamiliar	24
1.3.2. Patológicos	25
1.3.3. No patológicos	25
1.4. Historia natural de la enfermedad	25
1.5. Complicaciones	26
1.6. Tratamiento	26
1.6.1.1. Farmacológico	26
1.6.2. No farmacológico	27
1.6.3. Fisiológico y rehabilitación	27
2. Covid - 19	28
2.1.1. Definición y concepto	28
2.2. Cuadro clínico	28
2.2.1. Signos	29
2.2.2. Síntomas	29
2.3 Antecedentes	30
2.3.1 Heredofamiliar	30
2.3.2 Patológicos	30
2.3.3 No patológicos	31
2.4 Historia natural de la enfermedad	31
2.5 Complicaciones	32
2.6 Tratamiento	32
2.6.1 Farmacológico	32
2.6.2 No farmacológico	33
2.6.3 Quirúrgico	33
2.6.4 Fisiológico/rehabilitación	34
3 Trabajadores de lagos de Montebello	34
3.1 Denominación	34
3.2 Dirección	35
3.3 Localización y mapa	35

	4
3.4 Giro/tipo de capital	35
3.5 Procesos que desarrolla	36
3.6 -Nombre/descripción general del departamento de donde se realiza el estudio	36
3.7 Pirámide poblacional de la empresa	36
4 Trinitaria Chiapas México	37
4.1 Ubicación geográfica	37
4.2 Orografía	37
4.3 Hidrografía	38
4.4 Cartografía	38
4.5 Reseña histórica	38
4.6 Política	39
4.7 Población	39
4.8 Pirámide poblacional	40
4.9 Natalidad	40
4.9.1 Mortalidad	40
4.9.2 Fertilidad	41
4.10 Migración	41
4.10.1 Inmigración	42
4.10.2 Emigración	42
4.11 Economía	42
4.11.1 Ocupación	43
4.11.2 Agricultura	43
4.11.3 Ganadería	44
4.11.4 Comercio	44
4.12 Cultura	44
4.13 Religión	45
4.14 Vías de comunicación	45
3. Marco normativo	46
Ilustración 1 Pirámide poblacional	47
4. Población	47
Tabla 2 Tabla de población	47

	5
5. Muestra	47
J. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	48
K. Cronograma	49
Bibliografía	50
Referencias	55
Anexos	59

A. Título de la investigación

Ansiedad resultado al desempleo debido al confinamiento Covid-19 marzo 2021 en Lagos de Montebello La Trinitaria Chiapas.

B. Planteamiento del problema

1. Descripción del problema

La incidencia de la ansiedad recientemente ha aumentado, todo esto a raíz del desempleo por la pandemia actual COVID 19 (Ordoñez, 2020) esto a la vez ha ocasionado en las personas mayores tasas de suicidio en México (Guzman, 2020) donde unos de los factores para propiciar al desarrollo de ansiedad es no poder resolver los problemas actuales (Sanchez, 2020)

Por tanto, es importante determinar el número de casos nuevos en hombres y mujeres con aumento de ansiedad en sus vidas, así como los factores que más intervinieron en este proceso para poder determinar el impacto real de la ansiedad en la vida de las personas durante la pandemia y proyectar estos datos a un nivel mayor

El desconocimiento de los datos implica una limitante para el correcto control de ansiedad en la vida de las personas, siendo de esta forma la ansiedad un factor para que las enfermedades de base de estas personas se puedan agravar esto a la vez podría provocar un aumento en el número de defunciones secundarias al problema pero además problemas patológicos que pueden contribuir a muchos problemas de salud, como la presión arterial alta, las enfermedades cardíacas, la obesidad y la diabetes.

Una vez que la información se obtenga se podrá identificar el grupo con más riesgo a padecer ansiedad excesiva, llevar un control y hacer interferencias en disminuir las tasas de ansiedad en la vida de las personas y de esta manera prevenir el desarrollo de las enfermedades de base.

2. Pregunta de investigación

¿Cuál es la incidencia y prevalencia de casos nuevos en mujeres con ansiedad durante la pandemia actual marzo 2021 en Trinitaria Chiapas México?

C. Importancia, justificación y viabilidad

Importancia

Es importante esta investigación porque a raíz de esta información podremos identificar el grupo de riesgo entre las personas a padecer ansiedad excesiva y de esta manera también prevenir complicaciones ante las enfermedades de base de cada persona.

El resultado servirá para que la población logre entender la gravedad y tomar con más importancia sobre lo que la ansiedad excesiva en la vida de las personas puede ocasionar desde contribuir a muchos problemas de salud, como la presión arterial alta, las enfermedades cardíacas, la obesidad y la diabetes hasta empeorar la evolución de las enfermedades de base.

Justificación.

A consecuencia del confinamiento a nivel mundial Covid-19 ha provocado desempleos por ende ha provocado ansiedad en la sociedad, pero en general los hombres tienden a preocuparse más porque son ellos mayoritariamente los que llevan el sustento al hogar y al haber confinamiento han tenido que tener perder su fuente de ingreso y adaptarse a la situación que actualmente se enfrenta, el estar en su hogar viendo las carencias por la falta de dinero desencadena ansiedad.

Finalmente, con esto se logrará mejorar la calidad de vida de la población, mejorar la calidad de rendimiento en trabajadores, disminuir la prevalencia e incidencia de la ansiedad en la vida de las personas conforme ellas conozcan las complicaciones que la ansiedad conlleva.

Con ayuda de la población Lagos de Montebello, lograremos identificar los casos de ansiedad por el desempleo a causa de la Epidemia por Covid-19, de esta manera la población tendrá acceso a esta información y además serán capaces de buscar alternativas para evitar la ansiedad y los padecimientos consecuentes del Covid-19.

Para beneficio de la población Lagos de Montebello lograremos disminuir y prevenir los casos de ansiedad y poder salvaguardar la salud de la población tanto previniendo los contagios y buscando alternativas de trabajo.

Es importante recalcar que la mayoría de las personas que están sin empleo son trabajadores de la zona turística, esto se debe a la Epidemia por Covid-19, así cerrando los hoteles, centros turísticos y restaurantes, a través de este estudio, el objetivo será conocer los casos o la incidencia de ansiedad por el desempleo a causa del virus SARS Cov-2.

Para beneficio de la población será la ayuda al mejor estilo de vida mental y social, ya que a causa de la Epidemia por causa de Covid-19, la población se ha mantenido en cuarentena o bien trabajando sin las medidas correctas de higiene y seguridad.

Viabilidad.

Para disminuir, prevenir, detener la ansiedad en las personas por pérdida de su empleo de esta manera que se puedan crear estrategias para incentivar el turismo con las medidas adecuadas para salvaguardar la salud de todas y todos ante Covid-19 de la misma manera identificar a todo el personal capacitado que trabaja en esta zona turística para crear métodos para ayudar a los destinos a recuperar turistas de esta forma recuperar sus empleos y disminuir la ansiedad.

Para lograrlo contamos con apoyo económico de cada uno de nosotros, de nuestros padres, en lo social como estudiantes contamos con apoyo de la universidad del sureste (UDS) y de las autoridades correspondientes de lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México para poder realizar el estudio. En lo personal contamos con una gran motivación de nuestro equipo de trabajo ya que consideramos que es un tema muy importante y recursos materiales como computadores, Tablet, carros para transportarnos al lugar de estudio.

D. Objeto de estudio (identificación)

La ansiedad en las personas

E. Variables

1. Identificación

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Medición
Ansiedad (inquietud, intranquilidad, angustia, agitación.)	Personas que declaran un estado de desasosiego, inquietud o temor producido ante una situación difícil, un problema.	Se tomara como persona con ansiedad aquella que desee responder la entrevista y que a la pregunta de ansiedad afirme sentir ansiedad.	Se realizara mediante la pregunta ¿Esta o ha estado en algún momento desde que inicio la pandemia inquieta, atemorizada ante un problema que no pueda resolver? A) Si B) No
Desempleo (desocupación, paro)	Personas que están en condiciones de trabajar pero han perdido su empleo.	Se tomara como desempleadas aquellas personas que puedan trabajar pero por fuerzas ajenas a ellos han perdido sus empleos.	¿Actualmente usted tiene un trabajo? A) Si B) No De ser respuesta negativa. ¿Usted renuncio a su trabajo? A) Si B) No
Confinamiento Covid-19 (Aislado, apartado, distanciado, seguridad.)	Persona que reconoce permanecer refugiado el mayor tiempo posible, bajo nuevas normas	Se tomara aquellas personas como aisladas que realmente han estado y demuestren haber	¿Usted ha permanecido en su hogar sin salir durante estos meses de pandemia?

	socialmente restrictivas.	permanecido en confinamiento en sus casas.	A) Si B) No
Sexo (mujer)	Personas del sexo femenino con ansiedad que declaren tener un empleo durante la pandemia	Se tomara aquellas mujeres que deseen contestar la entrevista que tengan empleo y presente ansiedad.	¿Ser mujer con ansiedad/ intranquilidad persistente ha sido un impedimento para mantenerse trabajado en pandemia? A) Si B) No
Edad (tiempo, años)	Personas que se encuentran en el rango de edad (50-60 años) trabajando en lagos de Montebello	Se tomara aquellas personas que deseen contestar la entrevista pero que se encuentren en el rango (50- 60 años)	¿Su edad ha sido un impedimento para poder conseguir un trabajo especialmente en pandemia? A) Si B) No
Trabajadores de lagos de Montebello (ingresos, laboriosos, jornalero, peón)	Personas que trabajan a cambio de un salario o bien tienen su propia empresa en la cual obtienen ingresos.	Se tomara a trabajadores de Lagos de Montebello, que a consecuencia del confinamiento ha afectado a su trabajo..	¿Ha notado disminución de su trabajo causado por la pandemia actual? A) Si B) No
Economía (ahorro, miseria, escasez)	Personas que comprendan que la economía es un sistema de producción, distribución, comercio y consumo de bienes y servicios de una sociedad.	Se tomará por medio a autoridades ejidales y habitantes, en el caso de tener tres de estos síntomas afirmar SI, menos de tres síntomas	¿la disminución de ingresos a causa del confinamiento COVID 19 le ha causado dificultad para trabajar, opresión al pecho, dolor palpitations,

		contestar con un NO.	preocupaciones sin sentido ? A) si B) no
Región en que habitan (territorio, lugar)	Personas que comprendan las características de su territorio ciertas características.	Se tomara aquellas personas que gusten contestar la entrevista pero habiten en el lugar.	¿A causa de COVID 19 ahora se complica el llegar a su trabajo centro turístico, Lagos de Montebello? A) Si B) No

Tabla 1 Tabla de identificación de variables

2. Definición conceptual

1. Ansiedad. Personas que declaran un estado de desasosiego, inquietud o temor producido ante una situación difícil, un problema. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
2. Desempleo. Personas que están en condiciones de trabajar pero han perdido su empleo. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
3. Confinamiento. Persona que reconoce permanecer refugiado el mayor tiempo posible, bajo nuevas normas socialmente restrictivas. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
4. Sexo. Personas del sexo femenino que declaren haber o no encontrado un empleo durante la pandemia, mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
5. Edad. Personas que se encuentran en el rango de edad (50-60 años) trabajando en Lagos de Montebello. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
6. Trabajadores de Lagos de Montebello. Hombres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
7. Economía. Personas que comprendan que la economía es un sistema de producción, distribución, comercio y consumo de bienes y servicios de una sociedad. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.
8. Región en que habitan. Personas que comprendan las características de su territorio ciertas características. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, Marzo 2021.

3. Definición operacional

1. Ansiedad. Se tomara como persona con ansiedad aquella que desee responder la entrevista y que a la pregunta de ansiedad afirme sentir ansiedad. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo 2021.
2. Desempleo. Se tomará como desempleadas aquellas personas que puedan trabajar, pero por fuerzas ajenas a ellos han perdido sus empleos. Hombres y mujeres. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo 2021. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo 2021.
3. Confinamiento. Se tomará aquellas personas como aisladas que realmente han estado y demuestren haber permanecido en confinamiento en sus casas. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo.
4. Sexo. Se tomara aquellas mujeres que deseen contestar la entrevista que tengan empleo y presente ansiedad. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo.
5. Edad. Se tomara aquellas personas que deseen contestar la entrevista pero que se encuentren en el rango 50- 60 años. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo.
6. Trabajadores de lago de Montebello. Se tomara a trabajadores de Lagos de Montebello, que a consecuencia del confinamiento ha afectado a su trabajo En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo.
7. Economía. Se tomará por medio a autoridades ejidales y habitantes, en el caso de tener tres de estos síntomas afirmar si, menos de tres síntomas contestar con un no. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo.
8. Región en que habitan. Se tomará aquellas personas que gusten contestar la entrevista pero habiten en el lugar. En Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México, marzo.

F. Hipótesis

Hipótesis principal

Sera alta la incidencia y la distribución desigual de la ansiedad como resultado al desempleo debido al confinamiento desde marzo 2020 hasta las fechas actuales febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.

Hipótesis Específicas

1. Se registrara 50% de los entrevistados como casos con ansiedad localizados en el estudio como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
2. Sera mayor la distribución de casos con ansiedad entre hombres que mujeres como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
3. Sera mayor la distribución de casos con ansiedad entre el turno matutino entre el vespertino como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
4. Será mayor la distribución de casos con ansiedad entre el grupo de edad de 30 años que 25 años en hombres como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
5. Será mayor la distribución de casos con ansiedad entre el grupo de edad de 30 años que 25 años en mujeres como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.

6. Sera la distribución de casos con ansiedad entre las personas con y sin pareja afectiva como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
7. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre hombres de 50 años y 55 años como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
8. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre mujeres de 50 años y 55 años como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
9. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre padres de familia como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
10. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre madres de familia como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.

G. Objetivos

1. Objetivo General

Identificar la incidencia y la distribución de la ansiedad como resultado al desempleo debido al confinamiento por Covid-19 de marzo 2020 a las fechas actuales febrero 2021 en lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.

2. Objetivos Específicos

1. Identificar cuantas personas se autodiagnostican con ansiedad según los parámetros establecidos en la encuesta de estudio como resultado al desempleo debido al confinamiento por Covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello trinitaria Chiapas, México.
2. Cuantificar la distribución de casos con ansiedad entre hombres y mujeres como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
3. cuantificar la distribución casos con ansiedad entre los turnos matutinos y vespertinos como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
4. cuantificar la distribución de casos con ansiedad entre el grupo de edad de 30 años que 25 años en hombres como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
5. cuantificar la distribución de casos con ansiedad entre el grupo de edad de 30 años que 25 años en mujeres como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
6. Cuantificar la distribución de casos con ansiedad entre las personas con y sin pareja afectiva como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.

7. Cuantificar la distribución de casos con ansiedad entre hombres de 50 años y 55 años como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
8. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre mujeres de 50 años y 55 años como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
9. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre padres de familia como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.
10. Determinar la distribución de casos con ansiedad entre madres de familia como resultado al desempleo debido al confinamiento de covid-19 de marzo 2020 a febrero 2021 en Lagos de Montebello Trinitaria Chiapas, México.

H. Tipo de Investigación

1. Orientación

Teórica Aplicada: reacción sin ningún control

Exploratoria Ya que obtendremos información directa de la fuente aun cuando procesaremos esta por un método estadístico.

Experimental: hago lo mismo que la aplicada, pero hay un control

2. Enfoque

Cuantitativo, porque la información será tratada de forma estadística epidemiológica.

3. Alcance

Explicativa, porque una vez obtenida la información se intentara dar una explicación y se intentara comprobar las hipótesis emitida.

4. Diseño

Cuantitativo, a través de entrevistas, encuestas, cuestionarios

5. Temporalidad

Es cohorte, ya que delimitara a un espacio de tiempo determinado.

I. Fundamentación de la investigación

1. Antecedentes

“La pandemia por la enfermedad COVID19, es una amenaza para la salud mundial, el impacto mental en la población, ha sido el miedo y estrés; la necesidad de evaluación del estado mental generó la primera encuesta de impacto psicológico y salud mental en la población general, 28.8% reportó síntomas de ansiedad moderada a severa”.
(México, 2020)

“La época de confinamiento por COVID19, la enfermedad causada por el nuevo virus SARS-COV-2, ha condicionado a millones de personas a permanecer en su domicilio sin certidumbre de la supervivencia y el bienestar, motivo de las emociones como el miedo”.
(López Gallardo, 2020)

“Los pacientes con un trastorno psiquiátrico previo podrían ver exacerbada su patología si esta ya estaba en remisión. Las manifestaciones van desde preocupación excesiva al contagio, sentimientos de soledad, hiperalertamiento, palpitaciones, falta subjetiva de aire, entre otros”. (Sánchez Gordillo, 2020)

“El coronavirus (COVID-19) ha tenido grandes efectos en casi todos los aspectos de nuestras vidas. Está influyendo en la vida que llevamos cada día. Han cambiado mucho las cosas en muy poco tiempo. Es natural sentir ansiedad cuando afrontamos una crisis, lo desconocido o un cambio repentino. Es una reacción normal que sintamos la necesidad de tener seguridad, certidumbre, predictibilidad y control”.
(Till, 2020)

“Durante la pandemia de la COVID-19 quizás sientas estrés, ansiedad, miedo, tristeza, y soledad. Es posible que empeoren los trastornos de salud mental, incluyendo la ansiedad y la depresión. Estos pueden empeorar con el consumo de tabaco, opioides y otras sustancias estupefacientes”.
(Ojeda Cazares, 2020)

“El primer impacto de una epidemia es la crisis misma. No obstante, la población en general y las personas suelen presentar temor, ansiedad, angustia y depresión. En el año 2003, al inicio del brote de SARS, se informaron problemas de salud mental, que incluyeron depresión persistente, ansiedad, ataques de pánico, excitación psicomotora, síntomas psicóticos, delirium e incluso tendencias suicidas.”
(De Cosío Gerardo, 2020)

“Los trastornos de ansiedad son diversos cuadros psicopatológicos, cuya principal característica es la presencia de molestias relacionadas y/o similares al miedo tales la intranquilidad, desesperación, temor y preocupación excesiva.” (GPC, 2010)

“La prevalencia de la ansiedad en México es de 14%, los trastornos de ansiedad son los trastornos mentales más frecuentes encontrándose que los subtipos con prevalencia más altas es el estrés postraumático.” (GPC, 2012)

“La ansiedad es un estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos puede presentarse como una reacción adaptativa o como síntoma que acompaña a diversos padecimientos médicos y psiquiátricos.” (GPC, 2012)

“La ansiedad es una emoción básica de carácter universal que se activa ante situaciones que consideramos amenazantes, tiene carácter multidimensional, desplegando un patrón de respuestas cognitivas, fisiológicas, motoras y conductuales.” (GPC, 2019)

2. Marco teórico

Incidencia y distribución de la ansiedad como resultado al desempleo debido al confinamiento Marzo 2021 en lagos de Montebello trinitaria Chiapas, México.

1. Ansiedad

1.1.1. Definición y concepto

Para facilitar el entendimiento de lo que realmente la ansiedad en la vida de las personas significa debemos tener en cuenta la siguiente definición “ansiedad es una reacción automática para resolver nuestros problemas, pero se convierte en patológica cuando nos preocupamos por sucesos de baja probabilidad o damos vueltas a los problemas sin resolverlos nunca”. (Ortega, 2013) De esta manera entendemos que la ansiedad es un estado de inquietud o temor ante una situación difícil o un problema que se vuelve en enfermedad cuando nos afanamos de manera excesiva.

Otra definición nos dice que “La ansiedad, es una enfermedad y común que afecta física y mentalmente en el modo de sentir y de pensar. La ansiedad puede provocar deseos de alejarnos de nuestra familia, amigos, trabajo, y escuela. Puede además causarnos pérdida del sueño, apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades.” (Ibarra, 2020) Dándonos a entender que la ansiedad es una afección que afecta emocionalmente a tal magnitud de querer abandonar nuestros seres queridos, provocando insomnio, falta de ganas al comer y de realizar actividades que antes parecían divertidas.

1.2. Cuadro clínico

La mayoría de las personas con ansiedad ante alguna situación confiesa haber sentido “Tristeza, incertidumbre ante las actividades que se presentan. Fatiga o pérdida de energía. Pérdida de apetito o aumento del apetito “ (Fabián, 2020) por tanto comprendemos que las manifestaciones más comunes de una persona con ansiedad es nerviosismo ante lo que se le presenta, falta de concentración tienen a subir o bajar de peso.

Otro autor nos señala que las personas con ansiedad tienden a presentar “fiebre, pánico, respiración acelerada, taquicardia.” (Vega, 2020) Por tanto muchos de los casos en personas con ansiedad ante un problema tienden a padecer bradipnea y aumento en la cantidad de latidos y aumento de la temperatura, incertidumbre y desesperación al no poder arreglar su situación.

1.2.1. Signos

Individuos refieren sentir un “Aumento del ritmo cardíaco, respiración acelerada (hiperventilación), sudoración, temblores, dificultad para respirar.” (Jiménez, 2019) por

ello entendemos que los signos más comunes ante una persona con ansiedad son como la taquicardia, bradipnea, diaforesis o movimientos involuntarios.

Cientos de veces la sociedad comenta que cuando siente ansiedad por el futuro de su familia al mismo tiempo presenta “Dolor de cabeza, dificultad para dormir, piquetes, calambres” (García, 2020) entendiendo de esta manera que las personas que se sienten inquietas ante una situación poco favorables para ellas presentan cefalea, dificultad para conciliar el sueño y calambres.

1.2.2. Síntomas

Para poder identificar a una persona que está sometida a una ansiedad desmedida debemos observar a aquellas “personas refieren sensación de nerviosismo, agitación o tensión sensación de peligro inminente, pánico o catástrofe” (Ballinas, 2020) por tanto los sujetos mencionan sentirse angustiadas, inquietas, intranquilas ante futuros sucesos.

En la sociedad “Es común escuchar comentar de personas desempleadas con ansiedad ante el futuro que sienten dolor de cabeza, dificultad para dormir, piquetes, calambres sensación de debilidad o cansancio”. (Montolla, 2016) Por tanto llegamos a la conclusión que la ansiedad se presenta mayoritariamente en individuos desempleados por lo tanto presenta cefalea, problemas al momento de intentar dormir aunque se sientan agotados.

1.3. Antecedentes

1.3.1.1. Heredofamiliar

Para comprender la magnitud de las posteriores consecuencias de la ansiedad en el día a día de las personas debemos comprender que “La mayoría de los ciudadanos declaran haber sentido ansiedad varias veces al día por cosas insignificantes pero el número de personas aumento a raíz de la pandemia actual COVID 19.” (Sierra, 2016) Siendo de esta manera que la mayor parte de la población actualmente refieren sentirse con más ansiedad que en años anteriores muchas veces por cosas sin importancia todo esto por el confinamiento COVID 19.

La población actualmente comenta “sentirse con más ansiedad por el futuro de sus familias a raíz de la pandemia COVID 19” (Cordero, 2018) Puesto que desde el año pasado que se hizo oficial la pandemia a nivel mundial la sociedad siente incertidumbre por el bienestar futuro de sus familias.

1.3.2. Patológicos

Cientos de veces tomamos a la ligera lo que realmente la ansiedad hace en nosotros no tomamos en cuenta que “Las consecuencias de la ansiedad constante y excesiva, son una bomba que agrava a las personas con antecedentes de patologías anteriores afectado a nivel psicológico con fatiga, sensación de cansancio, dificultades para concentrarse, irritabilidad, inquietud e impaciencia.” (Ochoa, 2016) Entendiendo de esta manera que el resultado de la ansiedad durante mucho tiempo desmedido afecta de manera mental provocando agotamiento, bajo rendimiento en las actividades cotidianas, irritabilidad y desesperación.

Otras bibliografías nos señalan “Algunos ejemplos de problemas patológicos anteriores que puedan empeorar con la ansiedad son como por ejemplo enfermedades cardíacas, trastornos respiratorios, enfermedades pulmonares obstructivas crónicas (EPOC) o el asma, e incluso el uso inadecuado de sustancias.” (Macarena, 2017) Expresando así que gran parte de las personas que confiesan haber sentido ansiedad y tienen antecedentes patológicos de base tienden a agravar

1.3.3. No patológicos

Debemos de tener en cuenta que en el caso de los “Trabajadores en especial de zonas turísticas de lagos de Montebello refieren haber disminuido su calidad de vida al iniciar cuarentena para ahorrar dinero y buscar un nuevo trabajo.” (Méndez, 2016) Por esto entendemos que a raíz del confinamiento los empleados de una de las zonas turísticas más visitadas de trinitaria Chiapas comentan ya no disfrutar su entorno y disminuir el número de compras para guardar un poco de dinero además de buscar otro trabajo para sustentar los gastos de su hogar.

A partir de la pandemia la mayoría de la población pero específicamente “Trabajadores han recortado sus gastos para lograr comprar las cosas básicas del hogar a consecuencia del cierre de lagos de Montebello por ende pérdida de sus empleos.” (Ramírez, 2015) De esta manera vemos que Obreros confirman que han tenido que disminuir gastos e incluso básicas de la casa como resultado de confinamiento a nivel mundial y cierre de su fuente de trabajo lagos de Montebello.

1.4. Historia natural de la enfermedad

Para facilitar el entendimiento de lo que este estado hace en nosotros debemos de “Entender que la ansiedad comienza con la parte del proceso de resolución de problemas porque es el

primer acercamiento para la búsqueda de soluciones, de tal modo que este proceso crea la falsa creencia de que si pienso mucho en los problemas la solución aparecerá por si sola.” (Zúñiga, 2020) Siendo de esta manera la ansiedad un hecho que todos como humanos alguna vez en la vida sentimos no dejando de mentalizar en el problema y de esta manera creando falsamente la ilusión de que los problemas se solucionarán.

Para comprender a la evolución de la ansiedad en las personas debemos saber que “Este estado mental comienza cuando nos instalamos o nos anticipamos a hechos o consecuencias desagradables e incluso imprevisibles que pueden evolucionar enfermedades posteriores.” (Matias, 2016) Con esta situación asimilamos que la preocupación inicia cuando aún un suceso no ha iniciado, pero nos obstinamos a tratar de evitarlo, aunque no se pueda, sin darnos cuenta que se desarrollaran problemas posteriores a esto.

1.5. Complicaciones

Distintas fuentes nos señalan que las “Personas con ansiedad continua suelen desarrollar enfermedades secundarias especialmente aquellas personas con de edad avanzada.” (Vázquez, 2020) De esta manera los ciudadanos con preocupación persistente tienden a tener patologías futuras causadas por esta ansiedad esto se da mayoritariamente en personas ancianas.

Por otro lado, este autor nos enseña que “En especial el sexo masculino es más propenso a desarrollar trastornos del sueño a causa de la ansiedad.” (Suárez, 2020) Con todo esto observamos que según estudios comparativos realizados en hombres y mujeres, se ha demostrado que los hombres tienden a desarrollar más ansiedad puesto que ellos son los encargados de llevar el sustento diariamente a cada hogar.

1.6. Tratamiento

1.6.1.1. Farmacológico

Según estudios comparativos “En el tratamiento de la ansiedad, se emplean habitualmente dos tipos de fármacos: los ansiolíticos y los antidepresivos.” (Alejandro, 2016) De esta manera cuando una persona presenta ansiedad continua se han utilizado fármacos para tratarlos y calmarlos con tranquilizantes y antidepresivos.

Autores nos señalan el “Uso de benzodiacepinas y el uso de inhibidores de la recaptación de serotonina iniciar con paroxetina, sertralina, escitalopram, imipramina.” (Raúl, 2021) Entendiendo así que para aliviar este tipo de trastorno excesivo se ha utilizado paroxetina, sertralina, escitalopram imipramina los cuales aumentan los niveles de serotonina en el cerebro lo cual puede aliviar los cambios bruscos de estado de ánimo como actitud más irritable, mal humor, pensamientos negativos, arrebatos de enfado o de llanto, más agresividad, ira.

1.6.2. No farmacológico

Para disminuir la ansiedad muchas veces se utiliza el “Té de lavanda, el té de lavanda se posiciona como uno de los mejores remedios caseros para aliviar la preocupación una infusión de hojas y flores de lavanda antes de cada comida, te mantendrán relajada durante todo el día además mejorará tu calidad de sueño y levantará tu estado de ánimo.” (Sosa, 2020) De esta entendemos que el té de lavanda es un excelente remedio para tratar la ansiedad, provocando que las personas se relajen y puedan conciliar el sueño de esta manera des estresarse y subir el estado de alegría.

Para controlar el estado de ansiedad en muchas de la personas se ha utilizado el “Té de tilo con la simple mezcla de una cucharada de tilo y un vaso de agua hirviendo, estarás creando un remedio mágico que posee excelentes propiedades calmantes su consumo habitual te ayudar a aliviar el estrés y la preocupación, pero eso no es todo; es ideal para controlar la ansiedad y el insomnio.” (Morales, 2014) Comprendiendo que el té de tilo es una excelente infusión perfecta para calmar estados de ansiedad y estrés, además de que ayuda a combatir el insomnio, gracias a que actúa como relajante a nivel del sistema nervioso.

1.6.3. Fisiológico y rehabilitación

Para combatir la ansiedad es útil utilizar “Masajes relajantes dirigido especialmente a personas sometidas a estrés, ansiedad, etc. aliviando la tensión y consiguiendo un estado mental de relajación beneficios se advierten tanto a nivel físico como emocional en la salud de la persona”. (Paul, 2017) Comprendiendo de esta manera que los masajes relajantes van dirigidos a toda la población pero es una buena alternativa para disminuir la tensión, ansiedad y sobre todo la ansiedad que agobian día a día trayendo así beneficios emocionales para cada persona que lo utiliza.

Existen diversas alternativas para aminorar la ansiedad como “Masajes con piedras volcánicas la cual va dirigida a personas estresadas con una carga de ansiedad, este tipo de terapias son muy sutiles, ya que se centran en la búsqueda de una paz anímica y el equilibrio

interior que la persona hay perdido.” (Antonio, 2017) De esta forma comprendemos que este tipo de masajes traen consigo grandes beneficios en especial para personas con ansiedad la cual sería una gran solución para combatir la ansiedad porque al disminuir la ansiedad, mejora la calidad de sueño reduce dolores musculares y mejora la circulación y el flujo de energía encontrando así la paz anímica y equilibrio interno.

2. Covid - 19

2.1.1. Definición y concepto

Para facilitar el entendimiento de lo que significa la nueva enfermedad podemos tomar la siguiente definición “COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo.” (OMS, 2020) Así, entendemos que COVID 19 es una patología causada por el coronavirus recién descubierta en Wuhan del 2019 la cual actualmente es una pandemia que ha afectado miles y miles de personas en cada rincón del mundo.

Otra definición señala que “Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como MERS y SRAS. El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.” (OMS, 2020) De esta manera comprendemos que los coronavirus son una familia de virus que pueden causar enfermedades (desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias graves) que se propagan entre humanos y animales.

2.2. Cuadro clínico

Para conocer más acerca de esta enfermedad podemos utilizar este apartado “COVID-19 afecta de distintas maneras en función de cada persona. La mayoría de las personas que se contagian presentan síntomas de intensidad leve o moderada, y se recuperan sin necesidad de hospitalización, los síntomas más habituales son los siguientes fiebre, tos seca, cansancio otros síntomas menos comunes son los siguientes molestias y dolores, dolor de garganta, diarrea.” (Javier, 2020) Conociendo de esta perspectiva que COVID 19 actúa de manera diferente en cada persona algunos individuos pueden presentar síntomas graves y otros leves muchas veces depende de los factores de riesgo que las personas tenga los síntomas más comunes son tos seca, diarrea, garganta, dolores, diarrea.

Otra bibliografía nos señala que “Cualquier persona puede tener síntomas de leves a graves e incluso no presentarlos. Sin embargo, quienes presentan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica inmediata. Los síntomas más comunes de COVID 19 y pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus: fiebre o escalofríos, cansancio, tos seca, malestar o dolor de cabeza y cuerpo.” (OPS, 2020) De esta manera conocemos que muchas de las personas presentan síntomas leves, otras graves e incluso en algunos casos no presentan síntomas habituales como fiebre, tos, dificultad para respirar, el periodo de incubación de esto son de dos a catorce días después de tener contacto con el virus, otras personas pueden presentar dolor de cabeza y de cuerpo, escalofrío, cansancio y tos seca.

2.2.1. Signos

Para poder aprender acerca de la nueva enfermedad podemos utilizar la siguiente bibliografía “Los signos más comunes son fiebre, tos seca, erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies, incapacidad para hablar o moverse.” (Gubernamental, 2020) De esta forma los signos generales que podemos observar de COVID 19 son tos seca, pérdida del olor, temperatura alta, exantema, muchas de las personas pierden la capacidad de moverse libremente.

Para identificar a personas con los signos de COVID 19 debemos de “Estar atentos a cualquier signo como dificultad para respirar, confusión, incapacidad de despertarse o permanecer despierto, piel, labios o lechos de uñas pálidos, grises o azulados, según el tono de la piel, goteo nasal, conjuntivitis.” (OMS, 2020) De esta forma conocemos ahora que debemos de tener en cuenta que debemos pensar o considerar como COVID 19 en personas que presenten piel, labios pálidos, dificultad para respirar, goteo nasal, conjuntivitis es necesario realizar un diagnóstico diferencial para descartar otras enfermedades.

2.2.2. Síntomas

Para poder hacer un diagnóstico diferencial con otras enfermedades debemos de ser sabedores que “Los síntomas más comunes son el cansancio, molestias, dolores, dolor de cabeza, pérdida del sentido del olfato y del gusto, dolor de garganta” (Gómez, 2020) entendiéndose de esta manera que los síntomas que se presentan en personas con el virus coronavirus mejor conocido como COVID 19 suelen manifestar agotamiento, cefalea, hiposmia, hipogeusia y faringitis.

Para identificar los síntomas en la población debemos conocer que “Las personas con estos síntomas podrían tener COVID-19: fatiga, dolores musculares y corporales, dolor de

cabeza, pérdida reciente del olfato o el gusto, dolor de garganta, náuseas.” (OMS, 2020) Así, de esta forma podremos pensar en COVID 19 en ciudadanos que presenten mialgia, migraña, pérdida del sentido del olfato, falta al percibir los sabores, y sensación de vomitar.

2.3 Antecedentes

2.3.1 Heredofamiliar

Las personas con “Padecimiento de los familiares de línea directa del paciente (abuelos, padres, hermanos, tíos y primos sanguíneos no políticos hipertensión arterial, Diabetes mellitus, tuberculosis, VIH, cardiopatías, hematológicas, alérgicas, hepatitis, etc. Factores de riesgo para complicaciones de COVID 19”. (Preza, 2016) Las personas con mayor factor de riesgo son todos aquellos que tengan enfermedades desde hace más de 5 años, como son: presión arterial alta, sida, enfermedades cardíacas, alergias, etc.

Estudios científicos revelaron que “Un número importante de individuos refirieron antecedentes familiares de hipertensión (obesidad diabetes y accidente cerebrovascular, elevándose a los participantes que refirieron haber tenido estas enfermedades y presentar COVID 19” (Marianne, 2016) Un factor de riesgo para que el Covid-19 afecte críticamente es tener antecedentes heredofamiliares, es decir que nuestros papás, abuelos hayan padecido diabetes, hipertensión, enfermedades neurodegenerativas, etc. Tenemos una probabilidad alta de presentarla y complicarse con el Covid-19.

2.3.2 Patológicos

La organización panamericana de salud y la “OMS dice que todavía está en el proceso de entender cómo afecta el covid-19 a las personas, advierte que en algunos pacientes puede tener mayores consecuencias que en otros los ancianos y quienes padecen ciertas enfermedades.” (Talamas, 2012) La Organización Mundial de la Salud está investigando en porque el Covid-19 afecta más a los adultos mayores y con ciertas patologías.

Algunos de los “Pacientes con COVID 19 puede tener mayores consecuencias que quienes padecen ciertas enfermedades” (Adams, 2011) Algunas personas con enfermedades a largo plazo pueden resultar más afectadas por el Covid-19.

2.3.3 No patológicos

Algunas definiciones nos dicen que “La persona enferma, sus compañeros de habitación y contactos cercanos deben cumplir un aislamiento voluntario y limitar su uso de los espacios comunes tanto como sea posible” (Preza, 2016) Hay que evitar convivir con amigos de departamento ya que el Covid-19 se transmite mediante contacto directo, hay que guardar la distancia y ser responsable.

Otra definición nos menciona que “La dieta de las personas con COVID 19 deberán evitar tabaquismo u otras toxicomanías” (Marianne, 2016) Los hábitos cotidianos de la gente debe evadir el consumo de sustancias cancerígenas y tóxicas contra la salud.

2.4 Historia natural de la enfermedad

Algunas literaturas oficiales sobre el nuevo coronavirus nos dice que “El período de incubación promedio de COVID 19 es de cinco días, rango de 1 a 14 días, se reconoce como tiempo de incubación al tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. En inmunocomprometidos la incubación puede ser muy corta, y debutar con síntomas y signos alarmantes (dolor de pecho, dificultad de respiratoria, y síndrome diarreico). Si la persona tiene síntomas leves, como tos, o dolor de garganta, pero sin fiebre se sugiere que se cuide en su casa. Los síntomas se presentan leves y aumentan de forma gradual, por lo cual es adecuado monitorizarlos” (Lira, 2017) El virus del SARS Cov-2 tiene un tiempo en el cual se replica a nivel orgánico sin causar sintomatología hasta que se presentan estos a los 14 días de haberse contagiado. Las personas que tienen una inmunodepresión pueden resultar más afectados. La gente que comienza a presentar las consecuencias de haberse infectado debe resguardarse en el hogar.

La Organización Mundial de La Salud nos menciona que “La forma más común de contagio es a través de gotitas de saliva que se expelen al ambiente durante la exhalación y al hablar. Y que sin intervención médica alguna, cada uno de los casos puede dar origen a otros dos o tres enfermos. Sin embargo, es posible reducir de manera importante el número total de casos si prevenimos y contenemos la infección entre las pruebas más eficaces se encuentran la prueba de Reacción en Cadena de la Polimerasa, o prueba molecular, que demuestra que el virus está presente en el organismo y se está reproduciendo en sus células, así como las pruebas de identificación de anticuerpos, que usualmente identifican AC circulantes en el torrente sanguíneo, como pueden ser IgM e IgG, pero podrían enfocarse a otros fluidos como la saliva para buscar IgA. Y nos indican que esa persona ya tuvo la infección, pero no sirven como diagnóstico ni base para el tratamiento, con excepción de los que donan plasma” (Salazar, 2016) Una manera muy sencilla de contaminarse es mediante las gotículas de saliva, mediante la expiración y contacto directo. No hay que descartar asistir al médico para evitar contagios intra o extra

familiares. Esta propagación se puede prevenir con responsabilidad y el uso de mascarillas, evitando salir. Para verificar si somos portadores del virus existe una prueba PCR la cual nos indica positivos o negativos de ser portadores. Esta prueba es capaz de identificar al virus mediante moléculas que señala que hay duplicación de Virus Covid-19, estos junto con otras moléculas secretadas en la saliva o sangre pueden identificarse mediante un exudado o hisopado de garganta, se analiza en el laboratorio y se corrobora el resultado, los positivos pueden donar plasma para analizar y generar proteínas que actúen futuramente con la vacuna.

2.5 Complicaciones

En algunos estudios “Se ha observado que la complicación renal más frecuente en pacientes con enfermedad por coronavirus 19 (COVID-19) es la insuficiencia renal aguda multifactorial, asociada con el tratamiento o con la sepsis.” (OMS, 2020) Mediante estudios se ha observado que las personas que son portadoras de Covid-19 se complica la función de los riñones, así dañando al organismo por retención de líquidos. Esto se asocia en gran parte con una infestación de bacterias en el organismo, siendo estas las responsables de graves complicaciones.

Algunas literaturas mencionan que “El estado procoagulante aumenta el riesgo de presentar embolismos pulmonares o cerebrales. En este informe se expone un caso de infarto renal en un paciente con COVID-19”. (Marshall, 2020) Es muy importante conocer que el portador de Covid-19 resulta muy afectado por la coagulación de la sangre a nivel orgánico, pudiendo provocar fallas en los pulmones, cerebrales y renales.

2.6 Tratamiento

2.6.1 Farmacológico

La investigación científica lanza un “Tratamiento, que la FDA ha aprobado un medicamento antiviral llamado remdesivir (Veklury) para tratar la COVID-19 moderada en adultos y niños de 12 años y mayores. Se puede recetar el remdesivir a los pacientes hospitalizados con la COVID-19.” (Marshall, 2020) La agencia federal del Departamento de Salud y medicamentos, dio aprobación a un medicamento antiviral o contra los virus, en este caso el Covi-19, el cual se puede autorizar recetar en infantes de 12 años y adultos.

La industria farmacéutica saca a la venta el “Baricitinib puede usarse en combinación con remdesivir en las personas hospitalizadas con la COVID-19 que están usando respiradores mecánicos o necesitan oxígeno complementario” (Marshall, 2020) Al combinar dos medicamentos antivirales o en contra del Covid-19 puede resultar muy beneficioso a personas complicadas en el hospital.

2.6.2 No farmacológico

Los pacientes infectados por el SARS Cov-2 “Deben descansar, beber mucho líquido y comer alimentos nutritivos. Permanecer en una habitación separada de los demás miembros de la familia y utilice un baño exclusivamente para usted si es posible. Limpie y desinfecte frecuentemente las superficies que toque” (Menéndez, 2021) Para la recuperación del Covid-19 se necesita de mucho reposo, buena alimentación y tomar mucha agua y sueros orales, se debe permanecer en una habitación alejada a los habitantes del hogar, y utilizar un excusado exclusivo, se debe desinfectar todas las zonas de la casa que se toca.

En artículos recientes nos dice los beneficios y “El consumo de vegetales ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico y deben consumirse de manera habitual. Una naranja aporta vitamina "C". El maní se recomienda por su alto contenido de vitamina B. Lo mismo que la almendra y otros frutos secos que tienen mucho zinc.” (Carlos, 2020) Para favorecer el sistema inmune se debe ingerir una cantidad importante de frutas y verduras, aquellas que contiene mucha vitamina C.

2.6.3 Quirúrgico

Algunos padecimientos crónicos degenerativos se complican y “Causan por el virus denominado SARS-CoV-2, numerosos pacientes con confirmación o sospecha de COVID-19 precisarán tratamiento quirúrgico electivo inaplazable o urgente. Estas situaciones requieren la adopción de medidas especiales da cara a minimizar la posibilidad de contagio entre pacientes, la exposición del personal sanitario y el desarrollo de complicaciones postoperatorias.” (Lira, 2017) Los pacientes infectados por el virus y con procedimientos quirúrgicos deben tener mucha precaución los personales de salud, ya que el Covid-19 se propaga fácilmente por contacto directo.

Los estudios científicos nos revelan que “El brote está causado por un nuevo coronavirus que se ha denominado SARS-CoV-2. Debido a su rápida expansión, es muy probable que pacientes con confirmación o sospecha de COVID-19 precisen de una intervención quirúrgica.” (Talamas, 2012) La pandemia actual es causada por un agente patógeno de

origen vírico (Virus), denominado SARS COV-2, los pacientes portadores pueden complicarse al someterse a procedimientos quirúrgicos.

2.6.4 Fisiológico/rehabilitación

Se han hecho estudios en los que “Los pacientes que se recuperan del COVID-19 pueden experimentar una serie de síntomas que afectan a su función diaria, incluyendo problemas pulmonares, como falta de aire al caminar o dificultad para respirar profundamente” (Greg, 2020) Las personas portadoras del SARS Cov-2 pueden sufrir muchos síntomas y en especial ña dificultad respiratoria al estar en reposo o haciendo ejercicio físico.

Los investigadores ha realizado “Estudios y han demostrado que personas que han padecido COVID 19 y se encuentran en rehabilitación presentan síntomas cognitivos, como déficit de atención, o dificultades con la memoria o la multitarea” (Borg Stein Joanne, 2020) En publicaciones oficiales se ha demostrado que las personas que hayan padecido Covid-19 presentan secuelas cerebrales muy significativas.

3 Trabajadores de lagos de Montebello

3.1 Denominación

En el libro de flora y fauna de Chiapas nos menciona que “Muchos de los cuerpos de agua carecen de denominación. Su número es incierto, aunque se dice que son 59 los lagos” (Estado, 2015) Existe controversia en la denominación de los lagos pero en total son 59 lagos.

Los estudios que se han realizado para conocer más de los Lagos de Montebello “Se trata, sin duda alguna, de uno de los sitios naturales más hermosos del país- se debe a sus ambientes acuáticos, tanto superficiales como subterráneos, originados por su naturaleza kárstica, enmarcados en tupidos pinares, encinares y bosques mixtos con la llamativa presencia de las bromelias y las orquídeas”. (Barragán, 2013) Los Lagos de Montebello sin duda alguna es uno de los lugares turísticos más sobresalientes del Estado y País, esto se debe a su vegetación y su fauna.

3.2 Dirección

Cabe mencionar que “El parque nacional, Lagos de Montebello, se encuentra en el municipio turístico de La Trinitaria, Chiapas, México en los límites fronterizos con Guatemala. Para acceder al lugar, se toma la carretera Panamericana, mediante sistema de transporte terrestre privado o público” (López Mora, 2016) Los Lagos de Montebello se encuentran en la carretera Panamericana La Trinitaria, límite con Guatemala, mediante transporte terrestre.

Otra literatura nos menciona que “Se encuentra en el municipio turístico de La Trinitaria, Chiapas, México en los límites fronterizos con Guatemala.” (Chiapas, 2017) El centro turístico se encuentra en El Municipio de la Trinitaria Chiapas, México límite Guatemala.

3.3 Localización y mapa

El centro Ecoturístico se encuentra “Ubicado en el municipio de La Trinitaria, Chiapas, México, lugar caracterizado por sus atracciones turísticas naturales, históricas y arqueológicas, belleza natural única en su tipo, por sus lagos de distintos colores, provocado por la misma naturaleza que lo rodea, simplemente un lugar mágico” (Aguilar Oseguera, 2016) La naturaleza, la historia, la fauna y sus colores bellos, son duda una de las atracciones más sobresalientes del Centro turístico Lagos de Montebello.

Para mejorar la ubicación se han publicado diversos mapas en los cuales nos dice que “El parque nacional, Lagos de Montebello, se encuentra en el municipio turístico de La Trinitaria, Chiapas, México en los límites fronterizos con Guatemala” (Estado, 2015) El centro turístico se encuentra en El Municipio de la Trinitaria Chiapas, México límite Guatemala.

3.4 Giro/tipo de capital

En el Estado de Chiapas se encuentra “La trinitaria municipio ubicado en el sureste de México perteneciente al maravilloso estado de Chiapas reconocido por sus atractivos naturales, históricos y arqueológicos entre ellos destaca el parte nacional lagunas de Montebello” (Torres, 2010) El Municipio de la Trinitaria se ubica en el sureste de México, este pertenece al Estado de Chiapas, muy reconocido por su flora, fauna e historia.

En la bolsa económica e ingresos o bien “El capital de lagos de Montebello se centra especialmente en servicios turísticos, como restaurante con comida regional, senderismo, acampada y otras actividades deportivas que incluyen paseos en balsa y en kayak, recorridos en bicicleta de montaña o paseos a caballo” (Barragán, 2013) La forma en que

se mantienen las empresas Los Lagos de Montebello es el servicio turístico, así como hospedaje, comidas, deportes, paseos a bicicleta o a caballo.

3.5 Procesos que desarrolla

Uno de las atracciones más sobresalientes es “El turismo, que se ha convertido en los últimos años en una de las principales fuentes de recursos económicos para los pobladores del Parque y su zona de influencia” (Barragán, 2013) El centro turístico Lagos de Montebello se ha desarrollado muy bien gracias al turismo y de esta manera una fuente de recursos económicos de buena calidad para la población.

Chiapas es uno de los lugares con mayor vegetación y riqueza del país y “Los extraordinarios paisajes han motivado que el turismo nacional y extranjero visite esta ANP. Las actividades que comúnmente se realizan son: excursiones, recorridos a caballo, caminatas, campismo, paseos en lanchas y en balsas con remos” (Estado, 2015) El turismo es muy influyente en esta zona ya que se desarrolla mediante actividades para los turistas como excursiones, caminatas, paseos en balsas.

3.6 -Nombre/descripción general del departamento de donde se realiza el estudio

Muchos estudios geográficos nos mencionan que Los Lagos de Montebello “Se trata de un complejo ecosistema de bosques de pinos y encinos, adornado por 59 lagos de tamaños muy variados, que tienen su origen en una extensa cadena de oquedades o cenotes.” (CONACYT, 2020) Una de las riquezas más maravillosas del centro turístico Lagos de Montebello es su ecosistema rico en bosques y pinos encinos, que los rodean 59 Lagos de diversos tamaños y colores.

Otras definiciones nos mencionan que Los “Lagos de Montebello presenta colores llamativos que van del verde al azul, pasando por el café, el gris y todas las gamas de estos tonos.” (estado, 2020) El color de los Lagos puede variar desde verde al azul, café, gris y otros tonos observables en estos 59 Lagos.

3.7 Pirámide poblacional de la empresa

La población “En lagos de Montebello ubicado en trinitaria Chiapas hay 4351 hombres y 4691 mujeres” (CONACYT, 2020) Los Lagos de Montebello tiene una población de 4351 hombres y 4691 mujeres.

Otras fuentes bibliográficas nos mencionan que “En lagos de Montebello Chiapas zona turística es fuente de ingreso para muchas familias actualmente existen 60,417 Habitantes en su cabecera municipal,” (estado, 2020) El turismo sin duda alguna es una fuente de ingreso muy importante para muchas familias de la zona Lagos de Montebello, Municipio de la Trinitaria Chiapas.

4 Trinitaria Chiapas México

4.1 Ubicación geográfica

La geografía del lugar nos dice que “Al noreste Las Margaritas; al noroeste Comitán de Domínguez; al norte La Independencia; al sur Frontera Comalapa, y al suroeste Socoltenango y Tzimol.” (Villadolit , 2020) Los Lagos de Montebello, está ubicado al noreste Las Margaritas; al noroeste Comitán de Domínguez; al norte La Independencia; al sur Frontera Comalapa, y al suroeste Socoltenango y Tzimol.

El mapa de Chiapas y sus lugares Ecoturísticos nos señala las colindancias del centro turístico y “El municipio de La Trinitaria se localiza entre el Altiplano Central y la Depresión Central en el estado de Chiapas. El mapa de México señala que el municipio de La Trinitaria se encuentra en las coordenadas geográficas de latitud norte 16° 08' y entre longitud oeste 92° 03'. Tiene una altitud que oscila entre los 1,540 metros sobre el nivel del mar.” (Quesada, 2010) Los Lagos de Montebello, Municipio de la Trinitaria Chiapas se localiza en la depresión del centro del Estado de Chiapas. Las coordenadas geográficas de latitud norte 16° 08' y entre longitud oeste 92° 03'. La altitud es más o menos 1, 540 metros sobre el nivel del mar.

4.2 Orografía

En el Libro de Los Lagos de Montebello nos dice que “La parte Norte del sitio cuenta con notables pendientes pues las curvas de nivel se encuentran próximas con una diferencia de 50 metros de altitud. Por otra parte en la parte central el sitio cuenta con un terreno plano. Según las pendientes en la zona centro del sitio nos indica que es una zona apta para la construcción de baja densidad, agricultura, zonas de recarga acuífera, recreación intensiva y preservación ecológica.”

(Madrigal, 2009) Al norte de Centro turístico, se notan curvas con diferencias de 50 metros de altitud. La zona se adapta a la agricultura, la recreación ecológica y recargas acuíferas.

La orografía tan destacada de Los Lagos de Montebello nos menciona a cerca de “La accidentada superficie de la altiplanicie y del parque es el resultado de la falla formada en los terrenos al surgir del fondo del mar y alcanzar altitudes considerables, consecuencias de los plegamientos del Terciario. En los lugares en que la superficie y el subsuelo de

Montebello presentan calizas, se originan terrenos kársticos de relieve variado, con hendiduras y dolinas en forma de cráteres.” (Sánchez, 2016) La zona turística cuenta con fallas de altiplanicie pudiéndose considerar variables altitudes en cuanto su superficie. Se originan terrenos kársticos de relieve variado, con hendiduras y otras con forma de cráter.

4.3 Hidrografía

Algunas literaturas Chiapanecas nos describen “La red hidrológica se compone principalmente por los ríos Grijalva, Lagartero, San Gregorio y Blanco. El Parque Nacional Lagunas de Montebello se compone de 68 lagunas de las cuales sólo 12 son accesibles por caminos para el turismo.” (Rafael, 2016) En el parque Nacional Lagunas de Montebello tiene alrededor de 68 lagunas en las cuales solo 12 son accesibles por falta de caminos y no dañar la vegetación y fauna.

Otras definiciones mencionan que “La red hidrológica se compone principalmente por los ríos Grijalva, Lagartero, San Gregorio y Blanco.” (Instituto Gubernamental , 2017) La hidrografía del Parque Nacional Lagunas de Montebello está compuesto por el río Grijalva y Lagartero.

4.4 Cartografía

En el municipio de la Trinitaria Chiapas nos denomina la “Cartografía geomorfológica a escala 1:50000 del Parque Nacional Lagunas de Montebello, Chiapas “ (Roberto, 2007) La escala cartográfica es de 1.50000 del Centro Nacional Lagunas de Montebello

En otros conceptos “La zona de estudio se localiza al sureste del Estado de Chiapas, muy cerca del límite fronterizo con Guatemala. Entre los paralelos 16° 5’ y 16° 10’ de latitud norte y los meridianos 91° 38’ y 91° 47’ de longitud oeste.” (Calderón, 2007) El centro Nacional Lagunas de Montebello se ubica al sureste del Estado de Chiapas, cerca de frontera Guatemala.

4.5 Reseña histórica

Algunas reseñas históricas de “El Parque Nacional Lagunas de Montebello, es reconocido como uno de los escenarios naturales más hermosos de Chiapas, constituye un icono para el estado y toma su nombre de la belleza de un complejo hidrológico en - marcado por un paisaje boscoso con más de cincuenta lagos de naturaleza cárstica.” (González, 2013) El centro Nacional Lagunas de Montebello, se destaca por sus hermosos alrededores naturales, su fauna, flora, vegetación, y sus Lagos.

Otras fuentes nos dicen que “En la región de Montebello, tanto en comunidades ale - dañias como dentro en el Parque, habitan grupos étnicos de raíz maya como los tojolabales, chujes y kanjobales, así como mames y cakchikeles refugiados originarios de Guatemala, entre quienes se ha generado un proceso interétnico que presenta interesantes patrones sociales y lingüísticos.” (González, 2013) En la región Lagos de Montebello existen grupos étnicos de historias Mayas, Tojolabales, etc. Estas personas una vez fueron originarios de Guatemala y ahora son refugiados en esta zona, entre estos se ha generado un proceso interétnico que presenta interesantes patrones sociales y lingüísticos.

4.6 Política

Las autoridades municipales y estatales junto con “La Comisión de Medio Ambiente y Recursos Naturales de la LXIII Legislatura del Senado de la República, le fue turnado para su estudio y elaboración del dictamen, mediante el oficio número DGPL-2P1A.2474, al que se anexa la proposición con Punto de Acuerdo, en relación a la contaminación existente en los lagos del Parque Nacional Lagunas de Montebello, presentado por el Senador Luis Armando Melgar Bravo, integrante del Grupo Parlamentario del Partido Verde Ecologista de México.” (municipal, 2018-2021) Las instituciones del Medio Ambiente y Recursos Naturales, ayudan a reducir la contaminación en Zona ecoturísticas de Lagos de Montebello, principalmente moderado por el partido político verde ecologista.

Muchos de los programas que cuidan y hacen “Conservación y Manejo del Parque reconoce como principio fundamental la necesidad de incorporar a los pobladores en los mecanismos de conservación de los ecosistemas; la participación de ellos en el desarrollo de talleres comunitarios y en la consulta del propio Programa indudablemente constituye un avance sustancial.” (Jorge, 2009) Las corporaciones de Manejo y conservadores del parque, integran a los pobladores, así generando empleos y programas para desarrollo del Centro turístico Lagos de Montebello.

4.7 Población

En el centro de la región “Dentro del parque existe una población formada por colonos de origen guatemalteco que en 1989 solicitaron la ciudadanía mexicana. En esta colonia habitaban, en 1964, 90 familias. En la actualidad se estima que llegan a 250 familias. Viven en forma rústica y la actividad principal es la agricultura con cultivos de maíz, frijol, naranja y café. Dicha población en la actualidad presenta 938 habitantes, Total Estimada: 1,587 viviendas. La población en total en el año 2015 fue de 76,917” (Institución de Gobierno Público, 2017) La comunidad, Lagos de Montebello habitaban alrededor de 90 familias, esta cantidad se ha incrementado durante el crecimiento del Centro turístico, Principalmente se vive rústicamente, una de las principales actividades de trabajo es la agricultura.

En la población del Sureste de Chiapas “Habitan grupos étnicos de raíz maya como los tojolabales, chujes y kanjobales, así como mames y cakchikeles refugiados originarios de Guatemala, entre quienes se ha generado un proceso interétnico que presenta interesantes patrones sociales y lingüísticos.” (Institución del Estado, 2018) Durante un tiempo hubo una revolución Guatemalteca, la cual afectó a muchas familias, al grado de quedarse sin hogar, estas personas migran al país de México, entrando en el Estado de Chiapas, frontera, estas personas habitaron lugares marginales de Chiapas, creando nuevos grupos étnicos de raíz maya como tojolabales, chujes y kanjobales.

4.8 Pirámide poblacional

Literaturas Chiapanecas nos dicen que “De cada 100 habitantes 49 son hombres y 51 mujeres.” (Secretaría, 2015) La pirámide poblacional de los Lagos de Montebello nos dice que de cada 100 habitantes 49 son hombres y 51 mujeres

En otras fuentes bibliográficas nos menciona que “Hay mayor cantidad de hombres de 0 a 19 años” Se estima que hay alrededor de 16,723 habitantes.” (Instituto de Gobierno, 2010-2015) Existe una mayor cantidad de hombres en la edad de la adolescencia y se promedia que hay alrededor de 16,723 habitantes.

4.9 Natalidad

Según la Organización Mundial de la Salud nos menciona que “Los 535 nacimientos registrados presentan una disminución de 3.3%, respecto a los registrados en 2017. Del total de personas registradas, 50.8% fueron hombres y 49.2% mujeres.” (Instituto del Estado de Chiapas, 2017) Se registran 535 nacimientos anuales y estos presentan una disminución de 3.3% respecto al registro del 2017. De las personas registradas el 50.8% fueron hombres y 49.2% mujeres.

Otras literaturas mencionan que “El 86.85% de las personas fueron registradas antes de que cumplieran un año de edad, mientras que 13.15% tenían un año o más al momento del registro.” (Hilda, 2016) El 80% la población se registró antes de cumplir el primer año de edad, mientras que un 13% ya tenía un año.

4.9.1 Mortalidad

Las fuentes bibliográficas obtenidas “En 2019, el número de defunciones generales en México alcanzó los 747.784 fallecimientos. Durante el mismo año, el número de muertes en Chiapas alcanzó los 28.317 fallecimientos, siendo las enfermedades del corazón la principal causa de muerte en dicho estado mexicano con 4.842 muertes.” (Graciela, 2009)

En el año 2019 México logró 747.784 fallecidos. Las muertes en el Estado de Chiapas alcanzaron 28.317 fallecidos. Enfermedades del corazón son las más altas en la estadística.

La secretaría de salud pública se registraron “Los perfiles de salud-enfermedad en mujeres y hombres, presentan características particulares y diferentes de acuerdo con las condiciones socioeconómicas, culturales y educativas en las que cada uno se desenvuelve.” (Hilda, 2016) La variaciones de hombres y mujeres en los perfiles salud-enfermedad presentan particularidades muy distintas de acuerdo al nivel socioeconómico.

4.9.2 Fertilidad

En un estudio Estatal (Chiapas) “Los pacientes que precisan ayuda biomédica para ver realizado su proyecto reproductivo no deberían afrontar el proceso diagnóstico y de tratamiento desde el desconocimiento y la incertidumbre acerca de las características de estos procesos, sus resultados y riesgos, que puede generar ansiedad, frustración y rechazo.” (Ortencia, 2009) Últimamente la fertilidad se ha descrito como muy consecuente de la pandemia actual, causando ansiedad, frustración y rechazo.

Otras fuentes latinas mencionan “Los tratamientos para la infertilidad a través de la reproducción asistida constituyen un campo de análisis privilegiado para explorar el proceso de medicalización de los cuerpos de mujeres y hombres y examinar las implicaciones socioculturales de la tecnología aplicada a la reproducción humana.” (Ángeles, 2009) La reproducción asistida es uno de los tratamientos para la infertilidad actualmente. Todo esto se debe a la investigación y desarrollo de la ciencia y tecnología que se aplica en la vida cotidiana y en este caso para la reproducción humana.

4.10 Migración

La pandemia actual COVID 19 ha provocado serios problemas económicos en la población especialmente “A causa del confinamiento a nivel mundial ha provocado desempleos en hombres y mujeres esto se ve reflejado en que en los alrededores de trinitaria han tenido que migrar a otros estados” (Hernández, 2020) Por lo tanto como comprendemos que a consecuencia de la cuarentena tanto a nivel mundial como local ha provocado que jornaleros y dueños de las zonas turísticas hayan perdido sus trabajos por lo que han abandonado sus tierras natales con la esperanza de mejorar su calidad de vida.

Otras bibliografías nos indican que “En Trinitarias abundan oficinas tijuaneros que ofrecen viajes a Tijuana y Altar esto como consecuencia del desempleo por COVID 19” (Camila, 2020) Siendo de esta manera que en el municipio se ha observado que personas de otros estados ofrecen viajes para transportar a las personas en cruzar la frontera todo esto a causa de la pandemia actual COVID 19.

UDS ESCUELA DE MEDICINA HUMANA

4.10.1 Inmigración

En los tiempos recientes a partir de COVID 19 se ha indicado que “En los últimos meses se ha reportado el aumento de inmigrantes pertenecientes de países extranjeros como Honduras en alrededores del municipio de trinitaria Chiapas.” (Sandoval, 2019) De esta forma comprendemos que los Individuos de otros países tales como Honduras, salvador han llegado a trinitaria Chiapas México y continuar su camino y así llegar al sueño americano

Otro estudio nos indica que “Según estadísticas han aumentado robos callejeros y se prevé que esto aumente en los últimos meses a causa de la inmigración actual en esta zona y en todo Chiapas” (Barreras, 2019) Por lo tanto podemos comprender que según informes oficiales confirman que el robo a mano armada callejeros han aumentado en los últimos meses esto causa pánico entre la población acusando así que los responsables son los inmigrantes de los distintos lugares que se están estableciendo en los alrededores.

4.10.2 Emigración

En fechas recientes estudios indican que “En la frontera de Chiapas Guatemala los traficantes de migrantes encontraron la tierra de nadie una nueva ruta donde no hay vigilantes ni federal ni estatal ni municipal se encuentra en el municipio de trinitaria.” (Andrés, 2019) Así que podemos informarnos mediante las fuentes de noticias verídicas de trinitaria que las personas que lucran con migrantes para llevarlos a la frontera han encontrado nuevas rutas para ejercer su trabajo sin tener al asecho a las autoridades correspondientes.

Otro autor nos confirma que “Parte de la población en fechas recientes ha decidido dejar sus tierras natales para ir en busca de mejores oportunidades esto aumento especialmente a raíz de la actual pandemia COVID 19” (Díaz, 2020) Por tanto en meses anteriores un porcentaje de la población ha decidido emigrar en busca de mejores oportunidades para su familia esto posterior al actual confinamiento a nivel mundial.

4.11 Economía

Según información analizada “Datos visualizados de la trinitaria nos indican que no ha existido una mejoría en cuanto a su economía en especial después de que inicio el confinamiento a nivel mundial” (Santos, 2020) Por tanto comprendemos que según informes realizados en esta parte de Chiapas nos indican que la economía local no ha

logrado mejorar si no que empeoro por COVID 19 donde desafortunadamente muchas familias quedaron sin empleos cabe recordar que esto no solo sucedió en esta parte de Chiapas si no en todo Chiapas en México y en muchos países.

Otras bibliografías nos informan que “El 41.1 de la población se encontraba en situación de pobreza moderada y un 36.6% de la población en situación de pobreza extrema, la población vulnerable por carencias alcanzo un 10.7% mientras la población vulnerable por ingresos fue de 1.8%”. (Correa, 2016) Siendo de esta manera que la mayor parte de la población de trinitaria Chiapas desafortunadamente se encuentra en condiciones de pobreza cabe destacar que un cuarenta y un por ciento se encuentra en pobreza moderada, el 36 restante en pobreza extrema la cual es la población más afectada a sufrir carencias.

4.11.1 Ocupación

Debemos destacar que “Mayoritariamente la población de este lugar se ocupa en agricultura, ganadería, bovinos y una de la población son profesionistas.” (Villatoro, 2016) Por tanto, mayoritariamente la población de este sitio se ocupa en labranza de tierra, crianza de vacas, cerdos, aves de corral, y una parte de ellos son profesionistas como maestros, arquitectos, doctores etc.

Un autor más nos indica que “En esta región de Chiapas se ocupan mayoritariamente para llevar el pan de cada día a sus hogares trabajando en zonas turísticas especialmente en lagos de Montebello por su cercanía” (Aguillar, 2016) De esta forma entendemos que en esta parte de Chiapas para poder comprar las cosas de la canasta básica las personas trabajan en lugares donde existe turismo por parte de personas ajenas al lugar como por ejemplo lagos de Montebello Chiapas.

4.11.2 Agricultura

La población de trinitaria se dedica a la labranza de la tierra siendo así “Una de las principales fuentes de ingreso para quienes se dedican principalmente a la agricultura, destacando así la producción de maíz, café, frijoles entre otros.” (Alfaro, 2018) Destacando de esta manera que el cultivo de la tierra se ha convertido desde mucho tiempo atrás en una de las principales fuentes de ingresos para poder vivir entre las cosechas más destacas se encuentra el maíz y el frijol etc.

Otra bibliografía nos indica que “En trinitaria uno de los cultivos más importantes del sector agrícola definitivamente es el maíz, frijol, calabazas, chile, rábano” (Gutiérrez,

2015) Siendo así que el municipio de trinitaria Chiapas México la labranza de la tierra es de suma importancia para muchas familias por dependientemente de lo que se coseche las familias podrán comer y vender para comprar otras cosas esenciales.

4.11.3 Ganadería

En el número total de la población “Un porcentaje considerable de la población de trinitaria se dedica a la ganadería lo que posterior venden las reses para el pan de día a día” (Alcázar, 2016) De esta forma entendemos que la mayor parte de los individuos de este lugar se dedica a la ganadería crianza de vacas, toros e incluso puerco, aves de corral para posterior venderla y así llevar el sustento de la familia.

Otra bibliografía nos muestra que “Parte de la población de este pueblito encantador se dedica a la crianza de vacas para su posterior venta y reproducción para el consumo humano” (Baltazar, 2015) De esta manera comprendemos que los habitantes de este pueblo lindo se han dedicado desde hace muchos años a la crianza de vacas para la producción de quesos, leche, cremas, quesillo, carne para su posterior venta.

4.11.4 Comercio

Cada zona en el país tiene su propia manera de ganarse la vida en este caso “Las personas de esta región se dedican más al comercio de abarrotes, algunas personas al ganado” (Teodor, 2017) Así de esta forma comprendemos que los individuos del municipio de trinitaria Chiapas según estudios realizados anteriormente muchas de las personas logran vivir por medio de una tienda de abarrotes pero cabe resaltar que esto se da más en viudas y por el contrario la ganadería se produce en una buena parte por hombres de la región.

Otra fuente nos indican nuevamente que “La gran población de trinitaria se dedica a la agricultura, ganadería, muchos tienen una profesión estable, los campesinos venden en los mercados lo que propiamente producen” (Guillermina, 2015) Por tanto la sociedad del municipio de trinitaria Chiapas México llevan el pan de cada día a través de la venta de sus cosechas una buena parte de la población se dedica a la agricultura, otra parte a la ganadería y unos pocos más tuvieron la oportunidad de terminar una profesión.

4.12 Cultura

Lo que más impresiona en una localidad es su cultura y trinitaria no es la excepción con los “Vestigios mayas como Chincultik, en tiempos prehispánicos se denominó Zapalúta, el cual era el nombre original, significa en nahoa "Camino de Enanos"€ y los tojolabales que pueblan hoy, gran parte del territorio le denominan Tierra de Plátanos” (Aguilar, 2016) De esta misma forma comprendemos que parte de la cultura del municipio de trinitaria se

encuentra muy arraigada a lugares provenientes de los mayas como chincultik el cual este sitio se caracteriza por ser un asentamiento cuya arquitectura se adaptó de forma muy especial a las características topográficas del terreno.

Resaltamos que en esta parte de Chiapas se “Usan prendas similares a la de los norteamericanos y los europeos. Las mujeres llevan camisetas con y sin mangas, blusas, faldas, pantalones largos, vaqueros y pantalones cortos. Los hombres también usan pantalones, vaqueros, camisetas, camisas y "camisas jacs” (Santiago, 2016) De esta manera podemos conocer que la ropa tanto de hombres como de mujeres en trinitaria Chiapas, es parecida a la de países de primer mundo como camisas, pantalones, tenis, faldas.

4.13 Religión

Según estadísticas “conforme datos del INEGI en el año 2016, el 67,59% de la población municipal profesaba el catolicismo, 6,93% protestantismo y 7,17% doctrinas bíblicas no evangélicas.” (Santis, 2015) Así que en esta comunidad según estudios del año 2015 la mayor parte de la población es católica el resto de la población tienen otras religiones como protestantismo y el resto es arraigada a doctrinas bíblicas no evangélicas.

Otra bibliografía nos confirma que “La mayoría de la población profesa el catolicismo, protestantismo y doctrinas bíblicas no evangélicas.” (Contreras, 2016) Siendo así que en el municipio de la trinitaria existen muchas religiones dentro de su población pero entre las que más destacan son el catolicismo, cristianos mejor conocidos como protestantes.

4.14 Vías de comunicación

Existen numerosas vías en este municipio pero “Las principales vías de comunicación de trinitaria han sido la creación de las principales carreteras como la súper carreta libre que conectara san Cristóbal – Comitán - -trinitaria que ha acercado a comunidades cercanas de este pueblo Chiapas” (Villagran, 2015) Así que de esta forma las vías de comunicación de este municipio comenzaron desde la creación y pavimentación de nuevas carreteras que traerá la posibilidad de conectar a más personas para trasladarse de manera más sencilla y rápida.

En el municipio de la Trinitaria existen “Vías de comunicación como el radio, teléfonos, televisión, periódicos, redes sociales, carreteras, calles, autobús, camiones, carros particulares entre otros.” (Bartolome, 2015) De esta manera las principales vías de

comunicación más comunes de este municipio son el teléfono, radio, bicicletas, carros propios, combi, existe carretera que comunican de trinitaria Comitán y a sus comunidades.

3. Marco normativo

NORMA Oficial Mexicana NOM-025.SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de atención integral hospitalaria médico.

NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de atención integral hospitalaria médico-psiquiátrica.

La NOM-035-STPS-2018, Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo- Identificación, análisis y prevención, regulará la evaluación de las condiciones laborales en la que se desempeñan los trabajadores.

NORMA Oficial Mexicana NOM-030-STPS-2009, Servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo-Funciones y actividades. Establecer las funciones y actividades que deberán realizar los servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo para prevenir accidentes y enfermedades de trabajo.

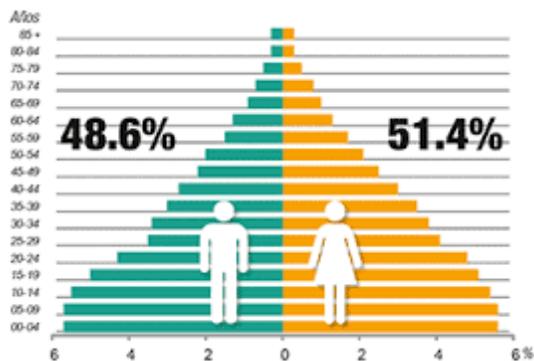
Guías de práctica clínica IMSS, 39210, los trastornos de ansiedad son los trastornos mentales más comunes en los servicios de atención primaria en el mundo, dentro de la población adulta, se encuentra una prevalencia de 12% para los trastornos de ansiedad.

Guías de práctica clínicas IMSS, 49919, Los trastornos de ansiedad son los que más tempranamente inician, mediana de 15 años y alcanzan la prevalencia alta entre los 25 y 45 años encontrándose más alta en mujeres que en hombres.

Guías de prácticas clínicas IMSS 49919 Muchos pacientes con ansiedad experimentan síntomas físicos relacionados a ansiedad y como consecuencia acuden a consulta de atención primaria.

Guías de práctica clínica IMSS 3804 La ansiedad en las personas mayores se ha descrito como el "gigante geriátrico silencioso La prevalencia del trastorno de ansiedad a nivel mundial oscila del 3.8 al 25%

Guías de práctica clínica IMSS La ansiedad en las personas mayores se ha descrito como el gigante geriátrico silencioso la prevalencia del trastorno de ansiedad a nivel mundial oscila del 3.8 al 25%.



4. Población

Población de lagos de Montebello Trinitaria Chiapas México en hombres y mujeres. La población se encuentra distribuida en forma más o menos equilibrada como se muestra en la ilustración 1, y el total de población es 60,417, repartido por sexo según lo muestra la tabla 2.

Ilustración 1 Pirámide poblacional

	Total
Hombres	29,110 hombres (tomando en cuenta sus alrededores)
Mujeres	31,307 mujeres (Tomando en cuenta sus alrededores)

Tabla 2 Tabla de población

5. Muestra

La muestra de obtendrá a través de la fórmula de Daniels a cual nos arroja un resultado de.....

El muestreo será aleatorio sistémico de tipo.....

J. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Vamos a utilizar a google formularios, compartiremos el formulario por medio de las redes sociales como Facebook, WhatsApp para poder llegar a más personas de este lugar.

K. Cronograma

Actividades		Semana 1							Semana 2						
		L 16	M 17	Mi 18	J 19	V 20	S 21	D 22	L 23	M 24	Mi 24	J 25	V 26	S 27	M 22 junio
1	Selección de la muestra														
2	Aplicación de cuestionario prueba piloto														
3	Correcciones														
4	Aplicación a toda la muestra														
5	Concentración de la información														
6	Procesamiento de datos														
7	Creación de gráficos														
8	Elaboración e impresión del reporte														
9	Entrega del reporte														
10	Presentación en ppt. y defensa del reporte														
11	Recepción del resultado de la presentación														

Bibliografía

- Adams, K. (2011). Antecedentes familiares. *Organización Mundial de la Salud*, 1-14.
- Aguilar Oseguera, L. (2016). Bathymetric and morphometric surveys of the Montebello Lakes, Chiapas. *Journal of Limnology*, 1-8.
- Aguilar, F. R. (2016). Cultura en Chiapas. *Chiapas verde*, 16.
- Aguillar, J. O. (2016). Lagos de Montebello. *Nexos*, 12.
- Alcázar, B. Y. (2016). Ganadería. *Almadia*, 15.
- Alejandro, L. J. (2016). como superar la ansiedad. En A. Jimenez, *Psicología médica* (pág. 14). México: Elsevier.
- Alfaro, D. E. (2018). Trinitaria Chiapas. *Expansión*, 16.
- Andrés, C. P. (2019). Emigracion en chiapas. *Un nuevo amanecer*, 14.
- Ángeles, S. B. (2009). Producción académica sobre reproducción asistida en publicaciones Mexicanas. *Alteridades*, 1-21.
- Antonio, T. M. (2017). *Como rehabilitar tu vida*. México: Paidos.
- Ballinas, M. J. (2020). *Ansiedad en medio de pandemia*. Brasil: Akal.
- Baltazar, F. V. (2015). Ganadería. *Maravillas azul*, 13.
- Barragán, S. (2013). Lagos de Montebello, maravillas coloridas de Chiapas. *Revista Buen Viaje*, 1-4.
- Barreras, M. M. (2019). Inmigración en Chiapas. *Mariposa*, 17.
- Bartolome, M. J. (2015). Trinitaria Chiapas. *Trotta*, 12.
- Borg Stein Joanne. (2020). Recuperación y rehabilitación después del Covid-19. *Massachusetts General Hospital*, 2-10.
- Calderón, L. D. (2007). Instituto de Geología, Universidad Nacional Autónoma de México. *Cartografía geomorfológica del Parque Nacional Lagunas de Montebello*, 2-5.
- Camila, A. M. (2020). La migración en plena pandemia. *Migración*, 19.
- Carlos, Z. P. (2020). Recomendaciones ty tratamiento para Covid-19. *Gobierno de México*, 4-19.
- Chiapas, I. (2017). Parque Nacional Lagunas de Montebello en Chiapas. *Ecoosfera*, 1-8.
- CONACYT. (2020). El Colegio de la Frontera Sur. *Sistema de Centros Públicos de Investigación CONACYT*, 2-5.
- Contreras, C. M. (2016). Religión en Trinitaria. *Tusquets Works*, 14.
- Cordero, O. V. (2018). *Ansiedad en la sociedad*. Brasil: Mirahadas.
- Correa, L. J. (2016). Economía en Trinitaria Chiapas. *México lindo*, 17.
- De Cosio Gerardo, F. (2020). Covid-19 y salud mental. *Organización Mundial de la Salud*, 6-8.
- Díaz, D. C. (2020). Emigracion. *México al pie del cañon*, 15.
- Estado, C. I. (2015). Lagunas de Montebello. *Chiapas, espíritu del mundo Maya*, 2-4.
- estado, G. d. (2020). Programa Anual de Trabajo (PAT) para el año 2020. *Gobierno de México*, 2-17.

- Fabián, C. O. (2020). *Como afecta la pandemia actual Covid-19 en nosotros*. México: Alianza.
- García, M. P. (2020). *Consecuencias de Covid-19*. México: Almadia.
- Gómez, J. L. (2020). Pandemia. *Organización Mundial de la Salud*, 14.
- González, L. M. (2013). Lagos de Montebello. *Reapropiación del territorio lacustre Lagos de Montebello*, 1-34.
- GPC. (2010). Guías de práctica clínica para atención de trastorno mentales. *Guías de prácticas clínicas para el manejo de la ansiedad*, 43.
- GPC. (2010). Guías de práctica clínica para atención de trastorno mentales. *Guías de práctica clínica*, 43.
- GPC. (2010). Manejo para la ansiedad. *Guías de práctica clínica CENETEC*, 65.
- GPC. (2010). Trastorno de ansiedad. *Guías de práctica clínica*, 61.
- GPC. (2012). Diagnóstico y tratamiento de ansiedad. *Guías de práctica clínica*, 61.
- GPC. (2012). Trastorno de ansiedad. *Guías de práctica clínica*, 61.
- GPC. (2019). Diagnóstico y tratamiento del trastorno de ansiedad. *Guías de prácticas clínicas*, 68.
- GPC. (2019). Trastorno de ansiedad generalizada. *Guías de práctica clínica*, 69.
- GPC. (2019). Trastornos de ansiedad en personas mayores. *Guías de prácticas clínicas*, 68.
- Graciela, T. G. (2009). Mortalidad materna en Los Altos de Chiapas. *Validación de un indicador alternativo para identificar*, 1-31.
- Greg, V. (2020). Rehabilitación después de la Covid-19. *Mayo Clínic*, 2-6.
- Gubernamental, I. (2020). *Signos de Covid-19*. México: Organización Mundial de la Salud.
- Guillermina, M. V. (2015). Comercio en los paisanos. *Gallo negro*, 12.
- Gutiérrez, J. J. (2015). Agricultura y más. *Alianza*, 14.
- Guzman, J. F. (2020). Como ha afectado la pandemia a la vida de las personas. *SCIENCE ISSN: 0036-8075*, 15.
- Hernández, C. T. (2020). Migración. *México lindo*, 12.
- Hilda, J. A. (2016). El sistema de salud de Chiapas. *Demográfica y Epidemiológica*, 1-26.
- Ibarra, L. H. (2020). *Ansiedad en medio de la pandemia*. México: Elsevier.
- INEGI. (s.f.).
- Institución de Gobierno Público. (2017). *Informe anual sobre pobreza social*. La Trinitarias Chiapas: Secretaría de desarrollo social.
- Institución del Estado. (2018). *Plan de desarrollo municipal*. La Trinitaria Chiapas: Administración Pública Municipal.
- Instituto de Gobierno. (2010-2015). Administración Pública Municipal indicadores a nivel Municipal. *Administración Pública Municipal*, 3-25.
- Instituto del Estado de Chiapas. (2017). *Anuario estadístico de Chiapas*. La Trinitaria Chiapas: Instituto Nacional de Estadística y Geografía.

- Instituto Gubernamental . (2017). Estimación del estado trófico de 18 lagos. *Parque Nacional Lagunas de Montebello*, 13-23.
- Javier, S. L. (2020). *Síntomas de Covid-19*. México: Organización Panamericana de la Salud.
- Jiménez, S. V. (2019). *Ansiedad en pandemia*. Colombia: Akal.
- Jorge, S. R. (2009). Plan de gestión. *Plan de gestión de las cuencas de río grande y lagunas de Montebello*, 5-107.
- Lira, P. (2017). Historia Natural De La Enfermedad. *Salud Pública*, 2-6.
- López Gallardo, Á. (2020). Ansiedad a causa de la pandemia actual. *Revista internacional*, 3-5.
- López Mora, B. (2016). Unidades geomorfológicas de la cuenca del Río Grande de Comitán, Lagos de Montebello, Chiapas-México. *Boletín de la Sociedad Geológica Mexicana*, 12-18.
- Macarena, A. B. (2017). Síntomas de la ansiedad. *Science Issn*, 13.
- Madrigal, H. V. (2009). Centro de recepción de turistas. *Parque Nacional Lagunas de Montebello*, 5-11.
- Marianne, S. (2016). Antecedentes familiares. *Boletín de la Organización Mundial de la Salud*, 3-18.
- Marshall, W. (2020). Medicamentos contra la Covid-19. *Mayo Clinic*, 2-12.
- Matias, R. T. (2016). *Como superar la ansiedad*. México: Alianza.
- Méndez, S. M. (2016). Signos de la ansiedad. *nature*, 06.
- Menéndez, R. A. (2021). Tratamiento farmacológico de la Covid-19. *Medicina Intensiva*, 16-17.
- México, G. d. (2020). Ansiedad. *Gobierno de México*, 2-5.
- Montolla, J. L. (2016). *Cómo afecta la ansiedad en nuestro rendimiento*. Puerto Rico: Anagrama.
- Morales, A. I. (2014). *Té para curar la ansiedad*. Cuba: Phaidon.
- municipal, T. C. (2018-2021). *La Trinitaria Chiapas*. La Trinitaria Chiapas: Palacio Municipal.
- Ochoa, B. F. (2016). Sociedad en medio de pandemia. *Como afecta la pandemia psicológicamente*, 12.
- Ojeda Cazares, H. (2020). Covid-19 y salud mental. *Organización Panamericana de la Salud*, 5-8.
- OMS. (2020). *Coronavirus*. Ciudad de México: Organización Mundial de la Salud.
- OMS. (2020). Covid-19. *Organización Mundial de la Salud*, 12.
- OMS. (2020). Ensayo clínico Solidaridad sobre tratamientos contra la COVID-19. *Organización Mundial de la Salud*, 4-8.
- OMS. (2020). *Rehabilitación*. Brasil: Taschen.
- OMS. (2020). *Síntomas de Covid-19*. México: Organización Mundial de la Salud.
- OPS. (2020). *Covid-19*. México: Organización Panamericana de la Salud.

- Ordoñez, L. J. (2020). Aumento en la incidencia de la ansiedad en la vida de las personas a nivel mundial. *PROC NATACAD SCI USA ISSN: 0027-8424*, 14.
- Ortega, S. J. (2013). *Ansiedad Patológica*. México: Elsevier.
- Ortencia, G. S. (2009). Fertilidad. *Fertilidad y reproducción asistida*, 1-21.
- Paul, G. A. (2017). *Ansiedad en nuestro día a día*. Puerto Rico: Siiruela.
- Preza, R. L. (2016). Historia Clínica. *Unidad Médica de Simulación Clínica*, 1-6.
- Quesada, J. R. (2010). Programa de conservación y manejo Parque Nacional Lagunas de Montebello. *Comisión Nacional de áreas Naturales protegidas*, 7-10.
- Rafael, S. H. (2016). Boletín de la Sociedad Geológica Mexicana. *Unidades geomorfológicas de la cuenca del Río Grande de Comitán, Lagos de Montebello, Chiapas-México*, 2-15.
- Ramírez, M. M. (2015). *Síntomas de ansiedad*. México: Anagrama.
- Raúl, R. A. (2021). Historia natural de la enfermedad. En M. Montiel, *Preocupación en el día a día* (pág. 23). México: Sajalin.
- Roberto, L. V. (2007). Política ambiental. *Mamíferos del parque nacional lagunas de Montebello, Chiapas, México*, 1-2.
- Salazar, D. G. (2016). Historia Natural de la enfermedad. *Campo Verde*, 6-27.
- Sánchez Gordillo, F. (2020). Manifestaciones de ansiedad ante la pandemia Covid-19. *Department of Health and Human Services*, 2-6.
- Sanchez, c. D. (2020). Desempleos en medio del confinamiento. *J BIOL CHEM ISSN: 0021-9258*, 12.
- Sánchez, G. (2016). Lagos de Montebello, Chiapas. *Montebello Lake Chiapas*, 3-18.
- Sandoval, J. D. (2019). Inmigración en México. *Política y más*, 18.
- Santiago, H. T. (2016). Cultura en la Trinitaria. *Sexto piso*, 1.
- Santis, J. C. (2015). Religión en Trinitaria. *Phaidon*, 4.
- Santos, C. A. (2020). Economía en Trinitaria Chiapas. *Chiapas lindo*, 19.
- Secretaría, G. (2015). Información económica y Estatal. *Información económica y Estatal*, 3-12.
- Sierra, K. L. (2016). *Ansiedad en el confinamiento*. México: Alfaguara.
- Sosa, R. S. (2020). Estragos de la pandemia. En B. Jiménez, *Psicología médica tomo II* (pág. 12). México: Elsevier.
- Suárez, V. D. (2020). *Complicaciones posterior a Covid-19*. Puerto Rico: Siglo XXI.
- Talamas, J. J. (2012). Expediente clínico. *OPS*, 2-6.
- Teodor, S. S. (2017). Comercio en Chiapas. *Gallo negro*, 15.
- Till, M. (2020). Coronavirus (COVID-19): La calma de la ansiedad. *Kidshealth*, 2-4.
- Torres, A. (2010). Giro de la empresa: qué es, tipos, características y clasificación. *Psicología y mente*, 2-5.
- Vázquez, G. R. (2020). *Pandemia deja a decenas y miles familias desempleadas*. México: Planeta.
- Vega, P. I. (2020). *Covid-19*. Brasil: Alba.
- Villagran, L. P. (2015). Vías de comunicación Trinitaria. *Valdemar works*, 14.

- Villatoro, F. P. (2016). Ocupación en Trinitaria. *Economía*, 16.
- Vlladolit , V. B. (2020). Pandemia actual. *University* , 12.
- Zúñiga, E. c. (2020). *ANnsiedad en tiempos de pandemia*. Colombia: Almadía.

Referencias

- Adams, K. (2011). Antecedentes familiares. *Organización Mundial de la Salud*, 1-14.
- Aguilar Oseguera, L. (2016). Bathymetric and morphometric surveys of the Montebello Lakes, Chiapas. *Journal of Limnology*, 1-8.
- Aguilar, F. R. (2016). Cultura en Chiapas. *Chiapas verde*, 16.
- Aguillar, J. O. (2016). Lagos de Montebello. *Nexos*, 12.
- Alcázar, B. Y. (2016). Ganadería. *Almadia*, 15.
- Alejandro, L. J. (2016). como superar la ansiedad. En A. Jimenez, *Psicología médica* (pág. 14). México: Elsevier.
- Alfaro, D. E. (2018). Trinitaria Chiapas. *Expansión*, 16.
- Andrés, C. P. (2019). Emigracion en chiapas. *Un nuevo amanecer*, 14.
- Ángeles, S. B. (2009). Producción académica sobre reproducción asistida en publicaciones Mexicanas. *Alteridades*, 1-21.
- Antonio, T. M. (2017). *Como rehabilitar tu vida*. México: Paidos.
- Ballinas, M. J. (2020). *Ansiedad en medio de pandemia*. Brasil: Akal.
- Baltazar, F. V. (2015). Ganadería. *Maravillas azul*, 13.
- Barragán, S. (2013). Lagos de Montebello, maravillas coloridas de Chiapas. *Revista Buen Viaje*, 1-4.
- Barreras, M. M. (2019). Inmigración en Chiapas. *Mariposa*, 17.
- Bartolome, M. J. (2015). Trinitaria Chiapas. *Trotta*, 12.
- Borg Stein Joanne. (2020). Recuperación y rehabilitación después del Covid-19. *Massachusetts General Hospital*, 2-10.
- Calderón, L. D. (2007). Instituto de Geología, Universidad Nacional Autónoma de México. *Cartografía geomorfológica del Parque Nacional Lagunas de Montebello*, 2-5.
- Camila, A. M. (2020). La migración en plena pandemia. *Migración*, 19.
- Carlos, Z. P. (2020). Recomendaciones ty tratamiento para Covid-19. *Gobierno de México*, 4-19.
- Chiapas, I. (2017). Parque Nacional Lagunas de Montebello en Chiapas. *Ecoosfera*, 1-8.
- CONACYT. (2020). El Colegio de la Frontera Sur. *Sistema de Centros Públicos de Investigación CONACYT*, 2-5.
- Contreras, C. M. (2016). Religión en Trinitaria. *Tusquets Works*, 14.
- Cordero, O. V. (2018). *Ansiedad en la sociedad*. Brasil: Mirahadas.
- Correa, L. J. (2016). Economía en Trinitaria Chiapas. *México lindo*, 17.
- De Cosio Gerardo, F. (2020). Covid-19 y salud mental. *Organización Mundial de la Salud*, 6-8.
- Díaz, D. C. (2020). Emigracion. *México al pie del cañon*, 15.
- Estado, C. I. (2015). Lagunas de Montebello. *Chiapas, espíritu del mundo Maya*, 2-4.
- estado, G. d. (2020). Programa Anual de Trabajo (PAT) para el año 2020. *Gobierno de México*, 2-17.

- Fabián, C. O. (2020). *Como afecta la pandemia actual Covid-19 en nosotros*. México: Alianza.
- García, M. P. (2020). *Consecuencias de Covid-19*. México: Almadia.
- Gómez, J. L. (2020). Pandemia. *Organización Mundial de la Salud*, 14.
- González, L. M. (2013). Lagos de Montebello. *Reapropiación del territorio lacustre Lagos de Montebello*, 1-34.
- GPC. (2010). Guías de práctica clínica para atención de trastorno mentales. *Guías de prácticas clínicas para el manejo de la ansiedad*, 43.
- GPC. (2010). Guías de práctica clínica para atención de trastorno mentales. *Guías de práctica clínica*, 43.
- GPC. (2010). Manejo para la ansiedad. *Guías de práctica clínica CENETEC*, 65.
- GPC. (2010). Trastorno de ansiedad. *Guías de práctica clínica*, 61.
- GPC. (2012). Diagnóstico y tratamiento de ansiedad. *Guías de práctica clínica*, 61.
- GPC. (2012). Trastorno de ansiedad. *Guías de práctica clínica*, 61.
- GPC. (2019). Diagnóstico y tratamiento del trastorno de ansiedad. *Guías de prácticas clínicas*, 68.
- GPC. (2019). Trastorno de ansiedad generalizada. *Guías de práctica clínica*, 69.
- GPC. (2019). Trastornos de ansiedad en personas mayores. *Guías de prácticas clínicas*, 68.
- Graciela, T. G. (2009). Mortalidad materna en Los Altos de Chiapas. *Validación de un indicador alternativo para identificar*, 1-31.
- Greg, V. (2020). Rehabilitación después de la Covid-19. *Mayo Clínic*, 2-6.
- Gubernamental, I. (2020). *Signos de Covid-19*. México: Organización Mundial de la Salud.
- Guillermina, M. V. (2015). Comercio en los paisanos. *Gallo negro*, 12.
- Gutiérrez, J. J. (2015). Agricultura y más. *Alianza*, 14.
- Guzman, J. F. (2020). Como ha afectado la pandemia a la vida de las personas. *SCIENCE ISSN: 0036-8075*, 15.
- Hernández, C. T. (2020). Migración. *México lindo*, 12.
- Hilda, J. A. (2016). El sistema de salud de Chiapas. *Demográfica y Epidemiológica*, 1-26.
- Ibarra, L. H. (2020). *Ansiedad en medio de la pandemia*. México: Elsevier.
- INEGI. (s.f.).
- Institución de Gobierno Público. (2017). *Informe anual sobre pobreza social*. La Trinitarias Chiapas: Secretaría de desarrollo social.
- Institución del Estado. (2018). *Plan de desarrollo municipal*. La Trinitaria Chiapas: Administración Pública Municipal.
- Instituto de Gobierno. (2010-2015). Administración Pública Municipal indicadores a nivel Municipal. *Administración Pública Municipal*, 3-25.
- Instituto del Estado de Chiapas. (2017). *Anuario estadístico de Chiapas*. La Trinitaria Chiapas: Instituto Nacional de Estadística y Geografía.

- Instituto Gubernamental . (2017). Estimación del estado trófico de 18 lagos. *Parque Nacional Lagunas de Montebello*, 13-23.
- Javier, S. L. (2020). *Síntomas de Covid-19*. México: Organización Panamericana de la Salud.
- Jiménez, S. V. (2019). *Ansiedad en pandemia*. Colombia: Akal.
- Jorge, S. R. (2009). Plan de gestión. *Plan de gestión de las cuencas de río grande y lagunas de Montebello*, 5-107.
- Lira, P. (2017). Historia Natural De La Enfermedad. *Salud Pública*, 2-6.
- López Gallardo, Á. (2020). Ansiedad a causa de la pandemia actual. *Revista internacional*, 3-5.
- López Mora, B. (2016). Unidades geomorfológicas de la cuenca del Río Grande de Comitán, Lagos de Montebello, Chiapas-México. *Boletín de la Sociedad Geológica Mexicana*, 12-18.
- Macarena, A. B. (2017). Síntomas de la ansiedad. *Science Issn*, 13.
- Madrigal, H. V. (2009). Centro de recepción de turistas. *Parque Nacional Lagunas de Montebello*, 5-11.
- Marianne, S. (2016). Antecedentes familiares. *Boletín de la Organización Mundial de la Salud*, 3-18.
- Marshall, W. (2020). Medicamentos contra la Covid-19. *Mayo Clinic*, 2-12.
- Matias, R. T. (2016). *Como superar la ansiedad*. México: Alianza.
- Méndez, S. M. (2016). Signos de la ansiedad. *nature*, 06.
- Menéndez, R. A. (2021). Tratamiento farmacológico de la Covid-19. *Medicina Intensiva*, 16-17.
- México, G. d. (2020). Ansiedad. *Gobierno de México*, 2-5.
- Montolla, J. L. (2016). *Cómo afecta la ansiedad en nuestro rendimiento*. Puerto Rico: Anagrama.
- Morales, A. I. (2014). *Té para curar la ansiedad*. Cuba: Phaidon.
- municipal, T. C. (2018-2021). *La Trinitaria Chiapas*. La Trinitaria Chiapas: Palacio Municipal.
- Ochoa, B. F. (2016). Sociedad en medio de pandemia. *Como afecta la pandemia psicológicamente*, 12.
- Ojeda Cazares, H. (2020). Covid-19 y salud mental. *Organización Panamericana de la Salud*, 5-8.
- OMS. (2020). *Coronavirus*. Ciudad de México: Organización Mundial de la Salud.
- OMS. (2020). Covid-19. *Organización Mundial de la Salud*, 12.
- OMS. (2020). Ensayo clínico Solidaridad sobre tratamientos contra la COVID-19. *Organización Mundial de la Salud*, 4-8.
- OMS. (2020). *Rehabilitación*. Brasil: Taschen.
- OMS. (2020). *Síntomas de Covid-19*. México: Organización Mundial de la Salud.
- OPS. (2020). *Covid-19*. México: Organización Panamericana de la Salud.

- Ordoñez, L. J. (2020). Aumento en la incidencia de la ansiedad en la vida de las personas a nivel mundial. *PROC NATACAD SCI USA ISSN: 0027-8424*, 14.
- Ortega, S. J. (2013). *Ansiedad Patológica*. México: Elsevier.
- Ortencia, G. S. (2009). Fertilidad. *Fertilidad y reproducción asistida*, 1-21.
- Paul, G. A. (2017). *Ansiedad en nuestro día a día*. Puerto Rico: Siiruela.
- Preza, R. L. (2016). Historia Clínica. *Unidad Médica de Simulación Clínica*, 1-6.
- Quesada, J. R. (2010). Programa de conservación y manejo Parque Nacional Lagunas de Montebello. *Comisión Nacional de áreas Naturales protegidas*, 7-10.
- Rafael, S. H. (2016). Boletín de la Sociedad Geológica Mexicana. *Unidades geomorfológicas de la cuenca del Río Grande de Comitán, Lagos de Montebello, Chiapas-México*, 2-15.
- Ramírez, M. M. (2015). *Síntomas de ansiedad*. México: Anagrama.
- Raúl, R. A. (2021). Historia natural de la enfermedad. En M. Montiel, *Preocupación en el día a día* (pág. 23). México: Sajalin.
- Roberto, L. V. (2007). Política ambiental. *Mamíferos del parque nacional lagunas de Montebello, Chiapas, México*, 1-2.
- Salazar, D. G. (2016). Historia Natural de la enfermedad. *Campo Verde*, 6-27.
- Sánchez Gordillo, F. (2020). Manifestaciones de ansiedad ante la pandemia Covid-19. *Department of Health and Human Services*, 2-6.
- Sanchez, c. D. (2020). Desempleos en medio del confinamiento. *J BIOL CHEM ISSN: 0021-9258*, 12.
- Sánchez, G. (2016). Lagos de Montebello, Chiapas. *Montebello Lake Chiapas*, 3-18.
- Sandoval, J. D. (2019). Inmigracion en mexico. *Política y más*, 18.
- Santiago, H. T. (2016). Cultura en la Trinitaria. *Sexto piso*, 1.
- Santis, J. C. (2015). Religión en Trinitaria. *Phaidon*, 4.
- Santos, C. A. (2020). Economía en Trinitaria Chiapas. *Chiapas lindo*, 19.
- Secretaría, G. (2015). Información económica y Estatal. *Información económica y Estatal*, 3-12.
- Sierra, K. L. (2016). *Ansiedad en el confinamiento*. México: Alfaguara.
- Sosa, R. S. (2020). Estragos de la pandemia. En B. Jiménez, *Psicología médica tomo II* (pág. 12). México: Elsevier.
- Suárez, V. D. (2020). *Complicaciones posterior a Covid-19*. Puerto Rico: Siglo XXI.
- Talamas, J. J. (2012). Expediente clínico. *OPS*, 2-6.
- Teodor, S. S. (2017). Comercio en Chiapas. *Gallo negro*, 15.
- Till, M. (2020). Coronavirus (COVID-19):La calma de la ansiedad. *Kidshealth*, 2-4.
- Torres, A. (2010). Giro de la empresa: qué es, tipos, características y clasificación. *Psicología y mente*, 2-5.
- Vázquez, G. R. (2020). *Pandemia deja a decenas y miles familias desempleadas*. México: Planeta.
- Vega, P. I. (2020). *Covid-19*. Brasil: Alba.
- Villagran, L. P. (2015). Vias de comunicacion Trinitaria. *Valdemar works*, 14.

- Villatoro, F. P. (2016). Ocupación en Trinitaria. *Economía*, 16.
- Vlladolit , V. B. (2020). Pandemia actual. *University* , 12.
- Zúñiga, E. c. (2020). *ANnsiedad en tiempos de pandemia*. Colombia: Almadía.

Anexos

Encuesta para conocer la ansiedad por desempleo a causa de la Epidemia de Covid-19

Este cuestionario es anónimo y confidencial y los resultados con él obtenidos serán utilizados con fin de investigación. El presente cuestionario tiene como finalidad recabar información sobre la ansiedad por desempleo a causa de la Epidemia de Covid-19 y es realizado por los alumnos de la Universidad del Sureste, de la carrera de Medicina Humana.

Instrucciones: Responda conscientemente con un (SI) o un (NO) las siguientes preguntas.

1. ¿Esta o ha estado en algún momento desde que inicio la pandemia inquieta, atemorizada ante un problema que no pueda resolver?
 - A) Si
 - B) No

2. ¿Actualmente usted tiene un trabajo?
 - A) Si
 - B) No

- De ser respuesta negativa.
3. ¿Usted renunció a su trabajo?
 - A) Si
 - B) No

4. ¿Usted ha permanecido en su hogar sin salir durante estos meses de pandemia?
 - A) Si
 - B) No

5. ¿Ser mujer con ansiedad/ intranquilidad persistente ha sido un impedimento para mantenerse trabajado en pandemia?
 - A) Si
 - B) No

UDS ESCUELA DE MEDICINA HUMANA

6. ¿Su edad ha sido un impedimento para poder conseguir un trabajo especialmente en pandemia?
 - A) Si
 - B) No

7. ¿Ha notado disminución de su trabajo causado por la pandemia actual?
 - A) Si
 - B) No

8. ¿La disminución de ingresos a causa del confinamiento COVID 19 le ha causado dificultad para trabajar, opresión al pecho, dolor palpitaciones, preocupaciones sin sentido?
 - A) Si
 - B) No

9. ¿A causa de COVID 19 ahora se le complica el llegar a su trabajo centro turístico, Lagos de Montebello?
 - A) Si
 - B) No

	EXAMEN DEPARTAMENTO DE PLANEACION ACADEMICA		
Tipo: Formato	Disposición: Interno	Emisión	Actualización
Emitido: Coordinación Académica	Aprobado: Dirección General	15/08/2017	00/00/00

Nombre del alumno (a)				Sello de autorización			
Profesor	Dr. Dario Cristiaderit Gutiérrez Gómez						
Carrera	Medicina Humana	Semestre	4			Parcial	
Materia	Diseño experimental					Fecha	
Total de Preguntas:				Grupo 4 A			
				Calificación :			

Ejercicios de valoración análisis de variantes y comprobación de hipótesis:

Dada la complejidad de los tópicos de esta unidad se evaluara con una bitácora que llevara a cabo un análisis de los datos recopilados en trabajo de campo. Que por tal motivo deberá contar con:

Numero	Item	Entregado	No entregado
1.	Portada	1	
2.	Informe general de la localidad trabajada	1	
3.	Mapa individual	1	
4.	Cuestionario	5	
5.	Cronograma	5	
6.	Variable	15	
7.	Marco teórico	25	
8.	Hipótesis	5	
9.	Objetivos	5	

10.	Marco metodológico	15
11.	Diseño de análisis	5
12.	Instrumento de captura y recolección hoja de paloteo	3
13.	Delphi aprobado	5
14.	Evidencia fotográfica	5
15.	Introducción	4
Total		

.Calificación:

La entrega total contara con el 50% y se repartirá en la forma señalada con un valor proporcional del examen al número de ítems entregados.